

# 高职院校体育选修课程的职业实用性优化设计与改革

李春月

(常州工程职业技术学院体育与健康管理学院 江苏常州 213164)

**【摘要】** 高职院校作为我国当前培养专业技能型人才的重要基地,为了能够为社会培养做出高质量的专业技能型人才,并进一步提升学生们对社会的适应能力,则其身心素质继续进一步的增强。因此,本文对高职院校体育教学改革的必要性进行深入探究,并据此提出了几点对高职院校体育选修课程职业实用性进行优化设计与改革的策略。

**【关键词】** 高职院校;体育选修课程;职业实用性

**DOI:** 10.18686/jyfzj.v3i8.51118

培养高素质专业技能型人才作为高职院校的重要目标,而体育教学作为培养学生身心素质的重要内容之一,针对当前高职院校体育教学中存在的问题,则需要体育教师对体育课程设置进行优化与改革。因此,本文对当前高职院校体育教学改革的必要性进行深入探究,并据此提出了几点关于优化设计与改革高职院校体育选修课程的策略。

## 1、当前高职院校体育教学改革的必要性

### 1.1 增强高职院校学生的锻炼意识

对当前高职院校体育教学进行改革,能够有效培养当前高职院校学生的锻炼意识,同时也能够实现学生身心健康发展提供有效助力。当前高职院校的体育课程承担着提高学生运动技能和促使学生形成良好运动习惯的责任。但是在当前的高职院校中,大多数学生对于传统的体育课程没有较为强烈的兴趣,因此当前高职院校的体育课程无法有效完成体育提高学生运动技能与促进学生形成良好运动习惯的任务,难以发挥出增强高职院校学生身体素质的作用。所以对高职院校的体育选修课程进行改革与职业实用性优化设计是必然选择,改革后的高职院校的体育课程能够有效提升学生的身心素质,并能够增强学生们的锻炼意识。

### 1.2 提高高职院校学生的综合素养

进入高职院校进行学习的学生大多希望能够通过学习有效掌握一门职业技术,以此成为某一专业的技术性人才。但是随着当前社会对于技术性人才的要求逐渐提高,在招聘技术性人才的过程中,心理素质与身体素质也逐渐成为各个企业的考察重点,因此,提升高职院校学生的身心素质成为了当前高职院校学生教育的重点。调查结果显示,当前高职院校的学生参与体育锻炼的积极性不足。因此,对高职院校的体育教学进行有效改革,进一步提高学生们参与体育活动的积极性,使学生们充分认识到体育教学对其身心发展的重要性。同时对高职院校的体育课程进行改革还能够帮助学生形成较为良好的运动习惯,最终促使学生的综合素养能够得到有效提高。

### 1.3 实现高职院校的长远发展

高职院校的体育教学主要目的在于使学生掌握更多的运动技能,普及运动知识,降低学生在今后运动过程中受伤的风险,同时高职院校的体育教学还能够进一步提升学生的身体素质与心理素质,以便于学生在今后的工作过程中能够更快的适应工作环境。高职院校作为培养技能型人才的院校,其所培养的学生不但应当具备较为扎实的专业技术知识,还应当具备较为强健的身体。因此,当前高职院校体育课程急需改革,体育课程承载着能够提高高职院校学生综合素质的责任,学生综合素质的提升能够使毕业生更好的适应不同的工作岗位,进而提升高职院校的影响力,为高职院校的长远发展奠定较为良好的基础。

## 2、基于职业实用性对高职院校体育教学进行改革的原则

### 2.1 健康性原则

当前高职院校中各类体育课程的设置,其最根本的目标在于使学生具备较为健康的身体,使学生能够拥有较为良好的身体素质以及体育素养,尤其在以专业需求为主的高职院校中。健康的身体作为保证学生专业学习与专业技能训练课程开展的基础,因此,高职院校实用性体育课程设置必须优先满足体育课程设置中的健康性原则。根据我国有关文件的要求,高职院校的体育课程必须对运动强度形成有效保证,在课程设置上,锻炼心肺强度的运动内容不得少于整体体育课程内容的百分之三十。尤其在当前我国高职院校学生身体素质不断下降的情况下,高职院校的体育选修课程急需回归其培养学生身体素质的本质。这要求当前高职院校的体育教师应当对学生的实际身体状况、运动基础以及专业特点展开调研,并根据国家有关文件,对不同的学生设置较为科学合理的教学目标,并对当前高职院校体育教学模式进行不断改革与探索。

### 2.2 专业适应原则

高职院校的体育课程设置除需要考虑健康性原则外,还需考虑专业适应原则。高职院校的体育教师应当基于各专业的不同需求,遵循专业适应原则,为不同学生设置具备实用性的体育课程。专业适应原则主要是指以高职学生未来职业岗位上的普遍职业能力需求为主对体育课程进行设置的原则,其主要作用在于与学生所学专业相适应。体育教师应当以不同专业的特点为出发点,对体育课程进行针对性设置。该原则要求,体育教师必须在能够满足健康性原则的基础上,根据不同学生的专业设计更加使用的体育运动项目。例如:技工类人才往往需要更加强大的力量,因此,体育教师应当对该类学生设置更多的力量训练,而财会专业的学生的工作更多要求其长时间久坐,长时间的久坐将会对学生的颈椎、腰椎以及体态等身体造成影响,因此,在学生的体育课程中,应当加强对学生的体态纠正以及相关训练。

## 3、当前高职院校体育教学中存在的问题

### 3.1 体育教学未能结合实际

当前高职院校的体育课程设置应当与学生的职业需求进行有效结合,并以学生的专业课程需要为根据,设置较为具有针对性的教学手段与方法,从而进一步激发学生们对于体育课程的学习热情。同时该类体育课程设置能够使学生在未走上工作岗位之前便已经具备未来职业岗位所需要的素质与能力。但是部分高职院校的体育教学仍然忽略了对学生专业特点的针对性课程设置。大部分高职院校的体育课程设置仍然处于对本科院校进行照搬照抄的阶段,如:以开展篮球、排球、田径、游泳等课程为主的体育课程,该类体育课程难以与学生的专业相结合,难以根据学生的专业特点建立较为完整的体育课程体系。

### 3.2 体育教学创新不足

长期以来体育教师已经适应了普遍性教学,对高职教育特殊性教学的认识不够深刻,而教育管理者则片面重视对学生的职业课程教育,对学生身体素质教育没有应有的重视,因此科学体育教学观应自上而下地进行教学改革<sup>[1]</sup>。在当前的高职院校的体育教学过程中,虽然对体育教学目标进行了完善,但是却缺乏对体育教师教学观念的培养,导致高职院校的体育教学缺乏多元化教学内容。

## 4、基于职业实用性对高职院校体育课程进行优化的策略

### 4.1 对体育教学模式进行改革

在高职院校的教育过程中,构建体育教学体系与职业需求之间有着十分密切的联系,因此传统的体育教学模式难以满足当前的学生职业要求,高职院校的体育教学模式继续创新,以此进一步提高学生们参与体育课程的兴趣,是学生们身体素质能够得到较为有效的锻炼,以便于体育教师更好的完成体育教学的目标。因此高职院校的相关部门就需要明确我国对人才培养的标准以及目标,然后基于职业实用性和实际情况构建具体的体育教学体系<sup>[2]</sup>。在体育教学的过程中,体育教师应当在课堂设计中添加部分与学生个人兴趣爱好以及其职业特点有关的选修内容,该种教学模式的改革能够有效提升学生参与体育课程的兴趣,同时还能够对学生的身体素质进行有效锻炼,并使学生更快的掌握多种体育尝试以及运动技能。

### 4.2 对体育教学思路进行创新

另一方面,体育教师应当对自身的教学理念进行更新。在高职院校体育教学的过程中,体育教师应当贯彻以学生为本的基本教学理念。进一步培养学生的综合素质,促使学生能够得到全面发展。在高职体育课上,为了锻炼学生的组织能力,教师可以让学生参与组织赛事,制订比赛规则和章程,确定比赛时间、地点、场次等,赛事自始至终都由学生全程参与,把体育精神与个人组织、管理能力充分结合起来。教师还可以为学生创造机会,多参加高校间的对抗赛、联谊赛。与不同学校、不同专业、不同水平的人进行竞技比赛,既为学生提供体育技能方面的沟通交流机会,又为学生展现自我,发现差距,增强

团队协作精神,培养责任感和集体荣誉感创造了条件<sup>[3]</sup>。另外,体育教师还应当结合学生的职业素养要求,对高职院校体育教学模式进行深入探究,进一步提升自身教育模式以及教育内容的系统性与多元化发展,使体育课程对学生素质进行有效提升的同时还能够使学生的综合素养得到较为全面的提升。

### 4.3 对体育教学考核进行改革

在传统的高职院校体育考核中,大多对学生所掌握的体育技能进行综合考核。该类考核虽然较为容易评价学生对体育技能的掌握程度,但是仍然存在一定的不合理性。职业实用性体育教学要以学生的基本能力如运动参与、运动技能、身心健康以及社会适应等为基础性目标,课程的设置应以保证学生具备这些基本能力为基础<sup>[4]</sup>。因此,高职院校的教师应当对体育课程的考核内容进行改变,将学生的学习过程以及课后身体素质的提升程度纳入考核标准中,在学习末对学生进行综合性的体育课程考核。另外,在教师对学生评价的过程中,也应当对学生身体素质的发展动态进行关注,并对学生的课堂表现以及学习态度进行评价。并以此类数据为基础对教学目标进行具有针对性的调整,使学生的身体素质以及锻炼积极性均能得到较为有效的提升。

## 5、结论

随着当前我国社会的飞速发展,当前社会对于技术性人才的综合要求也在逐渐提高,除专业技能知识的掌握程度外,各用人单位也要求技术性人才具有良好的身体素质以及心理素质。这也对我国高职院校的体育课程带来了新的挑战,因此,本文对当前高职院校体育教学改革的必要性进行深入探究,并提出了对体育教学模式进行改革、对体育教学思路进行创新以及对体育教学考核进行改革等基于职业实用性对高职院校体育课程进行优化的策略。以期能够在高职院校的体育训练中有效提升我国高职院校学生的身体素质与心理素质,从而实现体育为社会服务的功能。

**课题信息:** 2019年常州工程职业技术学院教育教学改革研究课题《高职院校体育选修课程的职业实用性优化设计研究与实践》

## 参考文献

- [1] 余腾飞. 职业实用性发展背景下高职体育教学改革分析 [J]. 科技创新与生产力, 2021, 21(01): 109-111.
- [2] 何焰. 浅谈高职院校开展职业实用性体育教学 [J]. 科学咨询 (教育科研), 2020, 33(07): 49.
- [3] 张京杭. 基于职业实用性培养的高职体育教学改革 [J]. 石家庄职业技术学院学报, 2020, 32(02): 74-76.
- [4] 陈庚仁, 黄筱燕. 基于专业需求的高职职业实用性体育课程设置 [J]. 当代体育科技, 2019, 9(21): 145+147.