

# 素质拓展训练在高职体育教学中的应用分析与探讨

刘增啸

(山东服装职业学院 山东 泰安 271000)

**【摘要】**随着我国教育教学方式的不断改进与发展,素质拓展训练作为一种新型的教学方式逐渐被广泛应用于高职院校的体育教学中并越来越受到广大师生的重视和认可。对高职学校的体育课程来说,如果教师能够将素质拓展训练巧妙地融入其中,不仅有益于提高学生从事体育活动的积极性,还能帮助学生在专业课程学习之余使自身的身体素质得到更好的锻炼。基于此本文将重点讨论并分析素质拓展训练在高职院校体育教学中的应用,望能为相关教育工作者提供参考。

**【关键词】**素质拓展训练;高职体育教学;应用分析

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-627X.2021.04.1033

素质拓展训练主要是通过对学生身体的锻炼而最终达到教育的目的,属于一种体验性很强的教学方法。在高职体育教学中引入素质拓展训练可以改变传统体育教学单一而乏味的课堂氛围,并能将更多具有竞争性和娱乐性的内容纳入体育课程中,这是学生身心素质得以快速提升的有效方法。对提高学生的体育学习能力有重要影响,并有助于建立学生的终身运动意识。

## 一、拓展训练在高职院校体育教学中应用的作用分析

### (一)符合学生的价值观念要求

在高职院校的传统体育教学中,体育教学基本上服从“加强身体”的概念,但是教师对高职生的具体运用方法和性格特点的分析相对不足。拓展训练是在高职院校进行的。在体育中的应用符合高水平专业学生的思想观念和价值观念。参与优质学习的学生可以发展学生的自我学习。可以发展学生对体育运动的热情,并在终身体育锻炼过程中对学生的形成产生重大影响。

### (二)培养学生的团队合作意识

在高等职业学院中,可以组织体育教育,学生通过竞争和合作来参加教学活动。教师进行体育课时,可以将学生分为几类,学生可以分组参加联合学习活动。在小组协作过程中增加学生之间的沟通,使学生感受到小组的力量,增强学生的责任感,并对提高学生的团队合作感和整体素质产生重大影响<sup>[1]</sup>。

## 二、素质拓展训练在高职体育教学中应用现存的问题

### (一)素质拓展训练重视程度不足

许多高素质的体育教师对质量改进培训的重视不够。培训方面的投资较少,培训设备和用品较少,因此难以有效实施许多发展培训项目,例如射击活动和攀岩。项目等只有采用长期的教学方法和其他质量发展方法,学生的学习兴趣才会减弱,从而大大降低了质量发展学习的影响。同时,在高等专业学院中,专业教师普遍短缺。许多教师被剥夺了专业培训的资格,不能在他们的教育中包括高质量的专业培训。在这些类型的问题的影响下,它将不利于学生为正常的素质发展做准备。

### (二)素质拓展教学缺乏科学设计

高质量的发展教育会对高专业水平的学生的发展产生重大影响。但是,许多高职院校的教师在教学中缺乏科学的模式来提高教学质量。缺乏基于高度专业的学生的技能的指导,缺乏开发相关课程的科学模型,并且在大多数情况下缺乏相关的教学经验,质量培训仍然是肤浅的,并且难以展示教学对教学质量发展的影响。

## 三、素质拓展训练在高职体育教学中的应用方法

### (一)科学设置拓展训练内容

在拓展训练过程中,高职院校需要根据学生的不同情况来决定拓展训练的内容,并选择不同的来源完善学习目标,不断提高学生们的身体素质,并发展他们的综合技能。高职院校还应加强对优秀教师的培训,聘用最好的教师。体育教

师本人应积极学习各种内容教学质量的发展方式,掌握有关质量发展的知识,掌握更好的发展技能和教学方法,这可能对学生素质学习活动的深入发展产生重大影响<sup>[2]</sup>。

例如,在体育学院中,可以组织学生参加校园射击训练活动。多种多样的优质教育可以提高学生的参与兴趣。同时,高职院校可以充分利用校外文化公园,在很大程度上应用学习模型来满足学生的学习需求并提高他们的身体素质。应当根据高校学生的特点来选择拓展训练科目,并据此选择相关科目。

对高职院校体育高级训练的指导原则应认真审查并及时中止,并应根据自己的判断对学生进行训练。这种方法将严重影响小组学习的目的。因此,教师需要弄清自己在学习过程中的地位,以学生为主体,并在不干扰他们的课程的前提下对他们进行相应的指导。

### (二)增设拓展训练管理机构

扩展是一种体育活动,结合了教育,冒险,生存和乐趣。因此,在体育教学中必须注意学生的心理素质和身体健康。教育的扩展必须适应学生的需求,并可能建立一个单独的管理机构。例如,特定的人可能会解释有关继续教育的信息。扩展的学习管理机构可以分析常见运动损伤的原因和学生的动机,积极研究国内外制定的发展性学习项目,并根据年龄较大的学生的特点进行发展<sup>[3]</sup>。

训练是一项艰苦的运动,具有一些危险的特征。高职院校应充分重视安全管理的重要性,加强安全防范的互联管理。获得具有非凡专业特征的运动器材并应用安全系统。在开展各种现场培训期间,需要加强控制和管理。选择最安全,最合适的培训和项目内容场所。在开始一个项目之前,有必要全面介绍参加高级专业学生培训的重要性,以确保运动训练的安全性。在学生参加对学生的素质训练过程中,运用了更多的控制和安全规则,加强了对学生运动过程的控制。

## 四、结语

在高职院校的教学中,实地培训的应用对领导力具有重要的现实意义。教师可以将拓展训练项目整合到教学中,并根据专业学生的身心特征应用学习模型,从而使专业学生可以更好地参与体育教育,并改变传统的体育教育模式。在拓展训练的道路上,将为高职院校学生学习体育课程提供新的经验,真正运用拓展训练的价值,提高高等专业体育教育的质量。

## 参考文献

- [1]花蕾. 拓展训练在高职体育教学中的作用分析[J]. 运动, 2018, 000(005):P. 131-132.
- [2]王立杰. 素质拓展训练在高职体育教学中的应用探讨[J]. 广西教育, 2019(39):164-165.
- [3]胡蔼贇. 素质拓展训练在高职体育教学中的应用分析[J]. 西部素质教育, 2018, 004(001):76-76.