

基于职业发展需要的高职体育课程建设探究

李建文

(曲靖职业技术学院, 云南 曲靖 655000)

摘要: 职业教育一直以来承担着培养契合社会发展需求人才的重任, 体育课程作为高等职业教育体系当中的一门公共必修课程, 具有培养学生体能素养, 助力学生职业能力发展的重任。随着课程改革的深入推进, 高职体育课程建设面临着前所未有的机遇和挑战。为了满足学生职业发展需求, 高职院校必须在充分认识到体育课程对学生全面发展的重要价值意蕴的基础上, 遵循体育课程建设原则, 积极探索基于职业发展需要的高职体育课程建设的可行性路径, 并将理论付诸实践, 唯有如此, 才能培养出来更多身心健康且具有良好职业素养以及能力的高素质技能人才。本文正是对基于职业发展需要的高职体育课程建设的有关内容做出深入探究, 以期为广大教育工作者提供参考与借鉴。

关键词: 职业发展; 高职; 体育课程; 建设

高等职业教育作为我国教育体系的重要组成部分, 其办学目标不能仅停留于传授专业知识与技能层面, 更重要的是为学生的职业发展奠定坚实的基础。高职院校的体育课程是培养学生职业体能的主阵地, 因此, 体育课程建设必须紧跟时代步伐, 引进先进的教育教学理念, 将职业特性充分彰显出来, 一边传授专业的体育知识, 一边提升其核心体育素质, 助推职业能力培养以及个人发展的同步提升。

一、体育课程对学生全面发展的价值意蕴

(一) 有助于促进大学生全面发展

除了高等院校的体育专业外, 我国体育课程的基本定位为: 促进学生身心健康发展, 锤炼学生的意志品格, 为学生自由而全面发展奠定良好的基础。由此看来, 体育课程不仅有利于增强学生的身心素质, 而且还能助力学生紧跟时代步伐, 实现个人的长远发展。体育是对身体的教育, 是最根本最基础的教育。相较于其他课程, 体育课程在人才培养上拥有其独特的优势和作用。一是有助于增强学生的体质健康, 提升生理机能, 为其以后的学习和工作奠定良好的身体基础。近年来, 大学生身体素质下降趋势明显, 部分学生迈入高校之后, 因为放松对自我的管理, 甚至可能会因为饮食不健康或者作息不规律等出现身体健康状况急剧下滑的状况。通过体育运动和体育课程锻炼身体, 改善身体状况, 以便以更加良好的状态投入今后的学习与工作; 二是有助于磨练学生坚韧的意志, 缓解他们的情绪并释放压力。学生可借助体育运动释放学习压力和生活方面的负面情绪, 这对他们心理健康的维护至关重要。

(二) 有助于促进大学生品格锤炼和人格塑造

体育课程不仅具有身体训练的突出作用, 而且还是人格教育的重要载体。身处于丰富多彩的体育活动中, 学生会亲身接触到各种各样的竞赛规则以及道德准则, 享受运动乐趣, 学会公平竞争, 深刻理解尊重对手的内涵, 这些原则的内化有助于锤炼学生的优秀品格。除此之外, 学生在体育竞赛中还会面临着多种多样的挑战和困难, 这对学生意志的锻炼至关重要。学生只有表现出不畏困难、勇往直前的精神才能获得胜利。当然, 体育课程还要求学生学会合作和分享, 这对培养学生的集体荣誉感以及责任感也发挥着积极作用。

(三) 有助于促进大学生职业能力发展

和普通高校教育相比, 高职教育更加倡导职业能力培养, 体育课程作为高职教育体系的重要组成部分, 对学生职业能力发展发挥着特殊作用。首先, 体育课程有助于培养学生的实践能力,

这完全匹配实践性特征较为突出的技术技能类专业的教育教学需求, 因为这些专业要求学生必须具备良好的身体灵活性以及身体素质, 唯有如此, 他们才能扎实掌握专业技能。其次, 体育课程还有助于提高学生的社会适应能力。高职院校的毕业生未来将迈向各种各样的岗位, 如果不具备超强的工作以及社会适应能力, 那么很难在社会上立足。体育训练恰好能增强学生的意志力, 这对他们适应多种多样复杂的大环境大有裨益。

二、基于职业发展需要的高职体育课程建设原则

(一) 全面发展原则

《全国普通高等学校体育课教学指导纲要》以下简称《纲要》) 明确指出, 体育课程教学目标的制定应囊括不同领域的知识点, 比如心理健康、运动技能、社会适应、身体健康等等。为了满足学生的全面发展需求, 高职体育课程建设的主要体现在三个维度: 一是知识传授。旨在引导学生熟练掌握体育运动的知识与技能, 形成良好的终身体育意识; 二是能力培养。强调培养学生良好的团队精神、社交能力以及心理素质, 以此为学生健康成长奠基; 三是价值引领。旨在从体育以及社会两个角度出发使学生成长为快速适应社会环境的全面发展型人才。

(二) 社会适应原则

在社会快速发展的新时代背景下, 高职院校的毕业生要想适应不断变化的社会需求, 必须掌握特色化的技能并保持与时俱进的先进思想。因而, 高职院校体育课程建设必须把紧社会发展的脉搏。举一个很简单的案例, 攀岩、飞盘、瑜伽等特色化的体育项目可被纳入体育课程体系, 这是学生喜闻乐见的体育形式, 也是日后人际交往以及休闲活动当中最常见的。除此之外, 体育课程还应适当融入健康教育和体适能训练相关内容, 比如向学生普及保持规律体育运动习惯的重要性, 传授专业的健康运动和预防运动损伤方法, 这对今后学生迅速融入社会, 保持良好的身体状况和积极的生活态度具有非常重要的意义。

(三) 岗位需求原则

职业教育的核心目标为培养全面发展的技术技能型人才, 毕业生未来将面对生产、服务、建设等领域一线工作岗位的多重挑战, 这对学生的职业能力水平提出了更高要求。职业能力包括技术能力以及非技术能力两大组成部分。基于此, 体育课程可根据不同专业的特点以及未来工作的体力及心理要求科学合理的设计特色化的运动项目以及锻炼方法。比如, 针对某些对体力和耐力要求较高的专业, 如汽修、护理等, 体育课程可适当增加对应的力量以及耐力训练, 为学生今后顺利进入职场奠定坚实的体能基础。

三、基于职业发展需要的高职体育课程建设的可行性路径

(一) 体育课程模式与安排

随着国内高职院校数量的大幅度增加,新成立的高职院校不论在运营周期还是经验方面均相对缺乏,有时候,不可避免的出现效仿其他学校模式的问题,这便加重了体育课程建设的同质化问题,也难以彰显每所高职院校的特色,进而可能导致学校的整体办学目标不清晰,可能会制约学校整体形象的提升。因而,高职院校在建设体育课程的时候务必应严格贯彻落实个性化的发展理念。体育课程设计应尽可能灵活多样、实践性突出且注重与职业技能相结合。具体措施如下:

第一,鉴于单一的基础课程难以满足高职院校各个专业、不同学生个性化的需求,高职院校体育课程可采用基础体育课程+选修课程相结合的开课模式,即保留基础体育课程作为公共课,同时,积极建立选修课制度,鼓励学生尝试不同运动项目。以装备制造系专业为例,该专业的男生占比较多,教学组织起来相对方便,且对体育锻炼的需求较大,因此,针对机电系高职院校可尝试专门增设体能训练、机械操作者所需的特定体育课程,旨在提升学生的身体素质以及专业技能。

第二,体育教师的排课也应充分彰显专业特色,满足个性化的职业需求。简言之,体育教育应分专业乃至分群体展开,切不可“一刀切”。考虑到机械类专业学生对体质训练、技能提升等方面有特殊需求,因此,高职院校应专门为机械类专业安排特定的体育教师,由他们从机械类专业学生具体职业需求出发制定针对性的体育教学计划,继而提升教育的针对性和有效性。

第三,为了提升体育教育的有效性,增强学生参与度,高职院校应鼓励学生积极加入体育社团或者由体育教师开设体育俱乐部,力争在规定的课时之外为学生提供多样化的运动实践机会,助力其知识技能的全面提升。体育教师指导学生体育社团,开展科学有效的管理工作,以此为契机,为学生提供系统的运动理论、运动保健知识以及运动伤害处置等基础知识培训,确保体育教育更好的服务学生职业发展,满足他们的健康需求,与此同时,进一步彰显学校的办学特色以及教育理念,这对全面提升学校的整体教育质量以及社会影响力尤为关键。

(二) 体育课程师资

教师队伍建设和保证体育课程质量的关键。鉴于高职教育本身的特殊性,高职教育侧重于为生产、建设、管理、服务第一线培养高素质、高技能的优秀人才,因而体育课程建设应以能力培养为主线,融合专业教育以及职业素质教育,将培养学生坚韧不拔的意志力、开拓创新的精神以及团队协作能力放置于关键位置。为了实现以上目标,高职院校应注重体育课程高水平师资队伍的建设,一方面,积极引进体育方面的专家或者退役运动员作为体育课程的兼职教师,旨在借助专业的力量为学生提供专业化的专业和职业指导。另一方面,高职院校还应充分发挥退伍军人良好的柔韧性、协调性、爆发力、肌肉耐力等专业优势,让其扮演健身教练的角色,专注于培养学生强健的体魄,使其形成良好的运动习惯,使学生终身受益。为了提高师资团队的整体水平,高职院校还应严把教聘任用的关口,充分发挥学校优势尽可能吸引高学历、具有丰富经验的人员充实师资队伍,这对提升体育课程师资团队的国际化水平尤为关键。当然,高职院校还应鼓励体育教师积极深入企业开展实践调研,了解不同行业对从业人员身体素质等方面的要求,随后,将其转化为体育理论或者实践知识点融入日常教学过程中,以便为学生今后能在岗位上发光发热奠定坚

实的基础。

(三) 体育课程目标

体育课程的核心目标为提升学生的身体素质和增强其职业适应性。传统的体育课程目标并没有将学生心态以及情感培养放在核心地位,仅局限于体育知识、体育技能等的传授,与此同时,还忽视了学生的学习过程,这样,培养出来的人才可能缺乏创新精神,他们的实际操作能力也不高。因而,高职院校在制定基于职业发展需要的体育课程目标的时候应尽可能将人格塑造、知识技能传授以及健康教育等纳入目标体系并匹配对应的课程内容,以此来为学生未来的职业生涯发展奠基。

第一,塑造人格层面,侧重于培养学生积极主动参与体育锻炼的兴趣和欲望,慢慢引导其养成积极乐观的生活态度,培养学生坚韧不拔的意志品质,提升学生的抗挫折能力以及抗压能力,逐步培养形成终身体育意识和习惯,为学生全方位发展奠基;第二,知识技能层面,要求学生扎实掌握体育健康专业知识与技能,熟练掌握针对运动损伤的有效处理办法,与此同时,提升学生的自我审美能力,为终身体育奠基;第三,健康教育层面,包括对学生的心理健康教育以及身体健康教育两方面,一是帮助学生扎实掌握控制情绪的能力,完善心智,振奋精神;二是帮助学生塑造健全的人格,实现强健体魄,完善身体机能等目标。

(四) 体育课程内容

目前大部分高职院校的体育课程存在的不足就是课程内容较为单一,仅仅涉及田径、球类等类别,同时,部分学校的综合实力不够,难以承接大型的体育比赛。要想从根本上改变这一现状,高职院校在设置体育课程内容的时候必须将学生的终身健康作为目标,积极整合心理健康教育、身体素质教育等方面的内容,进一步推动体育课程的现代化、多元化发展。一是高职院校应注重对学生的社会健康教育,通过群体教育,培养他们的团队协作意识,同时,通过引导学生掌握与同学、教师有效沟通交流的方法,增强行为健康教育的效果。通过合作教育,学生将扎实掌握处理个人与团体、团体与团体之间复杂关系的办法和技巧,这对他们形成正确的价值观、人生观和世界观尤为关键。二是对学生实施挫折教育以及成功教育,一方面,引导学生正确看待成功与失败,通过丰富多彩的体育活动,消除学生潜在的紧张或者抑郁心理,为学生身心健康发展保驾护航。另一方面,通过体育锻炼,增强学生对挫折的承受能力,以帮助其更好地适应未来职业道路可能面对的多重挑战。

四、结语

综上所述,高职院校在设置体育课程的时候,应充分考虑职业发展需求,以体育课程模式与安排、体育课程师资、体育课程目标、体育课程内容等作为改革优化的切入点精心构建系统化、个性化的体育课程体系,继而为培养学生的终身体育意识提供强有力的支持,为学生的全面成长和发展助力。

参考文献:

- [1] 马海翠.基于体育职业性的高职院校体育课程设置研究[J].体育画报,2021(003):154-155.
- [2] 陈兰娟,卓存杭.高职体育教学中学生职业心理课程建设的实践探究[J].佳木斯职业学院学报,2023(11):209-211.
- [3] 高旺.基于学生职业需求的高职体育课程体系创新与构建研究[J].体育视野,2023(11):65-67.
- [4] 高立庆.基于项目特色的旅游类高职院校体育课程思政元素研究[J].体育科技,2023(5):130-132.