

高职院校体育教学改革与发展研究

黄明礼 彭素珍 黄冠峰

(湄洲湾职业技术学院 福建莆田 351100)

摘要: 体育课是实现高职教育人才培养目标的重要组成部分,不仅关系到学生的健康成长和幸福生活,而且关系到国家民族的未来,为此深化高职体育教学改革,不断完善高职体育体制和机制迫在眉睫。该文通过文献资料法,结合笔者工作的实践经验,对高职体育教学内容、课程资源建设、学生终身体育意识培养、教学评价等方面存在的问题进行了分析和探讨,并提出了相应的改革策略。

关键词: 高职体育 体育教学 教学改革 改革策略

中图分类号: G807.4

文献标识码: A

文章编号: 2095-2813(2022)03(c)-0154-03

Research on the Reform and Development of Physical Education in Higher Vocational Colleges

HUANG Mingli PENG Suzhen HUANG Guanfeng

(Meizhouwan Vocational and Technology College, Putian, Fujian Province, 351100 China)

Abstract: Physical education is an important part of higher vocational education talent training goals. It is not only related to the healthy growth and happy life of students, but also related to the future of the country and nation. Therefore, it is urgent to deepen the reform of Higher Vocational Physical Education and constantly improve the higher vocational physical education system and mechanism. Through the method of literature and combined with the author's practical experience, this paper analyzes and discusses the problems existing in the teaching content of physical education in higher vocational colleges, the construction of curriculum resources, the cultivation of students' lifelong physical education consciousness and teaching evaluation, and puts forward the corresponding reform strategies.

Key Words: Higher vocational physical education; Physical education; Teaching reform; Reform strategy

体育运动不仅具有增强体质、娱乐,还有政治、教育、经济等功能,其最主要功能是增强学生体质,但高职体育教育对于增强学生体质的作用堪忧。我国大学生体质水平近30年呈下降趋势,速度、力量、耐力、爆发力在下滑,相反学生的近视率、肥胖率在提高。导致高职体育课无力增强学生体质的直接原因是高职院校的体育教育质量不高。因此,深化高职体育教学改革,提高体育教育质量迫在眉睫。

1 树立“健康第一、终身体育”的理念

正确的体育教学理念是高职院校体育教育发展的决定性因素。《关于深化教育改革,全面推进素质教育的决定》明确指出“学校教育要树立健康第一的指导思

想,切实加强体育工作,使学生掌握基本的运动技能,养成坚持锻炼身体的良好习惯”^[1]。当前,转变传统落后的体育教学观念,贯彻“健康第一、终身体育”的指导思想是高职体育教学进行深化改革的前提。

2 当前高职体育教学存在的主要问题

2.1 教学内容“教什么、教多少”的迷茫

近年来,高职院校的体育教学改革一直提倡体育课要能提高学生职业素养、要能有效增强学生体质、要能培养学生终身体育意识等,但是在真正的实施过程中,很多体育教师仍然不知道要教什么,还是持“会什么教什么”的老思路,以至于类似“扁担、南瓜”的教学内容进入体育课堂。此外,高职体育课只上两年,课时

基金项目:高职院校体育教学改革与发展研究(MZY2030)。

作者简介:黄明礼(1983—),男,硕士,讲师,研究方向为体育教育。

有限,而该上的体育项目又很多,很多体育教师对各个教学内容教多少还很迷茫,“蜻蜓点水”“低级重复”的教育现象仍然广泛存在^[2]。

2.2 课程资源建设存在误区

以往说要大力开发课程资源,但是对课程资源的开发,没有进行约束和指导,导致像棋牌、电子竞技、劳作等非活动性和非技术性学习性的内容进入体育课堂。另外,体育在中国高职体育教育中一直是一门必修课,这种以必修课为主、选修课为辅的体制,大大限制了课程资源的多样性,造成许多高职院校的课程资源满足不了学生学习的需求。

2.3 忽视对学生终身体育意识的培养

高职院校体育教学是要培养学生的终身体育意识,但是在理论认识上还不系统、不全面,教学内容的安排大多是重视体育技能的教育,不重视学生运动兴趣、运动习惯、运动意识的培养,导致高职院校学生终身体育意识比较淡薄^[3]。学生对运动缺少热情,对智能电子产品着迷,宅在宿舍里玩手机、电脑等现状令人担忧。

2.4 教师评价重科研轻教学

当前,许多高职院校在体育教师职称评审制度、教师激励制度等上多是以科研评价为主,而教师在教学方面的努力却很难得到认可,这样的评价方法很大程度上影响了教师在教学上的积极性,影响了教师教学的质量。

3 高职体育教学改革的策略分析

3.1 改革教材体系

3.1.1 科学地选择课程内容

教师“能教什么,就教什么”,有教师把“扁担、南瓜”带进课堂,这体现了教师对教学内容安排的迷茫。教师选择教材,在考虑现实办学条件的同时,还应考虑以下因素。首先,课程内容要讲究趣味性,要受学生喜欢,能吸引学生的积极参与。其次,课程内容要讲究实用性,要能有效增强学生的体质,能提高学生各方面的身体素质,有益于学生的日常生活。再次,课程内容要讲究终身性,要符合当前社会的发展,能激发学生的兴趣,能作为学生终身体育的锻炼项目。从次,课程内容要讲究针对性,要结合学生今后的职业特征(站立型、伏案型、综合型)进行选择,让运动不仅增强学生的体质,还提高他们的职业素养。比如航海专业的学生,游泳要学好;服务专业(前台、空乘、营业员等)的学生,形体和礼仪要学精;学前教育专业的学生,体育游戏和队

列队形要学透^[4]。最后,还要选用能对学生进行理论教育的课程内容,传授学生关于健康生活、运动损伤处理、卫生保健等方面的知识。

3.1.2 各类课程内容该教多少

高职院校一般开展两年的体育课,课时有限,每个课程内容该教多少应得到重视。毛振明教师把课程内容分成了精学课程内容、粗学课程内容、介绍性课程内容、锻炼性课程内容四类,这四类课程内容分别完成自己的任务,使体育课可以分门别类地教好。

精学课程内容:多排、多练。此类课程内容属于精学课程,技术性很强、可学习性很强、健身价值高、趣味性也很强,教师非常重视它,在很多年级都要教此部分内容,是要让学生学好、学透的课程内容,是学生要掌握的2~3项运动技能之一,是为学生养成终身体育意识做铺垫的项目,比如篮球、足球等都属于此类课程内容。

粗学课程内容:简教。此类课程内容不需要学得那么精、那么透,但是要让让学生知道基本的运动知识、运动技能,属于“师傅领进门,修行在个人”的项目,比如羽毛球只需教会学生持拍、移动步伐,网球、健美操等也都属于此类课程内容。

介绍性课程内容:少教、少练。此类课程内容作为一种体育文化知识,只需教一点,基本上一节课就教完,能让学生观赏体育比赛即可,学生学完后能对该体育项目有所了解。比如高尔夫,学生只需知道它是什么样的运动、需要什么道具、其比赛方法,拳击、棒球、汽车拉力赛、橄榄球、铅球等也都属于此类课程内容。

锻炼性课程内容:课课练。身体素质是掌握一切运动技能的核心,灵活性、耐力性、速度性、力量性、协调性等身体素质练习,要融入每节课的运动技能学习中。

3.2 加强课程资源的建设

3.2.1 开发新的课程资源

多样化的课程资源体系能让教师有更多的内容、更多的条件进行教学,是培养学生体育运动兴趣的需要,是对学生进行因材施教的需要。高职院校专业繁多,所处的地域不同,可以根据各校的实际情况,开发各种符合各校办学特色的校本教材。此外,运动处方、心理拓展训练、过去有所忽略的内容、新兴运动项目等,这些都是当前可开发的课程资源内容。

3.2.2 开展多样化的体育课堂形式

体育课在我国高职院校教育中一直是一门必修

课,许多高职院校因为各种原因,体育课的开展形式多是以必修课为主,选修课和体育俱乐部为辅。反观国外,近年来,许多大学纷纷取消体育必修课制度,将体育变成一门选修课,并且大力发展体育俱乐部,这是值得借鉴的经验。以必修课为主,开设的课程数量就会受到限制,不能满足学生的需求,多样化的选修课和体育俱乐部却让学生接触到多种的运动项目,能帮助学生找到最适合自己的项目。因此,当前我国高职体育课开展形式的重心要改变,应改变传统的以必修课为主,转向开展多元化的选修课和体育俱乐部,并大力加强“课内外体育一体化”建设。

3.3 培养学生终身体育意识

3.3.1 终身体育意识来源于对运动知识的了解

体育教师要注重对学生运动知识的传授,利用体育课堂上各种机会向学生讲各种各样的运动处方以及运动方法,那么学生一定是会锻炼的人,其终身体育的意识也将是非常清晰的^[5]。比如,了解了篮球运动,知道什么是投篮、什么是罚球、大概的犯规动作等,当恰好在这个场合遇到篮球运动时,就会有兴趣去参与。

3.3.2 终身体育意识来源于运动实践

试想一个人既不了解,也没接触过某项运动,那么他会以该运动作为自己终身体育锻炼的方式之一吗?比如高尔夫运动,一个“高、大、尚”的贵族运动,但是对于很多人来说,是“只闻其声、不见其人”,因为不了解,自然就体会不到它的娱乐性和锻炼价值。因此,高职体育课要开展多元化的体育课程,让学生有机会去参与、去了解、去学习,从而产生体育兴趣,产生终身体育意识。

3.3.3 终身体育意识来源于体育文化的熏陶

乒乓球是我国的国球,不管男女老少,多数人拿起球拍都会“比划”几下;巴西人很喜欢踢足球,街头巷尾经常可以看到人们踢足球的身影;在欧洲,足球运动风靡,每逢赛事,万人体育场经常是座无虚席。不见得每个中国人乒乓球打得有多好,每个欧洲人足球踢得多溜,每个美国人橄榄球打得有多好,但是作为一个国家引以为豪、拿的出手、很有面子的运动项目,其基本上是该国多数人在现实生活中能够接触到且会参与的运动项

目,这些运动项目有着深厚的群众基础,自然也是该国人民群众健身的一大体育运动项目。

3.4 构建客观、全面的教师评价体系

当前,许多高职院校对体育教师的评价是“重科研轻教学”,这种评价制度没有平衡教师教学与科研的关系,使得体育教学地位日益下降,影响了教师的教学质量。为更客观、全面地评价体育教师的职业素养,让体育教师重新将工作的重心放在教学中,应该建立教师教学过程评价与教师科研成果评价相结合的多维评价体系^[6]。其中,教师教学过程评价主要包括教师自我评价、同行评价、学生评价等,这些评价对教师的师德修养、体育专业理论学习、钻研教材、编写教案、课堂教学等教学活动起到监控、督导、反馈的作用,有助于保障体育课堂的教学质量。另外,教师教学成果评价主要看教师论文、专著等发表的质量和数量,对教师的体育专业素养的提高能起到促进作用。

4 结语

体育教学改革是推动高职体育教育不断前行的动力,因此广大高职体育教师要时刻关注、研究高职体育教学改革政策,并且在实践中不断摸索、不断创新,只有这样,才能不断完善高职院校体育教育的体制和机制,实现高职人才培养目标,促进学生的全面发展。

参考文献

- [1] 中共中央国务院关于深化教育改革,全面推进素质教育的决定[Z].1996-06-13.
- [2] 毛振明,李捷.响应全国教育大会号召,让学生在体育锻炼中享受运动乐趣[J].北京体育大学学报,2019,42(1):23-29.
- [3] 石成银.浅谈新时代高职院校体育课程教学改革与发展研究[J].冰雪体育创新研究,2020(11):83-84.
- [4] 余水.突出职业特色是高职体育教学改革的核心[J].体育世界:学术版,2020(3):149,148.
- [5] 钟贞奇.高职院校体育课程教学改革与发展研究[J].现代职业教育,2021(22):160-161.
- [6] 潘琛.高职院校体育教师教学能力评价指标体系的构建研究[D].南京体育学院,2020.