

# 不同体育教学方式对高职大学生健康素质的影响

李跃鹏

(廊坊燕京职业技术学院 河北 廊坊 065200)

**[摘要]** 高等职业教育不仅有助于社会的发展,还能够为社会提供大量的专业化人才。基于不同的教育视角,在高职大学生体育教学中运用有效的方法,可以提高学生的健康素质,让学生获得综合发展。高职院校常采用的体育教学方式各有不同,比如处方教学法、游戏教学法、多角色教学法、学导教学法等。这些不同方式给高职院校体育课程带来了新的指引。基于高职大学生健康发展的需求,本文从高职体育教学的具体情况和效果入手,为如何促进高职院校体育事业发展提出思考。

**[关键词]** 体育;教学方式;高职大学生;健康素质

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.09.1136

高职院校体育课程的构建和发展能够提高学生的身体素质,让学生在运动中体会到健康的意义和价值。因此,体育课程作为载体,需要为学生提供更多的学习手段和方式,促进各种教学方法的有效运用,让多元文化理论能够在体育课程上得以实行<sup>[1]</sup>。高职院校不仅要肩负提高教学质量的责任,还要通过必要的手段完善学生的素质教育制度,促进学生的综合发展。体育教育中所渗透的育人因素正逐步改变着体育教学的具体方法。为了实现素质教育的要求,在教育形式的改良上,高职院校要予以深刻的思考。

## 一、高职体育教育的特点

素质教育理念的提出给高职体育教育改革指明了新的方向。对于如何落实素质教育的基本要求,高职院校在充分考虑课程设置情况的同时,也要从学生综合素养角度出发,利用体育课程培养学生的综合实践能力,让每个学生都能够在体育运动中提高身体素质,促进身心的健康发展。正是因为体育教育关系到学生,的生活和学习。因此,必须要进一步提高体育课程教学的有效性。针对高职院校体育教育的基本特征,笔者对如何丰富体育教育的形式进行深入的思考。首先从高职院校体育教育的全面性来看,每一个学生都应该参与到体育运动之中,学生的发展与课程教学内容的选择具有密切的关联性<sup>[2]</sup>。高职体育教师需要针对不同学生的情况设定相应的教学目标,利用有效的内容和形式调动学生的积极性,满足学生的运动需求。针对不同学生的特点,教师还可以设置具有层次性的教学方案,采用不同的教学方法和形式提升体育教育的水平。高职院校开设了球类、健美操、武术等多种课程形式,并且将有效的教学方法与课程内容相结合,做到了对学生的因材施教,有效的促进了学生的综合发展。在高职体育运动中,由于学生已经具备了一定的运动能力,并且认知思维完善。教师必须要改良教学手段的同时,充分尊重学生的学习需求和个体差异,让每一个学生都能够在体育运动中得到有效的发展。如果高职院校体育教育都能够从这一点上出发,那么就能够有效的提高高职体育运动的综合水平,社会培养出出色的人才。

## 二、高职学校体育教学的不足

### (一) 教学条件限制运动效果

缺乏体育文化条件是高职学校常见的问题。许多学生不仅不了解体育项目的内涵,也没有在校园体育活动中感受到运动的魅力。针对这一点,我们可以发现大多数高职学校都没有为学生提供良好的体育运动条件。对此,我们必须充分考虑到高职体育教学的关键性。从在职体育教师的观点中,我们也可以发现多数教师有进行体育专业训练的热情,但是苦于学校没有落实相关的理念,这也会影响高职运动项目的开展。要想开展体育运动,提高体育运动的品质,就必

须要投入资金和时间。我们发现高职院校学生活动时间明显不足,有些教师忽视体育锻炼的重要性或是占用体育运动的时间讲授文化课<sup>[3]</sup>。这些行为不仅会降低学生的运动兴趣,还会给学生带来错误的认知,认为体育运动不重要,而一味将精力放在文化课和技能课的学习上。运动需要条件较好的场地和设施,如果学校没有条件为学生提供符合标准的运动场所,学生也很难进行体育运动。

### (二) 教师忽视学生主体性

体育课程改革获得了巨大突破。无论是在思想上还是在实践上,教师都能够在课程教学中积极的引导学生进行体育锻炼,强化学生的身体素质。虽然课程改革带来了新的教育形式,但是教师与学生之间的交往实质却没有发生变化。教师希望通过自己的言行和举止给学生带来积极的影响,让学生能够相信自己,在体育运动中不断努力。为了实现这一目标,教师会更加重视对于学生的引导,强化终身教育的理念,让学习和运动成为装点学生人生,提高学生人生质量的关键因素。为了能够实现每一个学生的综合发展,在体育课程教学过程中,教师必须要秉持着公平的原则,平等的对待每一个学生<sup>[4]</sup>。作为学生,也希望在运动中能够得到教师的关注和认可。如果教师只针对少部分学生进行辅导的话,就会引起其他学生的不满。在以往的教学经验中,多数老师由于体育课程教学经验不足,没法顾及每一个学生的感受,因此就会造成其他同学的误解。这种不利的交往方式,让那些没有被关注的学生受到了心理上的伤害。这种情况是大家所不想看到的。如何避免这种情况的发生,就需要教师对于班级里的学生进行充分的了解,知道他们擅长什么样的体育运动,他们的性格是怎样的,体育教学能够给这些学生带来怎样的帮助。基于这样的思考,教师才能够认识到自己行为上的缺陷。从这一点来看,这类教师也缺乏专业的心理学知识,对于学生成长的特点不够了解。

## 三、采用不同体育教学方式提高学生的健康水平

### (一) 落实多元教学理念

深化落实多元方式就必须树立正确的高职教育理念。在课程教学中,高职体育课程并不受重视<sup>[5]</sup>。多元理念就是为了促进高职学生的健康成长,以坚持运动作为推动高职学生发展的关键因素。因此,要想提高高职体育教学的整体水平,就必须真正的落实多元理念,做好文化课与体育运动的协调发展。首先应该将多元的项目和形式加入到体育课程教学中。高职体育教育不仅要传授专业的体育运动精神,而且还要将运动精神和品质传递给学生。这些内容都必须要向学生进行介绍,以此养成学生正确的思想观念。其次,要开设相应的比赛项目,让不同班级都能够以比赛为契机进行系统的锻炼,激发学生参与运动的兴趣,提高班级的凝聚力。

这样既能够让学生享受运动的快乐,又能够从中获得精神的涵养。为了完善校园体育教育的基本内涵,还应该创新教学方法,创办特色课程。良好的氛围取决于全方位的引导,不管是学生还是老师都可以参与相应的体育活动,掌握更多的技术要点。老师作为构建体育课程、创新教学方法的执行者必须从更宽泛的角度去考虑体育文化传播的具体问题,应该积极的参与体育理论培训,提高自己的体育竞技水平。学校也可以提出具体的体育教育理念,采用新方法营造良好的教学情境,让学生的兴趣能够保持在一定的高度。除此之外,教师还可以选择使用不同的游戏活化课程教学的基本形式,让不同的学生可以开开心心的加入到体育锻炼当中<sup>[6]</sup>。总之,学校既要重视文化氛围的营造,又要重视加强对高职运动的宣传,让文化教育与体育运动相互促进,更好的为学生的发展提供帮助。

### (二) 利用不同教学方式,提高运动的效果

对于高校学生来说,完善的教育管理制度能够提高学生的执行力。学校通过有效的教育部署,帮助学生明确运动的基本方向,提高对体育运动的认识水平。因此,在完善教育管理理念的时候,高校应该以培养综合性人才为基本的目标,联合体育学科的教学大纲制定出切实可行的管理制度和体系。教育机制的完善能够让学生进一步明确未来的发展方向,能够在学习中积极的参与各类体育活动,尝试通过有效的手段提高自己的运动技能。教育机制的构建需要从理论和实践两个角度入手。首先在理论方面,高校必须要明确体育运动对于高校学生发展的积极影响,在教学中设计相应的知识和内容,提高学生对体育运动的重视程度。通过把体育运动的前沿资讯,丰富自己的运动经验。在实践方面,学校也需要创设运动平台,为学生提供有效的运动指导<sup>[7]</sup>。在选用体育教学方式的时候,应该针对不同运动的特点选取与之相匹配的教学方式。为了检验教学效果,教师还要设定具体的评价标准。体育运动能否取得良好的效果在于教师在课堂教学中的实践行为。为了避免出现教学效果不佳的情况,学校要构建有效的教学和评价体系,帮助教师快速成长。对于一些年轻教师来说,过分娱乐化的课程能够给他们带来教学上的成就感。这种错误的意识会随着教师经验的增加而逐渐消失。因此,为了促进教师的发展,要合理的利用管理制度手段,提高教师的认识。学校对于教师的学习效果进行评价和反馈,指出教师教学中所存在的问题,帮助教师找到课程改革的基本方向。通过这些举措,既能确保体育课程教学的有效性,又能给教师提供自我成长的机会。

### (三) 提高师资的综合水平

优质的师资力量能够确保高校体育教育工作得到有序开展。在培养和构建教师团队的时候,高校首先要提高选拔门槛,用科学而严格的选拔制度,挑选适合的教师。这些教师必须具备良好的业务素质和丰富的教育经验,这样才能够胜任体育教学的基本工作<sup>[8]</sup>。在选拔人才的时候,学校也可以不局限于特定的专业,而是选拔那些具有丰富运动经验的教师。这些教师不仅具有较高的理论基础,而且还能够能够在教学中利用自身的运动经验与学生进行交流和分享。在学生看来,直观的经验比深奥的理论知识更有效果。对于教师的培养,学校也应该制定专门的计划,设置长期培养目标,并且定期选派教师到校外与其他学校的教师进行交流。教师通过收听讲座和参加教育教研活动的方式,提高教自身的专业素养和教学能力。为了让教师能够适应新时期体育运动的发展

特点,教师也要特别去学习相关的教育学和心理学知识,将这些知识与体育教育相结合,提高课程的科学性和完整性,给学生带来更多的可用资源。个别教师的成长虽然能够提高教育的水平,但是却缺乏后劲儿,为了避免教师由于自身动力不足造成的教育水平过低的问题,学校还要组织专业的教育团队<sup>[9]</sup>。在教育团队中,各个教师会获得全方位的培养和发展。教育团队的实行有利于教师之间的沟通和交流。对于教学问题,教师也可以进行集中的研究和讨论。体育教育行为不同于其他教育内容,具有丰富的实践性,单凭一个教师的智慧是很难提高教育水平的。因此,必须要发挥教育团体的作用,不断激励教师。在体育教育中,充分发挥集体智慧的优势,改变原有的教育手段,为学生提供更多的运动指导服务。基于此,完善的培养和管理机制能够决定高校教师的工作质量。高校管理层也应该从制度角落提高对体育教育行为进行规范,以便学生能够在高效的课堂学习中找准发展的方向,明确自己欠缺的能力。针对学生的问题,教师和学校都应该予以关注,通过有效的教学指导,帮助学生解决这些问题,为学生的未来发展提供积极的引导和支撑<sup>[10]</sup>。

### 结语

综上所述,高职体育教育发展是基础性课程教学的需要,同时也关乎着学生的身体健康。基于此,教育改革发展离不开课程教学水平的提高。针对体育课程教学中存在的问题,教师必须要深化理解体育教育的内涵,从体育课程的特征和重要性入手,进一步促进体育教学方法和形式的改革,以新的育人手段和教学方法,完善高职院校体育课程系统,构建良好的评价体系,实现素质教育的基本目标。

### 参考文献

- [1]田雷. 基于职业特点对高职护理专业体育教学分析研究[J]. 才智, 2019(14): 110.
- [2]姜伟伟. 激发高职体育教学实效性与实践体育"课程思政"的实践研究[J]. 山东体育科技, 2021, 43(3): 60-64.
- [3]丁梅. 高职院校开展阳光体育运动探讨——以啦啦操为例[J]. 文体用品与科技, 2021, 24(24): 162-163.
- [4]何永飞, 王彤. 传统武术文化融入高职体育的研究[J]. 当代体育科技, 2021, 11(36): 153-155.
- [5]冯菲菲, 叶润平. 广东省高职学生体育生活方式现状调查研究[J]. 文体用品与科技, 2021, 24(24): 147-148.
- [6]蒋晓军. 高职院校多元一体化体育课程体系的构建与实施[J]. 高职学生体育, 2021(11): 94-96, 51.
- [7]刘金鑫. 新时代视域下高职院校公共体育课嵌入课程思政的理念探究[J]. 灌篮, 2021(22): 109-110.
- [8]姜宝华, 齐海杰. 以就业为导向的高职体育教学新模式分析[J]. 灌篮, 2021(22): 111-112.
- [9]刘宇晶, 赵宁. 高职体育专业教学中的"课程思政"研究[J]. 金融理论与教学, 2021(6): 116-118.
- [10]张东升. "翻转课堂"教学模式在高职体育教学中的应用[J]. 辽宁师专学报(自然科学版), 2021, 23(3): 34-36.

### 作者简介:

李跃鹏(1987.01-),汉族,河北省三河市人,本科,助教,就职于廊坊燕京职业技术学院,研究方向:职业技术教育学,体育教育。