

# 基于中职学校特点的体育教学研究

陈强

(山东省潍坊市寒亭区技工学校 山东 潍坊 261100)

**[摘要]**为实现中职学生的就业需求,应进行有针对性的专业特点体育教学,使中职学生在校期间获得与未来职业生涯相关的身体健康以及职业健康知识,从而有利于他们越来越好的就业以及生活。

**[关键词]**中职学校特点;体育教学;研究

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6261.2019.12.348

## 引言

中等职业教育的宗旨是培养满足我国社会主义现代化建设要求,德智体美全面发展,具有综合职业能力的高素质劳动者与技能型人才,在生产与服务一线工作。在这一理念的指导下,中等职业体育教育不仅要培养学生强壮的身体素质,更要重视培养学生从事专业工作所必须的身体素质以及技能。尽管《体育与健康》教材进行多次修订,在基础性与选择性方面都有了很大的提高,可是仍采用传统的方法,按照教材的理念组织体育教学,面临着教学观念以及方法落后、教学方法落后等问题,技能目标与社会需求脱节,专业性不强,远远不能满足学生身体素质以及技能的特殊需要。所以,必需深入探索符合中等职业教育特色的体育教学。

### 一、树立终身体育的观念

终身体育的意义包含两个方面:一是人们从生命的开始到生命的结束都要学习及参加体育锻炼,并有明确的人生目标,使体育成为生活中不可忽视的重要内容;二是在终身体育思想指导下,为人们提供参与不同时期、不同生活领域体育活动的时机,实现体育运动系统化、一体化的实践过程。中等职业学校体育教学目标除了体育锻炼、增强体质、掌握体育知识及技能以外,还强调学会自主学习以及锻炼,培养体育兴趣及习惯,使学生的自主锻炼成为自己的独立活动,为学生终身体育奠定良好的基础,终身受益。因此,中等职业学校首先要树立终身体育的理念,认清当前体育在学生终身发展中的作用,把终身体育的理念落实到日常体育中去。

### 二、用品德教育辅助体育教学

近年来,中等职业学校以培养技术型人才为宗旨,与岗位直接对接,实用性及专业性越来越强。为了增强学生对未来岗位的适应能力,迫切需要推进体育教学改革。然而,在当前中等职业学校体育教学过程中,依据职业性质进行学生身体素质培养的学校却较少。在理论教学中渗入德育。一个人要想事业成功,必需有一个健康的身体。参加体育锻炼及运动是为了增强他的身体。在学习及工作的海洋中,他始终需要强健的体魄及不屈不挠的信念。只有坚持体育锻炼,上好体育课,才能远离脆弱,在体育锻炼与知识积累的过程中,老师要引导学生不断构建理想的自我,拥有健康的身心、学习和事业的修养、理想、幸福及幸福,为了有扎实的载体、能力与社会期望。

#### (一)根据学校特点,施行教学计划

中等职业学校体育教学任务一般不具备严格的考核标准,而传统的体育课跟随便玩没有什么差别。与其他专业课程相比,体育课的户外活动极多,项目较多,学生能够根据自己的爱好组织相关的体育活动。这样,学生就养成了比较自由松散的缺点。因此,在常规体育教学中,重视学生自律能力的培养已成为德育的关键环节。一是要求学生课后自觉排队。对于那些自由自在的学生来说,这样做并不容易。老师要充分利用体育委员及体育骨干,把学生分成若干队。如果有体育骨干作为领队,持之以恒,就会形成学生自觉排队的习惯。二是要求学生自觉完成规定的体育锻炼。对于部分学生参加体育运动,部分学生不喜欢参加体育运动的具体状况,老师拟安排学生结对

开展互助活动,并对克服心理缺陷取得进步的学生作出表扬,从而促使许多学生自觉遵守规则,培养学习氛围。三是教育学生释放正能量。针对部分学生的抱怨与自觉遵守纪律的负能量表现,老师应通过学生的具体变化,开展正能量普及教育,教育学生共同思考、共同努力。团结是德育的真正力量,使学生可以不断克服不良习惯,培养遵守纪律的素质,自觉与大家的好习惯保持一致。

#### (二)采用游戏教学法、实现教学形式多元化

根据目前中职学生的发展情况,如果在教学过程中,采用单一的游戏方式,将不能满足学生的具体需求。因此,体育老师必需根据教学内容丰富多彩以及拓展游戏形式,调动学生的参加积极性。一方面,老师要积极借鉴国内外先进的体育教学理念,从现状出发,积极将其引入到自己的教学过程中,并进行一定的创新及发展,使中学生的体育课堂呈现出多元化的趋势。比如《跑,哥》就是目前流行的综艺节目。“撕名牌”游戏备受学生喜爱,体育教师可以将其带入具体课堂,组织学生开展活动。同时,为了确保活动的安全性,老师要在一定程度上转变游戏的要求以及形式,用提议的形式代替学生想象追求的过程,既塑造和谐的教学气氛,又能引起学生对课堂的重视,提升学习效率;其次,体育教师要充分发挥启发式教学的优势,引导学生按照课堂内容设置相应的游戏活动,既能培养学生的创新精神,又能对培养学生的独立思考能力起到关键作用,符合智力教育的要求,有利于学生的全面发展。必需注意的是,在适当的状况下,体育游戏的展开还能够密切关注学生的专业状况,对于不同专业的学生开展不同的游戏,增强体育及专业的密切关系。

#### (三)加强学生的社会适应能力,以社会的需求为导向

社会适应既是学生心理发展与健康成长的需要,也是现代社会发展的必然趋势。中等职业学校体育为学生提供了广阔的时空条件,是培养学生社会适应能力的良好渠道。更关键的是培养学生的自信心与吃苦耐劳的毅力,建立适合中等职业学校的体育教育体系,最大限度地满足社会对职业教育的多样化需求,以及学生对知识、技能与就业的需求。

### 结束语

中等职业学校是培养社会所需专业技术人才的地方。中职生除了要有过硬的专业技术知识与技能外,还要有强壮的体魄及健康的心理,才能更好地适应工作。因此,中等职业学校体育教学应适应学生的需要,在教育教学中充分结合职业特点,更好地体现体育在中等职业学校人才培养中的作用,帮助学生在激烈的职业竞争中取得成功。

### 参考文献

- [1]王涛.基于中职学校特点分析中职体育教学改革方法[J].休闲,2019,000(002):P.118-118.
- [2]张辅忠,张智刚.浅谈中职体育教学改革——基于职业学校教学特点[J].现代职业教育,2019,000(024):58-59.
- [3]黄志刚.体验式教学在中职学校体育教学中的应用研究[J].当代体育科技,2019,009(016):175-176.