

中职学校体育与健康教学改革研究

田维军

(贵州省思南县中等职业学校 贵州 思南 565100)

[摘要]随着我国教育体制改革的不断深入,中职教育在课程形式和内容上也进行了诸多改进,特别是在体育课程上,参与体育活动不仅能够强化中职学生的身体素质,而且对于更新体育教学模式也有重要意义。在中职学校体育与健康教学的改革过程中,教师要本着从学生出发的原则,结合其生理和心理特点,立足教学实际,挖掘教育资源,促进学生身心全面发展。

[关键词]中职学校;体育与健康;中职教学

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2021.03.045

1. 体育与健康核心素养培养的影响因素

1.1 社会与人文环境

从体育教育和健康课程的发展中获得的重大影响通常应与实际的对象和条件有效地结合起来。学生体育领域核心素养技能的形成不可避免地受到学生所属环境的影响。人们生活的环境不仅是他们了解和理解的自然环境,而且还是人类独有的人文环境。自然环境属于世界万物长期生存所不可或缺的原始自然空间,而社会和人文环境是人类通过悠久的历史沉淀而形成的社会关系氛围。在体育和健康方面,中等职业学生的核心素养培训不仅需要依靠社会和人文环境,而且还将受到社会和人文环境的不同程度和方向的影响。

1.2 体育课的资源

学校体育资源的广度和深度是学校体育的必要条件,缺乏体育资源以及业务发展和利用不足会对体育教育和健康产生不利影响。体育课程的硬件资源通常包括专家老师,大量的运动器材,标准场地和全套设备。正确准备硬件资源通常在促进学生在体育教育中的核心素养发展方面起着积极作用。软件资源是发展学生体育领域核心素养技能的主要战场,体育和健康教育的丰富和深化,课外体育活动以及大规模放松时间活动的资源收益是不容忽视的。校园图书馆作为一种隐性资源,科学技术的发展以及信息技术在教育中的普及,为有效,快速地获取资源提供了足够的文化动力支撑。

2. 体育与健康教学的发展现状

首先,教育观念的落后。尽管新课程改革已经进行了一段时间,但许多体育教师在进行某些教育时仍遵循传统的以考试为中心的教学理念,并考虑提高学生的身体素质是体育实践中追求的唯一目标。在这种教育理念下,教师在进行教育时常常忽略学生的整体体育素养的提高,而侧重于教授基本的体育知识和体育技能,这很难激发学生对体育学习的兴趣。其次,教学方法单一。与国外相比,我国的中等职业和体育教育改革起步较晚,在教师开始教学时,他们基本上采用传统的示范教学法。这种教学模式不仅限制了体育教学的质量,而且阻止了学生提高整体体育素养^[1]。最后,缺乏评估方法。本文指的是学生在日常课程和学期考试中的评估。此阶段的评估主要基于技能评估和出勤评估。这种不科学,不合理的评估模型与体育和健康的核心素养技能不一致。

3. 中职学校体育与健康教学改革措施

3.1 激发学生运动兴趣,培养良好的运动习惯

部分学生对体育课程有排斥心理,所以教师要从学生的心理实际入手,挖掘一些更加新颖有吸引力的教学内容以吸引学生的注意,突出学生的主体地位,使其深入了解体育课的趣味性以及加强锻炼的积极作用,积极参与田径运动^[2]。中职学生也是未来社会发展的主力群体,除了专业素养以外,强大的身心素质也是必备条件。

3.2 加大资金投入,健全体育教学设备

随着中职学校规模的扩大,人数也在不断上升,需要引入新的体育器材和设备。学校应该加大资金投入,扩大体育场地,增设体育运动项目,购买新型的跑步机以及健身器材,激发学生的锻炼热情。

3.3 创新教学方法,提高体育教师素质

建立一支高素质的体育教师队伍和创新的教学方法,对改善中等职业学校的体育教育和健康教育具有积极意义。在介绍老师时,有必要综合考虑专业技能,专业素质,思想道德方面。现有的体育教师必须奉行终身学习的理念,继续提高其专业能力,并积极参与和理解相关的教育。可以提供先驱信息的主题,并且可以消除传统的教育^[3]。优化体育教学方法,在体育课上引入有趣的竞赛活动,加强体育运动形式,制定补偿和处罚规则,激发中职学生的身心特征,热情和主动性,并追求身体健康。

3.4 强调中等职业教育的特点,并改善学习主动性。

大多数中等职业学生的文化成果差,对学习的兴趣不大,但是大多数是外向型的,并且在活跃的过程中表现出较高的热情。体育课的目的是关注学生的心理健康,提高他们的身体素质。老师可以与学生进行更多的交流,了解内在的难题,并帮助他们解决问题。指导学生,培养对学习的信心和兴趣,并继续坚持做田径运动。

3.5 制定精细化的教学目标

首先,体育教师应根据不同年龄段学生的身体和身体储备状况,随着人们生活水平的提高和经济水平的提高,人们的耐力,尤其是青少年的耐力逐渐下降。人们希望变得更糟,并使他们的教室更高效^[4]。为了有效地进行改进以避免安全事故,在制定教育目标时必须充分考虑学生的身体健康。其次,各个年龄段学生的具体心理发展特征也是决定他们目标的关键因素。例如,中等职业水平的学生在逻辑思维上取得了长足的进步,得到了有效的发展和提高。因此,现阶段设定的教育目标应着眼于中等职业学生的好奇心和好奇心。学生的自尊心,目标设定要求不应过高。

3.6 课程评估体系的变化与管理机制的完善

为了更好地调动学生的积极性,中等职业学校必须完善考核体系,结合学生的学习技能,教学表现,课外实践和出勤率,进行全面客观的考核,并从整体上进行考核。链接和整个过程。

结论

综上所述,中等职业体育的核心素养教育不仅是有效发展学生核心素养的关键环节,而且还可以使学生充分体现中等职业体育的素质核心竞争力,从而社会行为和健康行为得到体现。在体育领域,核心素养培养包括运动和健康等关键要素,以通过健康知识和行为,运动技能和习惯的有机整合来形成学生的包容性和健康个体以及健康的生活方式。体力训练。有效地提高学生的情绪和品德,以及学生的核心素养能力。

参考文献

- [1]李志军,霍秀枝.中职学校健康教育与体育教育的关联性[J].国际公关,2020(07):65-66.
- [2]周小霞.中职体育教学对中职护生体质健康的影响及对策[J].卫生职业教育,2018,36(24):42-43.
- [3]吴来生.分层教学法在中职学校体育与健康课程教学中的应用[J].西部素质教育,2018,4(11):77-78.
- [4]司张峥.中职学校体育与健康课程“1+3”教学体系设计[J].当代体育科技,2017,7(11):79-80.