

关于中职体育教学中存在的问题及教学思考

皋丽珍

(锦州市现代服务学校)

[摘要]对于中职学校的学生来说,在毕业之后将直接步入社会,经历激烈的市场竞争,需要具备较强的身体素养和心理素养才能够保持健康的发展状态,教师需要通过合理设置课程内容、教学方式多元化、因材施教、传授健康知识、培养体育品德、加强互动教学、丰富校园生活的方式营造良好的学习环境,为实现核心素养的有效提升提供便利条件。

[关键词]中职;体育教学;问题;教学思考

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.08.030

引言

众所周知,步入中职学校的学生,主要目的是为了能够尽快加入社会工作中,因此他们自身学习基础相对来说比较薄弱,对于知识结构不够了解,从而导致他们在日常学习过程中会出现不同的问题。另外,中职学校的主要教育目的是为了培养更多的复合型人才,从而顺应社会发展的要求,所以我国教育并没有对中职学校学生的知识、技能掌握程度提出较高要求,而是着重关注学生的体能水平以及其专业技能。体育作为可以促使学生身心放松且提升身体素质的一门学科,在某种意义上,它与学生专业技能水平的提升有着很大的关系。所以体育教学在中职学校的地位逐渐受到重视,在这一背景下,中职体育教师更应该加强自身对体育课程的重视程度,并结合中职学校办学特征,探究当下体育教学中的一系列问题,并分析了针对性的解决方式,以此提升中职学校学生的运动精神与体育素养。

一、中职体育教学的意义

形成终身锻炼的意识对学生今后的成长来说有着非凡的意义,因为运动习惯的养成可以使人终身受益。为身体健康,运动是必不可少的。但是由于学生之间的个体差异,所以终身体育意识的培养需要考虑到班级中的实际情况,最终推动良好的学习氛围。近些年来,我国经济水平发展较快,国人当前的生活方式也是日新月异,交通工具的普及也丰富了出行的方式,但是在便捷生活的前提下也导致了身体长期处于亚健康的状态。因此,教师在开展中职体育教育的时候,需要能够对社会发展变化进行深入的了解,将终身锻炼的意识渗透在体育教育的方方面面,这对于学生当前的成长起到重要的影响。首先,中职学生的身体发育速度在现年龄段非常快速,因此更需要体育教师进行身体素质的强化训练,这样学生在学习的过程中才能够实现快速成长。其次中职也是学生认知能力以及各项行为习惯逐步形成的关键时期,这一阶段教师为学生营造终身锻炼的体育氛围更有助于学生的成长。这些内容对于学生今后的成长非常重要。

二、中职体育教学中存在的问题

(一)教学理念和教学思维保守,影响教学质量

体育教师的教学理念和教学思维会直接影响到教学质量,目前在部分中职学校的体育教师队伍中会呈现梯级年龄结构,同时存在不同年龄段的任课教师,这在思想意识和思维方式上就容易出现两极分化的现象。对于年轻教师而言,接受新鲜事物的能力较强,且具有较强的创新意识和创新能力,所以教学理念较为超前,教学思维较为灵活,教学方法较为丰富,很容

易受到中职学生的喜爱。而年龄相对偏大的体育教师,容易受到传统教学理念的束缚,在教学工作中缺少创新意识,如果还按照传统的思维方式向学生讲授体育训练中的注意事项和田径理论知识,很容易激发学生的抵触情绪,这种紧张的师生关系会直接降低教学质量。

(二)中职体育投资力度不够,设备落后

根据相关调查,发现我国体育在改革的过程中,国家教育部门及学校管理部门对中职的投资力度不够,导致很多中职学校没有过硬的体育训练场所,也没有符合国家标准训练器材,正所谓“巧妇难为无米之炊”,学生没有合适的训练场所和训练器材,加之学校和相关教师也不重视体育锻炼,导致学生的身体素质得不到有效的提升。同时,体育器材存在安全隐患也是这些年体育课出现安全事故的重要原因之一,比如体育训练场地设计不合规,学校操场凹凸不平,排水渠缝隙过大,操场跑道过窄,导致学生训练空间不够。另外,还有一些体育设备落后,比如学校单杠、双杠安装固定不牢固,使用过多年没有及时检查维护或者更换。根据相关调查报告显示,这些年来,有很多学校因为体育设施不过关,导致学生发生事故。例如,某学校因泳池不符合规定,一体育生跳水时头撞击到泳池底部,造成学生颈椎骨折四肢瘫痪;多个学校学生在体育课期间,掉入操场跑道的排水渠,导致学生受伤。总之,由于学校设施不符合标准而导致学生受伤的事故层出不穷,相关部门及机构要加大投资力度,学校建设部门、安全部门也要在建设过程高度重视质量。

(三)体育教学内容片面化

随着教学改革的深入推进,大多数中职学校慢慢了解到体育对学生发展的重要性,并尝试通过体育教学提升学生的身体素质,培养学生的终身体育精神和意识,在强化学生体育运动技能方面也有一定的作用。但实际上,体育教学在中职学校中还呈现出片面化问题。很多教师只注重学生的体育基本技能和基础知识,比如在篮球教学过程中,大多数体育教师都会让学生根据规范动作不断进行练习,如投篮或者是运球等,要求学生规范自己的动作,且将其视为提升学生篮球技能的主要方式之一。另外,当教师在带领学生进行热身运动时,通常情况下一般选择跑步的方式进行热身,或者是随着教师一起做健身操,而且学生在体育课堂中也只是学习基础的运动技能或技巧。但这一教学内容很难满足中职学生对体育学习的个性化需求,再加上教学模式过于守旧,所以很难激发学生的体育学习兴趣。

三、中职体育教学优化策略

（一）重视资源投入，转变教学意识

新时代体育教育工作作为中职课程体系的基础组成部分，既要强化学生的身体素质，又要提升学生的心理健康，确保学生可以在日常生活和工作压力中形成良好的意志品质，可以尽快适应多变的社会环境。这也是提升中职学生核心素养的重要工作之一。因此，中职学校要在重视体育教学工作的同时，结合以往教学经验和新时代教学要求，构建全新的体育课程。传统中职体育教学工作更为注重课程知识的传递和技能学习，且大部分时间集中在课内，而在教育革新中将体育学习从课内延伸到课外，积极组织学生参与丰富多彩的体育训练活动，鼓励学生参与学校或社会组织的锻炼项目，不仅能有序完成每个阶段的教学工作，还可以充分调动学生，积极参与体育教学任务的热情。需要注意的是，要想保障中职体育教学活动可以有序开展，学校领导和教师要在增加基础设施设备投入的同时，针对学生的个性化需求提供多种选择，促使他们在参与体育活动的过程中真正体会到它的魅力，以此为形成终身体育锻炼意识和能力奠定基础。

（二）借助体育游戏调动学生的学习兴趣

在中职学生的教学实践中，教师要基于学生兴趣和爱好，科学地对体育游戏进行设计。在整个教学活动中调动学生的学习热情，实现体育教学效率和质量的提升。例如，在训练学生耐力跑时，教师要避免学生在长跑中出现走下来的情况，这样的教学效果很容易让学生对长跑失去兴趣，严重的学生甚至会对长跑产生厌倦。对此情况，教师要主动观察中职学生的发展特点，结合课堂中学生的实际表现，激励学生根据自己的兴趣采取有效的跑步方式。同时，教师也要注重对学生耐力跑方式的选择，可以在其中设置具有趣味性的游戏让学生提升兴趣。再如，中职学生中男生对篮球有较高的兴趣，教师可以针对篮球设计一个“篮球接力”的体育游戏。学生在教师的引导下分成若干小组，教师的哨声作为比赛开始的信号，当哨声响起，第一名学生要在跑步中加入运球动作，在操场上跑一圈，回到起点将篮球传递给另一名队友，以此类推，在最后一名学生结束运球时，教师宣布比赛结束，用时最短的一组获胜，由教师公布结果。开展这些带有比赛性质的游戏，能够在整个比赛环节中激发学生的积极性，使学生将全部的注意力放在篮球比赛中，以减少学生在跑步中的疲惫感，进一步锻炼学生的耐力。

（三）丰富体育活动的种类

通过科学的体育教育，让学生可以在身心方面得到巨大的成长，这不仅体现在当前学校知识的学习中，而且将来学生步入社会，为日后的健康生活提供保证。在中职教育中，学生的主要目标依旧是对课程知识的学习，但是经过长时间的学习以后，学生难免会感觉到疲惫，所取得的学习效果并不显著。通过户外体育运动对学生进行调整，在放松之余锻炼自己的身体，这样可以让他们有更完善的精神状态面对接下来在学校中的挑战，这样让学生感受到体育课程学习的意义，最终推动学生的成长。例如，在体育中并不是所有的运动都要一概而论，可增加篮球比赛分组、综合运动分组等，让学生能够选择自己所喜爱的运动，在运动中得以缓解自己的压力，让学生体会到

课程知识学习的动力，让学生意识到体育课程学习并不仅仅是一门课程而已，让学生怀揣更高远的目标进行体育运动，逐步培养学生终身体育锻炼的意识。

（四）挑选专业教师，注重专业知识和道德素养的提升

在中职体育教学中，首先，应该加强体育教师的选拔，通过多重方式定期考核，注重对体育教师道德素质的考察和培养。每学期都应该定期对学生、教师进行思想教育，加固思想的城墙，这样才能更好地培养出茁壮的“树苗”。其次，要注重对体育老师责任心的培养，提高教师的道德素质、专业技能知识。要求体育教师必须遵循《体育教学大纲》，教学要有科学的教学计划，对于身体有疾病甚至残疾的学生，要做好安排，确保每个学生都能得到合理的锻炼。在正式的体育训练之前，要做好热身，对学生做好相关健康的询问，并提高学生自我防护的意识和能力。当然，在体育课内，还应该遵循新课程改革下的教师观，特别是要关心爱护学生，严禁对学生进行体罚或者变相体罚。

（五）设计系统而完善的训练计划，达到理想的训练效果

为了达到理想的体育训练效果，体育教师应该制定系统而完善的训练计划。体育训练需要遵循一定的规则，保证学生严格按照训练要求完成各项动作训练，避免学生在训练中受伤。在制订训练计划时，体育教师可在训练大纲要求的基础上，对学生的身体素质和心理素质进行深入的研究，可根据学生的身体素质和心理素质制订分层训练计划，确保不同层次的学生都能够得到相应的训练强度。分层训练具有较强的科学性和合理性，只有训练强度符合学生个体的身体机能，才能够达到理想的训练效果。体育教师还可以针对有体育特长的学生单独制订训练计划，挖掘学生的潜在可能性，促进学生的个性化发展，还能够通过特长训练培养学生的自信心和意志力。科学合理的训练计划，有助于体育训练的顺利实施，最终达到理想的训练效果，既能够满足训练大纲的要求，又能够让全体学生都得到发展，这才是体育训练的最终目的。

结束语

在新时期中职体育改革中，需要教育部门、学校以及教师等多方共同努力，不断地落实素质教育的具体要求，培养学生的综合能力，促进学生的全面发展，为我国建设体育强国做出应有的贡献。

参考文献

- [1] 陈建毅. 通识教育视域下中职体育教学改革创新探究[J]. 河南农业, 2019(36): 38-39.
- [2] 常化洁. 浅谈中职生体育学习观的现状及其转变策略[J]. 职业, 2019(36): 116-117.
- [3] 曹建平. 体育教学的思考[J]. 高考, 2019(36): 169.
- [4] 杜庆虎. 在体育教学中如何提升学生身体素质与职业能力[J]. 高考, 2019(36): 170.
- [5] 姜丽云, 习在瑞. 在中职体育教学中应用体育游戏的教学模式研究[J]. 天天爱科学(教学研究), 2019(12): 113-114.
- [6] 卢志刚. 论中职体育教学中的人文素质教育研究[J]. 知网文库, 2019(24): 293.