

运用休闲文化元素提升中职学校体育教学的趣味性

石书远

安顺市民族中等职业学校 贵州安顺 561200

摘要: 随着当前经济社会的不断发展,在体育教学中加入休闲元素已经成为中职院校体育教学过程中,经常采用的教学方式。目前我国关于休闲体育的教学模式还处在探索阶段。本文在分析中职院校休闲体育教学存在问题的基础上,认为为了实施休闲体育教学课程,可以加入舞蹈、音乐、旅游以及民俗等方面的因素。同时,从学校角度来看,对休闲体育课程的评价要表现出科学化,加强对休闲体育教学的硬件设施和师资力量的投入。希望本文的研究能够为休闲体育的教学开展提供有意的借鉴。

关键词: 休闲文化; 中职院校; 体育教学

Using leisure cultural elements to enhance the fun of physical education teaching in secondary vocational schools

Shuyuan Shi

Anshun ethnic secondary vocational school Guizhou Anshun 561200

Abstract: With the continuous development of the current economy and society, adding leisure elements to physical education has become a frequently used teaching method in the process of physical education of secondary vocational colleges. At present, the teaching mode of leisure sports in my country is still in the exploratory stage. Based on the analysis of the existing problems of leisure physical education in secondary vocational colleges, this paper believes that in order to implement the leisure physical education curriculum, factors such as dance, music, tourism and folk customs can be added. At the same time, from the school's point of view, the evaluation of leisure sports courses should be scientific and the investment in the hardware facilities, teachers of leisure sports teaching should be strengthened. It is hoped that the research in this paper can provide an intentional reference for the development of leisure sports teaching.

Keywords: leisure culture; secondary vocational colleges; physical education teaching

随着当前经济社会的不断发展,在中职学校的体育教学过程中,出现了各种类型的文娱活动。与普通高等院校相比,我国的中职院校的体育教育还存在一定的差异。在中职院校体育教学的过程中,体育教师对学生的管理比较放松,同时学生的学习任务也比较少。作为职业技术学院,中职院校的学生与社会发展相对比较接近。这就使得中职院校学生对各种娱乐休闲活动比较感兴趣,

运动休闲文化在中职学生中具有较高的普及度。但是从中职体育教师的教学过程来看,目前还存在着中职学生对体育学习不感兴趣、课堂学习效率相对较低,实际教学过程中难以实现教学目标。基于上述背景,一些中职院校的体育教师开始在体育教学过程中不断引入休闲文化元素,从而尽可能的提升中职院校学生的体育学习效率和体育学习的趣味性。

一、中职院校体育教学存在的问题分析

目前各个地区由于经济社会的发展程度不同,中职院校体育的发展也存在不同步的现象,但是总体来看,中职院校的体育教学存在着思想观念陈旧、方法单一,难以满足现代中职学生对体育学习的要求。首先,体育教师在体育课堂上通常会占据主导地位,采用的教学方

基金项目: 本文为“安顺市教育科学规划课题一《运用休闲文化元素提升中职学校体育教学的趣味性研究》(课题编号: 2021KTB47)”阶段性研究成果。

作者简介: 石书远(1987.07--),男,侗族,讲师,学士,研究方向为体育教育。

法也相对比较程式化,在对学生进行基本的动作讲解之后,然后再进行示范,学生跟着一些做一些练习。学生在这种教学模式下通常会比较反感,难以激发学生对体育学习的兴趣,长期持久下去后,会对体育课程的学习产生抵触兴趣。尤其,比较严重的问题就是学生在课堂上的主体性没有表现出来,班级的人数相对较多,教师在有限的一堂课上难以对每个学生的学习进行有效教学,在缺少教师的约束情况下,学生在课堂上学习的积极性自然不会很高,也就难以形成良好的体育锻炼习惯。其次,中职学生在完成学校的学习以后,会直接走入社会,体育课程的学习对于其提升就业能力并明显的帮助。在这种社会大环境的影响之下,使得学生对体育课程学习的认识存在一定的误区。这就要求当前的中职院校在体育教学过程中,及时的转变理念,认识到体育教学对学生身心健康发展的重要性。中职体育教学过程中需要充分增强趣味性,充分有效体现出学生在课堂上的主体地位,并且培养学生良好的体育学习习惯和意识,从而达到强身健体的目的。

二、休闲体育的基本概念

与日常接触的竞技体育相比,休闲体育是在学生在空闲时间,开展丰富身心活动和日常生活的体育锻炼活动,休闲体育表现出一定的文化性、自由行、自主性和一定的非功利性等特征。参与者能够通过休闲体育活动获得身心上的放松,体会到休闲体育运动的乐趣。休闲体育是一种积极健康向上的娱乐活动,这对于提升居民的生活品位具有重要意义。尤其当前对着居民生活的不断提升,城市居民开始越来越多的关注个人健康问题,从而也在一定程度上促进了休闲体育的发展。

目前随着我国对职业教育改革的不断深入,中职体育的发展向着生活化、快乐化和终身化的方向发展。一些中职院校在实施体育教学的过程中,开始将休闲娱乐因素加入到体育教学活动中,从而实现体育教学的改革,引导学生积极的参与到体育教学过程中,帮助学生树立终身体育学习的观念,最终实现体育教学的目标。

三、体育教学过程中实施休闲文化元素的策略分析

(一)在体育教学中引入音乐元素

音乐与体育是相同的,在运动的过程中需要以音乐为伴奏,这样更能够很好的激发出运动者的情感和节奏感,沉浸在音乐中能够充分发挥体育运动过程中的表现力和想象力。体育运动通过运动者的力量、肢体动作和速度来实现对音乐节奏和美感的诠释。在中职体育进行教学的过中通过有效的集合音乐元素,有效激发中职院校学生的学习兴趣,使得学生在课堂上的情感、学习氛

围更加的饱满,这样对提升体育学习兴趣是十分有益的。比如在体育课程中常见的健美操和体育舞蹈都是以音乐节奏为背景的课程,通过在课堂上实施强节奏的音乐因素,从而使得体育运动更具有动感,吸引课堂上学生的积极参与,在紧张的学习之余,能够放松心情和缓解学习焦虑等,有效降低了学生对体育学习的一种排斥感。

(二)在课堂实施过程中引入舞蹈元素

体育舞蹈兼具艺术和体育运动的双向特点,比如艺术体操、健美操和街舞等,通过在体育教学过程中引入舞蹈元素,这样会对中职体育教学内容起到很好的丰富作用,通过舞蹈元素的加入,能够更好的符合中职学生现阶段的学生特点。比如常见的街舞运动类型,这对于青少年的学习具有较强的吸引力。并且现代街舞的动作类型较多,教师在讲授一些基本的动作概念后,可以让学生进行自由的发挥,提升学生参与课堂的学习兴趣。另外一方面,街舞也是一种低氧的体育运动,通过长时间的练习能够强身健体,保证身体的协调性,这对提升学生的身体健康具有重要意义。其次,交谊舞也是体育舞蹈的一个重要分支,比如恰恰、华尔兹和牛仔舞等,教师在经过分析后都可以将这些舞蹈元素有效的与课堂学习结合起来,增强体育课堂的学习张力,变得欢快多彩。从中职生性别的角度来看,一般女性学生对体育舞蹈的兴趣程度要高于男性学生,教师在引入舞蹈因素之前,应该对学生比较喜欢的舞蹈类型进行调研,然后再对其他类型舞蹈中与体育教学相关的因素挖掘出来。一些女学生可以考虑学习韵律优美的华尔兹舞蹈,男性学生可以考虑刚猛有力的牛仔舞蹈,激发大家的运动热情,使得中职生能够进行个人情感的表达与展现。中职体育老师应该深入分析各类休闲类舞蹈的特点,结合中职学生体育教学的特点,将舞蹈元素融入体育教学过程中,丰富和完善中职体育的授课形式与内容,使得体育教学课程表现出更多的趣味性和休闲性。

(三)与旅游因素结合起来

旅游逐渐成为城市居民参与身心休闲活动的重要形式,深受不同年龄段居民的喜爱。中职体育教育应该积极的开展与体育相关的旅游项目。比如常见的攀岩、爬山等运动项目,也可以是最近几年比较流行的野外生存训练、长途徒步旅行,强调在体育运动过程中实现人与自然的良好结合。学生在体育课堂上,将体育运动与旅游因素很好的结合起来,使得学生能够在实际体育课堂上充分感受到大自然的美丽所在,培养体育学习的情操。但是在体育课堂上在加入旅游因素后,要求教师需要考虑学生的安全因素,在开展旅游类体育课堂活动之前,

为学生制定详细的安全预案,在整个上课流程中,需要安排专业的医务人员,做好课堂教育过程中的安全防护工作。从目前的户外体育课程运动教学来看,中职生一般比较喜欢登山和徒步两种类型课堂,这两种课程能够帮助学生更为贴近大自然,体会到身心放松的乐趣。在实施户外体育教学的过程中,体育教师可以和学生一起进行户外运动,徒步行走在校园周围或者城市森林公园。通过户外运动的形式向学生讲解类似于生存技巧的知识,传授在不同的户外环境下,如何进行生存。户外运动能够为中职院校学生提供更为优质的体育资源和不同的锻炼方式。

(四) 加入合适的民俗元素

民俗文化是我国传统文化的重要组成部分,在民俗文化引入到中职教学过程中过后,能够对学生进行良好的传统文化教育,这对于丰富文化教育内涵、激发学生的民族自信心和自豪感具有重要意义。我国常见的民俗传统活动比如划龙舟、跑旱船、舞龙舞狮、踩高跷等形式,这种民间体育形式具有较强的休闲娱乐意义,在引入到中职生的体育课堂学习以后具有重要的意义。一般的,在民间体育范畴方面,武术运动吸引了许多青年群体的喜爱,比如受到少林寺等文化艺术的影响,可以考虑在体育课堂上引入传统武术的形式,从而更好的得到中职院校学生的喜爱。比如将武术引入中职体育课程教学后,可以将传统武术课程设置为三级课程,这三级课程主要可以按照难易程度进行设定。一般初级课程比较容易,课程学习内容也比较固定,在学生完成初级课程学习之后,可以自由选择中级课程的学习内容,然后结合中级课程的学习方向,完成高级课程的学习。

(五) 休闲体育课程的评价要表现出科学化

体育教师在开展休闲体育的教学活动后,学校应该针对休闲体育的教学提出科学化的评价策略。只有通过科学的评价过程,才能够让学生了解自身的差异和某些体育能力方面的不足,指出学生应该通过怎样的努力来实现体育锻炼的目标。在对休闲体育课程进行评价的过程中,应该将课堂中学生的情感表现、合作精神、创造能力以及重视程度等方面综合考虑进去。改变传统体育教学评价模式的单一性、竞技性、固定性,使得休闲体育教学的评价变得比较灵活,体现出以学生主体,实现对学生体育能力的综合性评价。

(六) 学校应该加强休闲体育设施和师资力量的投入

首先,从学校的休闲体育设施建设来看,学校应该进一步提升对经费的投入力度,购买足够数量的休闲体育设备,同时需要加强对这些休闲设备的日常维护,从而提升设备的有效使用率。通过体育硬件设施的建设,能够有效的提升学校的体育文化分为,从而更为有效的掌握体育知识和锻炼技能,促进学生对休闲体育学习的乐趣,从而为实现学生的全方面发展奠定良好基础。

其次,学校应该加强休闲体育教学师资队伍的建设。随着城市居民生活水平的不断提升,中职院校学生对休闲体育师资队伍的质量要求越来越高,学校应该加强师资队伍的建设,从而应对休闲体育快速发展的需求。只有提升休闲体育教师的师资力量,教师才能够设计多种类型的休闲体育活动,从而更好的激发学生参与休闲体育的欲望。

四、小结

随着我国体育强国战略的不断实施,各个中职院校在积极的开展休闲体育教学模式,从而实现中职学生的全面发展。中职学生的体育教学过程中,加入休闲元素,能够提升体育课程学习的趣味性,从而实现实现学生个性化和终身体育的发展理念,同时还可以帮助学生智力和团队协作能力的提升。其次,在分析中职院校休闲体育教学存在问题的基础上,认为为了实施休闲体育教学课程,可以加入舞蹈、音乐、旅游以及民俗等方面的因素。同时,从学校角度来看,对休闲体育课程的评价要表现出科学化,加强对休闲体育教学的硬件设施和师资力量的投入。

参考文献:

- [1]龙姿伶.中职学校开展休闲体育教育初步探究[J].小作家选刊,2019,000(013):10.
- [2]刘兰碧.中职学校开展休闲体育教育初步探究[J].体育世界:学术版,2019,2(7):3.
- [3]何金里,徐韩敏.浅谈在中职学校开展休闲体育课程的可行性研究——以诏安职校为例[J].2018.
- [4]崔炜.烟台市中等职业学校学生休闲体育开展现状及对策[D].鲁东大学.2019.
- [5]何金里,徐韩敏.浅谈在中职学校开展休闲体育课程的可行性研究——以诏安职校为例[J].新教育时代电子杂志(教师版),2018,000(011):256-257.