

中职学校游泳教学的创新对策探索

张万龙

(昆明市体育学校(春城中学) 云南昆明 650500)

摘要: 游泳教学活动的开展,主要是为了进一步满足学生的体能素质锻炼需求。中职游泳课程教学活动中,教师具体运用教学方式时,需充分考虑学生的接受程度,以最适合学生的方式对其进行游泳技巧锻炼,促使每一位学生都能够在游泳课堂上充分掌握游泳技能,不断提升自身的身体素质。本文就是从中职学校游泳教学的创新角度出发,通过研究中职学校游泳教学的创新意义、影响因素以及现阶段中职游泳课程的教学情况等,具体给出几点教学创新建议,保证提升中职游泳课程教学质量的同时,助力中职学生体能素质水平持续提升。

关键词: 中职学校; 游泳教学; 创新对策

游泳是一项非常好的、锻炼身体素质的全身性运动,其对锻炼学生体能,促使学生身体素质水平提升以及一定程度上提升学生的耐力等,均具有非常积极的推动意义。中职游泳教学活动中,一部分学生本身对游泳充满兴趣,学习时也会拼尽全力、全情投入,一般能够很好地掌握相应的游泳技巧。但是仍有部分学生“被迫”参与游泳教学活动中,本身对游泳兴趣不大,甚至有部分学生排斥游泳课程,这对教学效果的提升具有非常不利的影响,一定程度上也会影响学生的体能素质。基于此,教师在具体教学活动中,应该充分考虑学生的学习心理及实际掌握的游泳技能,能够针对性为学生设计游泳教学内容,激发部分学生的游泳兴趣、提升部分有基础学生的游泳水平,促使整个学生队伍游泳技能水平提升。

一、中职学校游泳教学的创新意义研究

中职学校游泳教学的创新,对学生自身及院校来说都具有较强的积极作用体现。下面就其对于学生方面的积极作用进行具体阐述,方便更好地理解后面内容。

(一) 进一步促进整体学生身体素质提升

游泳作为一项全身性运动,游泳过程中,全身肌肉力量都会被调动起来,帮助学生促进全身血液循环,增强新陈代谢能力,帮助其建立一个良好的身体素质基础。持续性进行游泳运动,有助于不断提升学生的身体素质水平。而进一步创新游泳教学,促使其更具吸引力,能够吸引更多学生主动参与到游泳项目活动中,整体促进中职学生的身体素质水平。

(二) 助力培养学生创新力

某种程度上来说,教师是学生模仿学习的第一对象,即使是中职阶段,学生也会潜意识中主动模仿教师的言行。因此,在具体创新游泳教学方式时,可以促使学生进一步提升创新意识,并在教师带动下,更加积极地参与创新活动,逐步提升创新能力。

(三) 助力培养学生体育精神

游泳是一项考验耐力,学会游泳的前提,是能够克服身体在水里的不适感,主要是对呼吸方面的影响,也就是俗称的“憋气”,这项技能的掌握首先就需要依靠一定的耐力作用才能完成。因此,培养学生的游泳技能,促使其游泳水平逐渐提升,是对其精神品质的一种锤炼,尤其是在教学创新的情况下,学生尝试通过不同的方式达到同一目的,对其创新体育精神的培养,具有重要促进意义^[1]。

二、中职学校游泳教学创新影响因素

中职学校游泳教学创新过程中,主要的影响因素包括以下几方面,现就其具体影响情况进行分析,为后续几项创新建议的给出,奠定理论基础。

(一) 场地

游泳是一项对场地有所要求的运动项目,泳池是最为基础的硬件设施之一,而这也是多数中职院校的办学受限条件之一。目前各地区中职院校切实落实游泳设施建设的为数不多,一方面是建设、

维护成本较高,另一方面则是占地面积大,同时具有一定的安全隐患。在管理不到位的情况下,容易造成溺水事件,造成严重后果。场地受限的情况下,教师很难施展教学技能,同时也为教学创新带来极大不便^[2]。

(二) 教师

教师是教学与学习的纽带,是教学环节不可或缺的一个环节因素。据不完全统计数据显示,现阶段全国中职游泳教师数量有限,尤其是具备较高专业素养的教师人才更是匮乏。结合上述内容中所提到的基础设施建设不完善,在这样的情况下,中职院校在招聘体育教师环节,一般不会招收专业游泳教师,而是倾向与综合体育能力较强的其他专项教师,如田径、足球或者篮球等。由此,使得中职院校整体游泳专项运动教学,师资力量薄弱。

(三) 学生

现代信息科技发展,给人们生活带来一定便利的同时,也对教育教学活动产生了一定影响。如学生越发沉迷于网络游戏、网络世界,渐渐不愿花费更多时间进行体育锻炼,更遑论学习游泳。且该部分学生一般自控能力较弱,在住校的情况下,除上课时间外,课余时间较多,大把花费在网络冲浪上的时间,使学生逐步养成不良的作息习惯、行为习惯,不良生活习惯作用下,留给游泳运动的时间更少。

(四) 社会

社会氛围对学生思想意识的形成以及发展有着重要影响,尤其是中职学生一般处于即将成年尚未成年的年龄段,对事物的理解能力趋于成熟但尚未成熟,思想容易受到周围环境的影响。每一年都有溺水事件发生,且在网络信息传递速度更快、范围更广的当下社会环境中,中职学生受到“游泳是一项危险运动”“尽量不参加游泳活动”等思想理念的影响性较强,逐渐形成错误或者偏激认识,也是影响游泳教学创新的关键因素^[3]。

三、中职学校游泳教学现状分析

现阶段,部分中职学校在具体开展游泳教学活动时,普遍存在以下几方面问题,有待进一步解决。

(一) 教育理念相对落后

教育理念相对落后是普遍存在的教学问题之一,如教师更多关注游泳基础知识的讲解与学习,而对游泳技术的要领动作等的实际运用练习较少,且对于游泳技能水平的评价,往往只针对速度方面进行评判,未做到结合“游泳姿势”“身体协调性”等方面的综合判断,使得学生对游泳产生错误认识,“能游”“能快速游”成为其自主训练的标准,不利于游泳知识的综合性掌握^[4]。

(二) 教育设施不完善

中职院校的游泳场馆建设严重不足,一般只有一些专业的体育院校,会专门设置游泳场馆,而其他类型中职学校则很少建设游泳场馆,一方面是游泳场馆需要大面积的场地建设,在没有游泳专业

支撑的情况下,游泳场馆建设会造成资源浪费。另一方面则是由于游泳场馆建设的成本投入及管理投入较大,对于中职院校来说,是一笔非常大的开销,非专业训练应用的情况下,一般认为“没必要”。

(三) 师资队伍建设性不足

师资队伍建设性不足是指,由于场地匮乏、办学标准及待遇方面等原因,往往存在专业游泳教师人才留不住的现象。且部分中职院校自身就将游泳“边缘化”,未将其看成是重点体育项目活动,在实际招聘体育教师时,也会更偏向于“综合型”的足球教师、羽毛球教师或者是篮球教师等。整体造成中职学校游泳教师师资力量薄弱问题,影响游泳教学创新的同时,也在影响游泳教学效果^[5]。

四、中职学校游泳教学的创新对策探索

在对中职学校游泳教学创新意义、创新影响因素以及教学现状问题等进行充分了解后,现就中职学校游泳教学的创新对策,给出几点可行性建议,以促进中职学校游泳教学水平提升的同时,促使学生更加热爱游泳运动,并能够在兴趣带动下,深入了解该项运动,养成良好的游泳运动习惯。

(一) 注重教育理念更新,强调情绪调整重要性

针对教育理念陈旧问题,需要对教师进行思想强化培养,促使其逐步转变教育教学理念,为教学创新奠定坚实的思想基础。与此同时,教师应该关注到情绪调整对掌握游泳技能的重要性,因此帮助学生学会调整情绪,以平常心对待游泳运动,是教学创新的首要前提。

例如,在教学游泳姿势过程中,针对“自由泳”“蛙泳”“蝶泳”以及“仰泳”等游泳类型进行认识时,应该了解到,其这些技术名词,既是游泳的类型名称,也是各种姿势的不同体现,如自由泳姿势在“手脚”方面的动作过程中体现出更多的“自由”特征,主要依靠手臂划水、腿部打水辅助进行,教师在教学过程中可以在创新理念的作用下,将其进行趣味性转化,将“自由泳”与“蛙泳”进行一定程度的融合,以更为夸张的动作示范引起学生的注意,同时通过邀请学生协助教师进行示范,来帮助学生缓解紧张情绪,尤其是在学生入水时,通过合理转移其注意力,降低其防范心理,容易促成游泳技能的掌握。

(二) 完善游泳设施建设,提供游泳教学基础保障

游泳设施建设,是保证游泳教学创新的关键。中职院校还需进一步采取相应的措施,加大资金投入力度,进一步完善游泳基础设施,为教学提供基础保障。

例如,中职学校领导可以转换下办学思想,合理利用“招商引资”的方式,帮助自己建设游泳基础设施。一方面缓解自身的办学压力,另一方面更能够为游泳教学提供可靠的基础上市保障。如与周边企事业单位等进行联合建设,方便开展教学活动的同时,也可以通过一些商业的运营方式,“赚取”相应的投资收益。既解决了游泳教学基础设施问题,又能够为企业创造利润,吸引更多社会团体加入。

(三) 强化师资队伍建设,构建游泳教师交流平台

师资队伍建设,是保障游泳教学水平提升的关键。中职院校在具体招聘环节,应该进行合理调整,确保提升师资队伍力量,保证教学创新实践。

例如,在具体招聘环节,应该重视专业游泳教师的比例,且对该部分专业教师还应进行资质考核,确保其能够切实在游泳教学活动中,发挥教学作用,帮助学生更好地掌握游泳技能。除此之外,还可以通过构建游泳教师交流平台,促使各高校游泳教师之间进行互动、交流,互相吸取对方的经验,保证教学创新质量。不仅如此,还应该重视对教师进行思想政治教育,促使其逐步树立起“终身学习”意识,并能够在意识推动下,更加主动地进行专业知识与技能学习,促使自身的游泳教学水平不断提升。

(四) 重视分层教学实践,强调教学主体性体现

素质教育理念中,“以人为本”学生的落实,能够在很大程度上促进教学效果提升。主要还是由于其是以学生为中心,设计各类教学活动,整体以学生的学习需求为准,对症的情况下,才能够更好地发挥药效。因此,教师在具体创新过程中,还需充分结合学生的实际情况进行,如适当采用分层教学法等,体现学生主体性作用的同时,能够切实帮助学生掌握相应的游泳技能。

例如,在进行蛙泳教学时,可以根据学生的学习特点,将学生分为不同的三组,记为A(初步掌握蛙泳基础动作要领的学生)、B(对蛙泳技术性动作掌握不到位的学生)、C(情绪性抵抗的学生),针对A组学生,教师可以直接安排其进行下水练习,针对B组学生,教师可以再为其进行专业动作、动作要领讲解与示范,并适当邀请学生亲自示范学习,促使其逐步掌握蛙泳基础动作技能;针对C组学生,教师可以安排其观摩A组同学练习,并在观摩的过程中,通过趣味性解说同学的游泳动作等,吸引C组学生注意,并潜意识跟学动作要领,除此之外,逐步放松下来,更容易接受学习任务。这样的情况下,可以将不同学生均带入到游泳学习环境中,促使其掌握游泳技能的同时,游泳水平均能够得到有效提高。

(五) 重视采用分层评价,帮助学生建立自信心

教学与评价本为一体,教师在进行游泳教学活动时,同样可以运用合理的评价,促使学生正视自身的游泳问题,进而自主进行调整、学习,逐步提升游泳水平,建立游泳自信心^[6]。

例如,蛙泳虽然是最为平常的一种游泳方式,但是其某些动作还是具有特殊性,与陆地行走不同。教师在教学生掌握蛙泳技术时,不能够一味地认为该类型技术简单,容易学,就潜意识认为或者是要求学生快速掌握游泳技巧,在对学生进行评价时,以“平均标准”水平评价学生、要求学生,这回严重打击学生的自信心,不利于后续教学活动的开展。此时教师可以通过对比同一学生前后两次不同表现进行评价,如“相对上一次,这次的动作更加标准”等,以此鼓励其更多练习游泳动作。

结束语:

综上所述,中职游泳教师还需从自身角度出发,坚持落实“终身学习”理念,能够以终身学习的精神毅力,对待游泳教学工作,在工作实践中学习,将学习到的知识运用于教学实践当中,促使教学水平不断提升,切实为中职学生提供可靠的教学服务。在打好自身素质基础的同时,教师还需结合游泳课程的特点以及学生学习游泳技能的心理、技能掌握情况等,切实为学生更具针对性的教学内容,促使学生能够以更加积极饱满的心态参与到游泳课堂当中,与其他同学及教师一起成长,更多、更好地掌握游泳技能,利用该项运用提高身体素质水平的同时,能够进一步以游泳运用精神影响个人成长,促使个人心理健康发展的同时,能够以更加积极的心态对待今后的工作与生活。

参考文献:

- [1] 张开兰. 中职学校游泳课程开展的困境与路径研究[J]. 冰雪体育创新研究, 2021(18): 52-53.
 - [2] 洪忠谱. 体能训练在游泳运动中的应用分析[J]. 体育视野, 2020(05): 67-68.
 - [3] 罗庆强. 全民健身背景下中职学校游泳教学改革新探究[J]. 现代职业教育, 2020(29): 210-211.
 - [4] 李宝明. 中职学校开设游泳课程的价值及教学创新路径分析[J]. 东西南北, 2018(11): 143.
 - [5] 李晓玲. 浅谈游泳教学的心理问题及对策[J]. 中国科技财富, 2011(2): 38.
 - [6] 文青龙. 分层教学在职业院校游泳教学中的实践应用[J]. 科技风, 2020(30): 106-107.
- 作者简介: 张万龙, 出生1990年8月, 男, 汉族, 云南省保山市, 职称: 中学二级, 大学本科, 研究方向: 游泳教学方向。