

民族传统体育融入中职体育教学路径探索

董学志

(辽北技师学院, 辽宁 调兵山 112700)

摘要: 在如今素质教育的背景下, 中职体育教师的主要教学任务放在了如何培养学生运动意识、体育道德以及运动能力上。而想要实现这一教学目的, 教师就不能够单纯依靠传统的体育运动项目来实现, 而是需要引入更多丰富的体育项目, 带给学生不一样的运动体验, 并且在引入运动项目的同时传输相应的体育文化, 从而达到促进学生全面发展的目的。基于此, 中职体育教师可以将民族传统体育项目作为首选, 将其合理的引入到中职体育教学当中, 为实现中职体育教学的改革发展以及学生的进步成长奠定坚实的基础。

关键词: 民族传统体育; 中职体育教学; 体育道德

民族传统体育是指我国各个民族当中流传的体育活动总称, 这也是中华民族的宝贵文化遗产。在这些民族传统体育项目当中蕴含着丰富的文化思想和价值观念, 对于学生体育道德的塑造、运动能力的提升有着很好地帮助。但是在当下的中职体育教学当中, 很少有教师将民族传统体育项目引入到课堂教学中, 这是一种资源浪费, 也是影响中职体育教学实现改革发展的因素。基于此, 中职体育教师应该明确民族传统体育对于中职体育教学带来的影响, 并且结合民族传统体育项目特点以及中职体育教学现状来进行教学策略设计, 有效的将民族传统体育融入到中职体育教学当中, 为学生的进步成长埋下伏笔。

一、民族传统体育融入中职体育教学的意义

(一) 丰富中职体育教学资源

教学资源是支撑课堂教学开展的重要因素, 在一定程度上左右着课堂教学质量的提升。而在当下的中职体育教学当中, 便存在着教学资源匮乏的现象。其具体的表现为教师单纯利用传统运动项目开展教学, 虽然能够有效提升学生身体素质, 但是长此以往会降低学生的运动兴趣、阻碍中职体育教学质量的提升。而民族传统体育融入到中职体育教学当中可以改变这一现状, 教师可以借助民族传统体育项目来丰富教学内容, 如武术套路、武术散打在国内的任何地区都可以很好的开展, 需要器械较少, 场地不受限制, 学生对武术搏击类的运动项目兴趣也较高, 课堂活跃度也好, 武术套路在校运动会及文艺演出也能起到很好的表演效果, 而搏击类的武术散打则能更好地保护学生自身安全。让学生体验到不一样的运动, 从而调动起学生的运动积极性, 为提升中职体育教学质量做好铺垫。

(二) 塑造学生正确文化意识

在如今素质教育的背景下, 中职体育教师需要注重对于学生思想精神的塑造培养, 要让学生通过运动建立起正确的体育道德以及文化意识, 从而引导学生做一个积极向上、勇敢坚强的人。而传统的中职体育教学单纯以运动训练为主, 无法有效渗透文化思想, 更无法达到塑造学生正确文化意识的目的。而民族传统体育在中职体育教学中的融入改变了这一现状, 让学生可以在学习民族传统体育项目的同时, 感受到民族传统体育项目当中蕴含的民族文化、思想特点, 这在潜移默化中对于学生的文化意识塑造起到了积极影响作用, 从而引导学生更好的认识少数民族文化、接受少数民族文化, 最终实现学生身心健康的成长、推动中职体

育教学实现改革发展。

(三) 提升中职体育教学质量

在当下, 中职体育教学质量难以提升已经成为一种普遍的现象, 而导致这一现象出现的主要原因在与教师的教学方式过于单一, 一味地采用训练的方式开展教学, 不仅会给学生带来身体上的疲惫, 也会使学生在心理上背负沉重的枷锁, 影响到其身心健康成长。也正是因为如此, 很多学生开始在体育课程当中出现运动兴趣不高、技巧掌握缓慢的情况。而民族传统体育项目在中职体育教学中的融入可以解决这一问题, 实现中职体育教学质量的提升。民族传统体育项目内容丰富、形式多样, 并且拥有较强的娱乐性, 这与传统的体育项目有着较大的差别。因此, 民族传统体育项目在中职体育教学中的融入, 能够打破传统单一的体育教学结构, 带给学生更好的运动体验, 最终实现中职体育教学质量的有效提升。

(四) 培养学生运动习惯

一个良好的运动习惯可以影响学生的一生, 对于其今后的成长发展可以带来很好地帮助。但是在当下的中职体育教学当中, 学生对于日常的训练项目兴趣不高, 所以很难在平时的生活中开展运动锻炼, 更加难以形成良好的运动习惯。而将民族传统体育项目与中职体育教学融合, 能够拓展学生对于体育项目的认知, 让学生根据自己的喜好兴趣来选择自己喜欢的体育项目进行锻炼, 教师再为其制定相应的运动计划与目标, 配合上教师的鼓励与引导, 便能够实现学生良好运动习惯的培养, 这对于学生今后的发展起到了很好的影响作用, 同样也实现了素质教育赋予中职体育教师的教学目标, 推动了中职体育教学的改革发展。

二、民族传统体育融入中职体育教学路径

(一) 设计课堂导入微课, 激发学生探索兴趣

中职体育教师想要将民族传统体育融入到中职体育教学中, 首先要做到的是帮助学生真正地理解民族传统体育项目内容, 感悟其中的民族文化特点, 这样才能够调动学生的探索兴趣, 让学生在体育课堂当中积极主动参与民族传统体育项目, 以此来达到提升中职体育教学质量的目的。

中职体育教师可以在引入民族传统体育项目之前, 通过设计微课的方式来进行课程导入, 让学生在微课当中对于民族传统体育项目有一个清晰的理解和认知。在微课视频的设计过程中, 教师应该将微课设计成为三部分。第一部分是对于民族传统体育项目的介绍, 主要的介绍内容包括着民族传统体育项目的运动形式、运动技巧等等, 让学生能够初步理解这一民族传统运动项目的基本特征。第二部分是对于民族传统体育项目的历史文化介绍, 通过这样的介绍来让学生对于民族传统体育项目有更深层次的理解, 并且使学生对于其产生探索兴趣。最后一部分则是对于民族传统体育项目的案例展示, 包括着一些少数民族是如何参与并且完成体育项目的过程, 让学生可以通过案例来对于如何参与民族传统体育项目有更好的理解, 奠定学生的运动基础和认知基础。通过有效的微课导入, 学生能够对于民族传统体育项目有一个较为全面的理解, 这对于体育课程的开展起到了很好的推动作用。相比较传统的教学引导, 利用微课来进行引导更加有知识铺垫、兴趣

引导的效用,能够更直观化帮助学生认识民族传统体育项目内容特点、文化特征,这对于民族传统体育项目在中职体育教学中的融入起到了很好的助推作用。

(二) 创新体育教学方式,提升体育教学质量

中职体育教师不能够沿用传统的训练方式来进行民族传统体育与中职体育教学的融合,这样不仅发挥不出民族传统体育的教学效用,同时也无法帮助学生更好地掌握民族传统体育项目技巧、理解其内含的民族特色文化,最终影响到中职体育教学的开展。基于此,中职体育教师应该创新教学方式,根据学生的运动能力特点以及民族传统体育项目的特征来进行教学方法创新,从而奠定民族传统体育项目与中职体育教学的融合基础,实现中职体育教学质量的有效提升。

因为我国各民族的分步地区不同、气候特点与地貌特征也有所不同,所以在民族传统体育项目上也有着明显的差异。例如在内蒙古草原上的蒙古族,他们的民族传统体育项目包括着赛马、射术、摔跤等等。而在南方云贵高原上的苗族,他们的民族传统体育项目包括着跳狮子、打花棍等等。而通过观察这些民族传统体育项目可以看出,大部分民族传统体育项目具有着较强的娱乐性和竞技性,教师只需要根据这一特点来进行教学方式的创新,便能够更好的将民族传统体育项目融入到中职体育教学当中,实现中职体育教学质量的提升。例如教师可以开展小组合作法来进行教学,首先让学生进行自由结组,以小组为单位进行合作参与,这样不仅可以更好地展现民族传统体育项目的娱乐性,也可以帮助学生更好地掌握这些体育项目的运动技巧,实现学生运动能力与运动意识的培养。除此之外,教师还可以在教学中设置相应的竞争机制,让学生以小组为单位进行合作竞争,在这样的过程中,学生不仅可以实现合作能力的培养,而且还可以达到塑造学生团队意识的效果,这也是借助民族传统体育项目来培养学生体育道德的一种方式。因此,根据民族传统体育项目特点来进行中职体育教学方式的创新,能够推动民族传统体育项目在中职体育教学中的融入,从而实现中职体育教学质量的提升。

(三) 设计文化实践活动,培养学生文化意识

除了进行课堂教学方式的创新之外,教师还应该通过设计文化实践活动来让培养学生文化意识,让学生对于民族传统体育项目有更好的理解,并且可以拓展学生参与民族传统体育项目的路径,让学生可以更好地感受到民族传统体育项目当中蕴含的民族精神、文化价值,这对于学生今后的发展起到了很好的作用。不仅如此,文化实践活动也可以改变传统中职体育教学课堂结构,进一步优化学生运动体验,从而为中职体育教学质量的提升奠定基础。

对于文化实践活动的设计,中职体育教师可以从两个方面入手。首先是根据一些符合学生兴趣需求的相关民族传统体育项目来进行文化活动的创设,让学生能够在文化活动当中感受到不同民族文化的特点。例如教师可以根据“壮族”的民族传统体育项目来进行相关文化实践活动的创设,教师可以引导学生进行壮族特色体育文化的内容搜集,并且根据壮族一些特色的民族传统体育项目来设计趣味比赛,让学生参与其中,从而使学生更好地感悟到壮族的民族特色。另一方面,教师可以根据班级内的少数民族同学所在的民族为基础,通过让少数民族同学进行指导来设计相关的文化实践活动,这样的文化实践活动更加贴合实际,也能够让学生在参与的过程中展现出对于少数民族同胞的尊重和认可,这不仅可以推动民族传统体育在中职体育教学中的融入,还能够

进一步培养学生民族团结精神、铸造中华民族共同体意识,以此来奠定学生今后的成长基础。因此,合理设计文化实践活动也是助力民族传统体育项目融入中职体育教学的有效路径,对于学生今后的身心健康发展起到了奠基作用。

(四) 加强教师专业培训,提升教师教学能力

很多中职体育教师因为对于民族传统体育项目的理解和掌握不足,所以很难在实际教学当中进行融入。甚至一些教师在教学中强行融入自己没有理解和掌握的体育项目,最终导致中职体育教学质量下降,学生参与课堂的兴趣不断降低,影响到民族传统体育在中职体育教学中的融入。针对于这一情况,中职院校负责人应该通过加强对于教师的专业培训来提升教师教学能力,从而奠定民族传统体育在中职体育教学中的融入基础,以此来推动中职体育教学的发展以及教学质量的提升。

中职院校负责人在对于体育教师开展专业培训时,应该从理论与实践两个部分进行。第一个部分便是理论培训,负责人可以根据学校选择在体育教学融入的民族传统体育项目来进行相关理论知识的培训,其中包括着民族传统体育项目的来源、文化含义、地位特征等等。为了能够进一步帮助教师掌握这些理论知识内容,负责人可以设计相关的考核机制,定期针对教师的学习情况进行考核,一旦没有通过就需要重新接受培训,直到考核通过为止。而对于考核优异的教师进行相应的表扬奖励,这样的考核机制可以有效调动起教师的学习积极性,从而使教师能够更好地掌握知识、实现成长。第二部分便是实践培训,针对于这一部分的培训,教师应该邀请一些少数民族并且拥有丰富实践经验的老人来到学校,针对体育教师开展培训。通过现场指导纠正,来帮助中职体育教师更好地掌握民族传统体育项目技巧,使其在进行教学时能够帮助学生纠正错误,引导学生正确进行运动。同样,中职院校负责人也需要对于教师的实践培训情况进行考核,由培训者作为主要的考核人员来针对体育教师的民族传统体育项目的掌握情况进行考核,从而防止体育教师在没有掌握运动技巧的情况下开展教学,影响到学生的进步成长。通过设计有效的培训机制,可以建设出一支高素质、有能力的中职体育教师队伍,从而真正实现民族传统体育与中职体育教学的融合,给更多的学生带来帮助,以此来推动中职体育教学的改革发展。

总而言之,民族传统体育对于中职体育教学的开展有着正面积极地影响作用,将其合理的融入在教学当中,能够助力学生实现运动意识、体育道德以及运动能力等多方面的发展。因此,中职体育教师需要重视起民族传统体育项目,结合实际情况来进行教学策略设计,以此来推动中职体育教学的改革发展。

参考文献:

- [1] 包佶. 中职学校民族传统体育校本课程的开发研究[J]. 科技资讯, 2019, 17(29): 158-159.
- [2] 蒙彩较, 曾肖. 如何将民族传统体育更好的融入现代体育教学[J]. 教育现代化, 2019, 6(28): 81-82.
- [3] 姚海冰. 探究中职学校体育教学中民族民间传统体育[J]. 当代体育科技, 2018, 8(25): 141-142.
- [4] 周琳. 试论民族传统体育项目在中职体育教学中的应用[J]. 教育现代化, 2017, 4(52): 351-352.
- [5] 刘丽红. 浅谈民族民间传统体育项目在中职学校体育教学中的开发与利用[J]. 当代体育科技, 2016, 6(27): 168-169.
- [6] 杨立文. 民族传统体育项目在中职体育教学中的应用研究[J]. 科技展望, 2016, 26(14): 214.