

浅谈高职体育教学培养学生主动运动意识的有效途径

王秀

(甘肃畜牧工程职业技术学院 733006)

摘要: 高职体育教学培养并不断提升学生主动运动的意识是极为必要的,也是进一步促进当前高职体育教学的重要举措,能够带给高职学生更多身体以及精神方面的成长,促进学生终身锻炼意识的进一步形成。教师在实际开展体育教学活动的过程中,必须要依靠科学且先进的教学方式来充分调动每一位高职学生参与体育运动的积极性,要刺激学生能够在运动中表现得更加积极、更自觉,也能够更具创造性以及想象力,培养学生自主参与体育活动的意识,从而帮助学生对于体育运动有更高的喜爱度,为学生身体的终身健康打下坚实基础。

关键词: 高职体育; 体育教学; 学生主动运动意识; 意识培养; 有效途径

引言

学生的自主运动意识指的是学生在不需要教师指导或者不需要有相关运动任务的情况下,能够主动地去进行一些锻炼,有更强的锻炼意识以及意志力。自主运动意识的养成有助于学生对锻炼目标的进一步达成,能够帮助学生有更科学合理的锻炼计划,也有助于学生对体育运动方式的进一步掌握。除了对学生的身体健康极为有益之外,还能够帮助学生更自主自觉地去解决其实际运动中出现的各种问题,是进一步保障学生终身体育理念的重要举措,对提升高职学生的职业技能以及综合素养也有着极为深远的影响。故而,在实际开展体育教学过程中,高职教师要有意识地帮助培养学生的主动运动意识,要能够帮助学生在运动方面有更强的自觉性,掌握相关运动技巧,促进学生的更全面发展。

一、在高职体育教学中培养学生自主运动意识的重要意义

(一) 有助于学生更顺利就业

高职学生的未来就业方向与一般高等院校学生的就业方向是存在一定差别的,高职学生往往会加入到劳动密集型产业中,所从事的岗位工作是具有一定的艰苦性的。相关岗位要求从业者必须要有比较顽强的意志力以及敢于拼搏的劳动精神。因此在实际进行高职体育教学的过程中,高职教师必须要考量到学生的之一需求。而进行学生自主运动意识的培养有助于培养学生良好锻炼习惯,帮助学生有更健康的体魄可以承受住比较艰苦的工作。再者不断地课内外学习锻炼过程中,学生的意志力也得到了充分磨练,不断地进行自我挑战与超越,这对于学生进入职场后,适应高压的工作环境是有着极大帮助的。

(二) 有利于更欢快课堂教学环境的形成

在实际开展高职体育教学的过程中,培养学生自主运动意识也有利于更欢快课堂教学环境的形成。所谓学生自主运动意识的增强实际就是要求学生在体育运动方面可以更主动一些。学生有目的地去参与各项运动,主动地将自己的全部精力投入到整个的运动学习中,亲自体验一些教学项目,不断地跟进练习,本身在某种程度上就说明了学生对于课程内容是喜欢的。而在培养学生主动运动意识的过程中,高职体育教师还会给予学生更多自主选择运动项目的机会,给予学生更多自己进行锻炼的时间,这对于学生运动兴趣的提升是极有帮助的^[9]。不同学生在这种更自主的学习锻炼中也有了个性化的发展,才能以及智慧等都有了强有力的增长,这无疑能够给予学生更多的成就感,促进学生身心的更愉悦发展。因此说,在高职体育教学中培养学生的自主运动意识在某种程度上也是对更愉悦课

堂氛围的一种构建,将学生的快乐学习体验与科学的体育教学方式进行有效融合,更有助于教学质量以及效率的提升。

(三) 有助于学生探索精神的发展

在高职体育教学过程中,培养学生自主运动意识,学生与教师的位置得到有效置换,教师不再是课堂的主体,学生成为体育学习的主人翁。且这一过程中教师并不会将所有的细节都剖析给学生,而是进行适当地引导,提出一定的问题,或者给予一定的学习任务,学生在探究中进行体育项目的学习,这对于学生学习能力的提升是有着极大帮助的。尤其是在这种探究式的学习过程中学生会变得更加独立,其自主思维能力不断增强,学生对于未知世界的好奇心以及探究欲望也会更加强烈。在这种强烈欲望的推动下,学生会不断地去进行探索,去发现,这一过程中学生的探索精神以及思维能力都会得到更有效的发展。学生在发现问题之后也能够更好地解决相应问题。

(四) 有助于高职体育教学改革的推进

当前很多高职院校在开展学生体育教学的过程中,并没有能够准确把握住体育教学的目标以及其对于学生成长的帮助作用,因此对于体育教学是不够重视的。或者有的高职院校仅仅是将体育教学非常简单地认为是对学生身体的一种锻炼,在教学中强调的也是锻炼学生的体魄,严重忽视了体育教学对于学生心灵成长的重要作用。这也是很多高职院校体育教学方式比较简单,形式单一的重要原因。但其实在体育教学方面投入过少,对于学生的影响是极为巨大的,会造成学生职业素养以及综合能力的严重不足,直接影响的是学生的职场发展以及社会生存。因此,高职院校必须要意识到学生体育教学的重要性,要积极地进行体育教学的改革创新,帮助体育教学焕发新的生机,为学生带去更多的成长帮助。而在高职体育教学过程中培养学生主动运动意识就是对高职体育教学进行改革创新的重要途径,意味着高职院校已经意识到了体育教学除了帮助学生身体变得更加健康之外还有着其他的育人功能。而通过实际行动去进行学生主动运动意识的增强也代表了高职体育教学创新的一种实际推进,对于高职体育教学改革良好成效的获取是有着极大帮助作用的。

二、高职体育教学中培养学生主动运动意识的途径

(一) 要进一步增强课堂教学趣味性

教师在实际开展体育教学活动的过程中,必须要保障其所教授的内容在新颖程度上是能够获得学生的认可的,同时难度方面也要符合学生现阶段的发展需求^[1]。只有如此,学生才会对相关的运动内容有着更强的兴趣。再者,教师在实际教导学生体育相关内容的过程中还需要适当地设置教学情景,应用多媒体教学方式,设计一些游

戏等,通过教学方式方面的创新来帮助学生可以在一个更具趣味性的环境中进行运动,促进整体学习氛围的进一步提升,帮助营造更加活泼愉快的体育学习课堂,增强学生的运动兴趣。只有通过各种科学具有趣味性的教学方式来帮助增强学生的学习兴趣,学生在课堂上才会有更积极的学习表现,这是促进学生自主运动意识养成的前提。

(二)要进一步增强课堂教学的多样性

就现阶段高职体育教学的实际情况来看,比较传统的教学方式有很多,如进行探究式体育运动学习,进行问题式教学,借助于发现法来进行体育项目的教学,示范性教学等等。但随着现代科学技术的不断发展,以及各种技术在教育领域的广泛应用,体育教学中也可以引入多媒体教学等现代化的教学方式,且这种引入是极为必要的。多媒体教学可以充分借助于光影,声像等手段来进行课程内容的展示,将其与传统体育教学方法进行结合,能够最大程度体现教学的多样性,也进一步促进教学质量与效率的提升^[1]。高职教师在实际教导学生体育相关知识与技巧的过程中要善于运用多样化的教学方式,来帮助改善教学结构的同时也为学生自主运动意识的增强提供更多的动力支撑。

(三)要进一步增强课堂教学的实用性

教师在规划体育教学内容,以及设定学生锻炼内容的过程中,必须要注意设计的内容与学生未来将要从事的职业应该有一定的匹配性。要充分考虑到学生的职业特点,要能够为促进学生未来工作的顺利开展服务。举个简单的例子,机电相关专业的学生在从事机电领域工作时往往对自身的身体素质是有着比较特殊的要求的,尤其要求学生的平衡力要比较好,肢体要有更高的协调性,要能够进行事物的准确判断。这对这一需求,高职教师在教导学生体育运动的过程中可以为学生安排爬绳,哑铃,篮球等教学项目,从而促进学生肢体协调性的进一步发展。而有的学生,如财务相关专业,人力资源相关专业等,在毕业之后更多的是进行办公室工作,针对此类学生,高职教师可以安排健身操,舞蹈等教学项目。高职教师必须要按照学生对于运动的实际需求去针对性地安排锻炼项目,只有如此学生的锻炼方向才是更加正确的。在实际教学中,教师必须要遵守体育教学为学生职业岗位工作服务的原则,要帮助高职学生切实体会到体育锻炼的实用价值,如此,学生在体育运动方面才会更积极,这对于促进学生主动运动意识的形成是有着极大益处的。

(四)要进一步增强学生对于体育理论知识的学习

体育相关的理论知识能够帮助学生在体育锻炼过程中有更加正确的态度与观念,因此在实际帮助学生养成主动运动意识的过程中,高职体育教师还应该适当地增加体育实践课程在整个体育教学中的比例,要通过帮助提升学生对于体育锻炼的认知来帮助学生更加明白自身健康与体育锻炼之间的密切关系,帮助学生明白体育锻炼的价值,也以引导学生可以在明白价值的过程中有自主的体育运动行为^[2]。要充分帮助学生在实际的体育运动中发挥出其自主性以及创造性,在帮助学生养成更良好体育锻炼习惯的同时,还能够帮助学生思维与想象力得到进一步发展,对于整个的体育教育以及体育事业的发展也是极为有利的。

(五)为学生营造更加自主开放的学习环境

在实际开展体育教学活动的过程中,教师不能局限在传统的教学模式里,要能够积极打破传统,尝试更多新的,更加民主开放的教学方式。所谓的民主开放指的是在实际教学过程中,体育教师要留给学生自身更多表现的机会与时间,要将大量的课堂时间留给学生

来展现自我,提升学生在体育教学课堂中的参与感,给予学生更多思考以及表现的机会,只有学生对体育教学课堂有了更多的自主权以及主动权,学生的主动运动意识才能够更迅速形成。而高职体育教师在实际选择体育教学内容的过程中也可以适当地征求学生自己的意见,通过调研活动来了解学生最想要学习哪些体育项目,想要有怎样的教学模式,在确保完成相应体育教学任务的基础上,尽可能地满足不同学生对于体育教学的不同需求,为学生营造出更加自主,开放的体育学习环境。譬如说,高职学生中有很多比较喜欢踢足球,那么高职体育教师在实际教学过程中就可以有意识地多安排一些足球相关的比赛项目,帮助学生能够更加主动地去进行锻炼,能够有更愉快的运动体验,如此,在不知不觉中学生们的速度以及耐力等都得到了提升,而教师因为有学生的配合,其课堂教学质量也会变得更高。再者,这种从学生本身的爱好出发去进行学生体育项目教学的行为也更有助于吸引学生,提升其自主运动的积极性。

(六)要积极改变教师的教学观念

随着社会经济以及科技的不断发展,当代高职学生无论是思维能力还是学习能力都是要更胜以往的,因此,如果高职体育教师在实际教学过程中仍然按照以往的理念与态度来开展教学,很可能会造成比较尴尬的课堂局面。故而,高职教师必须要不断地学习与体育以及体育教学相关的新理论,新方式,要能够不断地去适应高职体育教学的新需求^[3]。再者,高职体育教师在教学过程中不仅仅要研究学生的体育教学,还需要掌握学生的心理特点,要研究学生所学专业的未来就业形势,学生的未来职业特点等等。要能够综合所有与学生相关的信息来进行体育教学的更实用性设计,要将实用,趣味,知识,素养等等融入到高职学生的体育教学中,并在不断地尝试中形成新的关于体育教学的思想观念,在发展自身能力与素养的同时也满足学生不断增长的体育学习需求,这对于激发学生自主运动意识也是有着极大影响的。

结束语

在实际开展高职体育教学的过程中,不仅仅要重视学生的体魄锻炼,以及现阶段学生能够从体育教学中学到什么,还应该从学生长远发展的角度进行更综合地考量,要明确学生职业发展以及社会生存的实际需求,并将这种需求也融入到学生日常的体育教学中去。要积极地开展更科学的体育教学方式,针对学生的锻炼需求以及心灵成长需求去设计更加灵活多变的体育教学内容,锻炼学生体魄的同时,也要磨练学生的意志力,塑造学生的劳动价值观,提升其吃苦耐劳的精神。要增强体育教学中的趣味性,实用性,帮助学生更加明确体育锻炼对于自己的重要作用,也提升学生学习体育知识,进行体育锻炼的积极性。帮助培养学生的主动运动意识,促进学生良好运动习惯的养成。

参考文献:

- [1]韩子默. 高校足球教学中培养学生战术意识的途径[J]. 当代体育科技, 2022, 12(21): 4.
- [2]宋瑾. 浅析高职体育篮球教学中学生团队意识的培养[J]. 灌篮, 2022(1): 3.
- [3]高凯. 浅谈素质拓展融入小学体育教学的途径[J]. 运动-休闲: 大众体育, 2022(1): 0070-0072.
- [4]董宁. 浅谈高职体育教学对学生社会适应能力的培养[J]. 冰雪体育创新研究, 2022(1): 3.
- [5]程建军. 基于学生终身体育意识培养的高职体育教学改革分析[J]. 灌篮, 2022(22).