

# 新时代背景下高职院校体育工作的研究

郭世魁

(江苏联合职业技术学院徐州技师分院, 江苏 徐州 221151)

**摘要:** 本文阐述在新时代背景下, 高职院校体育教学模式改革的必要性。主要从高职院校体育工作改革认识、高职院校体育工作改革的原则、学校体育工作内容和形式的改革等方面进行论述探索, 从而得出结论: 不管采用何种教学模式, 必须要让学生在体育教育中终身受益。

**关键词:** 高职院校; 终身体育; 自主程度

我院是我省规模最大、办学层次最高的高职院校之一。学院在迅猛的发展中得到了社会的充分肯定和广泛赞誉, 虽然办学层次上去了, 但文化内涵底蕴建设尚显落后, 存在不少的问题值得关注和思考。合并、组建以来, 院校体育工作一直是一个相当薄弱的环节。据对近三届约 1000 余名毕业生走上社会的实际情况调查看, 约 85% 的学生尚不会自主锻炼, 在学校虽然接受了体育教育, 但并未形成体育意识及习惯; 按体育能力而言, 除了知道跑步之外, 必要的体育基本知识、技能缺乏, 很多人还是“体育盲”。对他们来说, 结束了学校生活就等于结束了体育生活, 甚至从此与体育无缘。因此学校体育工作的弱势直接或间接地影响了人才综合素质的形成。高职院校体育改革势在必行, 力度必须加大。

## 一、高职院校体育工作改革必要性

在素质教育整体战略的确定和实施中, 人格训练、智能训练、体育训练是学校素质教育的三大基础工程。从高职院校教育改革的总体情况来看, 体育工作方面的改革创新滞后于其他方面。要改变这种滞后的局面, 需要教育主管部门、教育行政部门和全社会的共同努力。

学生健康的身体是德育、智育、技能学习的载体, 身体好是高职院校学生服务社会的物质前提。目前, 高职院校学生的素质不能满足企业的需求, 其中身体差、不能吃苦、忍耐力弱等是重要的原因。身体健康是企业选择员工的最基本条件。根据我国生产力发展水平分析, 大多数地区仍然处于工业和后工业经济时代, 大多数企业仍然是劳动密集型企业, 这些企业在选择学生时对学生的身体健康、精神状态、劳动能力都有很明确的要求, 尤其看重体质和体能素质。还有一个不可忽略的现实是, 现代企业的职工面对企业的持续发展还肩负着继续学习的重任, 职工往往是不减工作任务又要参加培训学习, 所以要有健康的身心才能承担艰苦繁忙的工作和继续学习的重任, 身体健康、人格健康、能承担重任成了企业技术工人必备的前提条件和竞争优势。高职院校体育工作的目的是培养身心健康、体魄健壮、精力旺盛、意志坚强和训练有素的劳动者。高职院校体育工作的价值取向应该是服务和满足于学生有能力参与生存和发展竞争的需求, 服务和满足于市场经济发展对生产技术工人的体质要求。因此, 高职院校体育工作的设计不单是一个教学程序的设计, 而是关系到学生一生前

途的设计。

## 二、高职院校体育工作改革的原则

### (一) 以学生就业为导向

高职院校的体育工作应当从重视学生的就业素质和创业素质出发, 有针对性、有目的地设计体育工作的内容和形式。体育教学工作都是围绕着学校培养目标展开的, 高职院校的培养目标是为经济建设培养一线技术人才。这种一线技术人才的某些素质是通过学校体育工作的设计和实施来实现的。高职院校体育教学表面上看对学生专业工种需要的技能水平提高没有直接的作用, 但却可以培养学生在专业学习中所需要的思维敏捷性、灵活性和意志坚韧性, 对培养人的意志、气质、体力、耐力、爆发力和承受力有重要的作用。所以, 学校在规划素质教育的整体战略时, 绝不能忽视体育工作, 也要和德育、智育、技能训练工作的设计一样, 以满足社会对人才的需求。

### (二) 培养学生体育锻炼习惯

学生体育锻炼习惯的培养可以制度设定、制度执行、制度考核的管理逐步走向环境熏陶、文化管理直至自成品质。首先要培养学生的体育兴趣, 有兴趣才有动力, 兴趣是基础。学校对体育教师的选择除了要求有优秀的人格品质、深厚的体育理论知识和技能功底以外, 还要有愉悦学生心理的表现能力及技巧, 这样才能在传授体育知识和技能的过程中激发学生的激情, 唤起学生渴望锻炼的需求, 让学生的向往变为兴趣, 让兴趣转为自觉行动, 让自觉行动积累形成习惯。学校文明的校风、健康的文化氛围是培养学生良好锻炼习惯的外部环境。学校要创造优秀的校园文化和文明的校风。这不仅仅是体育教师的事, 也是需全校师生共同努力的事。首先, 领导要重视, 要参与、要支持、要鼓励; 其次, 各部门要给予支持、配合, 要在决策、执行、督促的运作过程中层层落实、步步到位, 把每一个细节做好。这样的人文环境可以促使学生锻炼习惯的养成, 并加快质量提高的进程。

### (三) 高职院校体育工作要重视人格教育和心理健康教育

学校体育教学任务不是孤立地进行单纯的体育技能技巧培训, 人格教育和健康心理的培养是非常重要的。人格培养和心理健康教育应从两个方面着手, 一是教育者首先要有的人格魅力。学校要选择人格品质高尚、心理非常健康的老师担任体育教学和管理工

作。体育教师要有积极向上的事业心,要热爱体育工作,热心于教学改革和教学科研,有责任感和创新精神。二是要用科学方法对受教育者渗透人格教育,做到人格训练、心态训练和体育训练融会贯通。心理培训首先要从人的思想、感情、心态入手,调动学生追求健康的成就感和争取全面发展的欲望,激发学生的情感动力和潜在智慧,以便在体育训练中排除障碍,积极乐观地参加训练,用自己的毅力和坚强去克服训练中的困难,取得最佳的锻炼效果。

### 三、学校体育工作内容和形式的改革

现代职业教育与传统职业教育界的本质区别在于不是终极教育,它不只是培养人从事各种终身不变的固定职业,而是把提高学生的基本素质放在首位,培养他们具备各种知识能力和工匠精神。当下,高职院校体育教学存在的问题有:首先,内容和形式的确定脱离职业学校的培养目标;其次,校园文化中的体育文化相当薄弱;其三,缺乏对学生的身心特点研究和学生今后工作性质的研究,缺乏针对性;其四,从决策到督促缺乏及时有效的监督检查和奖惩机制,也缺乏管理艺术方法,使学校体育工作按条条款款例行公事,单调、死板,调动不了学生的热爱之情、拼搏之志、刻苦之行。高职院校体育工作主要应从以下几个方面实行改革:

#### (一)改革课堂教学,树立正确课堂教学观念

改革课堂教学要高度重视建立以体育课堂教学为主的教学考核、评估和奖励机制,树立育人为本的观念,科学地实施基础知识和基本技能的教学。同时要在课堂教学中观察和发现学生的体质、体能的优势弱点,既抓基础,又因人施教,激发学生的兴趣,肯定学生的进步,培养学生的勇敢和意志,使学生自觉接受训练、提高成绩。由于高职院校的特殊性,在一些专业工种中,男生多、女生少,如铆焊、钳、汽车维修专业;有的专业则女生多、男生少,如酒店管理、餐饮、文字录入专业;学校可以把他们分解合并成男生班、女生班进行教学;高年级的学生或按兴趣选项教学。所以一定要改变课堂教学千篇一律的教学方法,使体育教学有效地实现增强学生的体质和提高教学质量的目标。

(二)树立“让体育回归生活”的理念,使学生形成健康的体育生活方式

眼下最为时尚的将“拓展训练”引入体育教学的改革,就是要打破传统的“为考试的体育”,缩小体育与实际生活的距离,加强对学生健康习惯的培养,形成“为健康的体育”观,让体育回归生活,用“生活的体育”导引出学生“德、智、体”的全面发展。特别突出对学生充沛体力、遇到突发事件出现时的应对能力、吸引人的气质和魅力以及心理素质和团队精神等方面的培养。形体训练应该纳入高职院校体育教学计划之中,现代企业对员工的录用越来越看重外在的形象和内在的素质相结合的综合品质,而这种综合品质源于内在的健康和外在的健美协调一致的整体形象。所以,学院体育工作应把形体训练、身姿、气质、健美训练的基

础知识和基础技能纳入正常教学,要有计划、有步骤、有秩序地安排这方面的内容,使学生在形体训练的同时又从心理上追求美,在行为上体现美。坚持训练,学生的综合素质一定会与一般的单纯体育锻炼的结果有明显的区别。

#### (三)课外活动、运动会形式的改革

每天的课外活动是学生一天静心学习后最能放松自己、愉悦身心的有效方式。学校应重视和把握这一无形的教育资源,引导学生的课外体育训练活动。要科学设计,合理引导,严格而艺术地管理好全过程,学校课外活动有一定的观赏性、娱乐性、艺术性和专业知识性,很容易激发学生的好奇感、兴奋感、参与感和竞争感,容易达到最佳的锻炼效果。根据高职院校学生的兴趣爱好特点,可建立一些单项体育俱乐部,如篮球、足球、乒乓球、瑜伽、武术、健美等俱乐部,各俱乐部要制作自己的宣传展板,在校园内建立自己的各自网站和微信群,学生可通过网络直接向俱乐部申请注册。学校运动会的举办不一定局限每年一次,运动会实际上是对平时的课堂教学、常规训练、课外活动、创新管理成绩的一个总结和检阅。传统的校运动会,每班几个人参加,多数人闲着,这是一种专业运动员参加运动会的形式。高职院校运动会可以改一改,要明确运动会的目的不是发现人的单项技能,而是培养人的参与能力、竞争能力和团队合作拼搏能力。应多安排集体项目、组合项目,也可组织一些技能运动会、拓展运动会、校企合作运动会等众多师生乐于参加的趣味性运动会,促使日常群众性活动蓬勃开展。

总之,高职院校的体育工作要紧跟时代的发展和学生的成长需求不断改革创新,以大数据为支撑,充分利用各种运动软件技术,走身体健康与心理健康并重的路子,走体质增强与形体健美同步训练的路子。只有这样,高职院校体育才能真正达到育人的目的,让学生养成主动锻炼身体的习惯,在体育教育中终身受益。

#### 参考文献:

- [1] 席建平.体育教学三要素:讲解·示范·练习[J].河南教育:基教版(上),1994(10).
- [2] 赵雪飞.体育教学模式与主体教学浅论[J].运动精品,2020,39(06):20-21.
- [3] 龚群.基于学生的视角提升体育教学的活力[J].新课程导学,2012(030):82.
- [4] 陈辉.“线上”体育教育的运动处方设计[J].工程技术研究,2020,v.5;No.76(20):260-262.
- [5] 吴安鸣.技工学校体育工作改革浅论[J].现代技能开发,2002(09):27-28.

作者简介:郭世魁(1970-),男,汉族,江苏沛县人,副教授,本科(体育教育学学士学位),研究方向体育教育。