Education and Learning, 教育与学习(4)2022, 4
ISSN:2705-0408(P); 2705-0416(O)

# 职业能力培养下高校师范类体育课程教改分析

冯栋梁
（黄淮学院　河南驻马店　463000）

【摘　要】在当代高校大学生的综合素质教育中，对学生职业能力的培养也十分重要。而在当前的高校师范类体育教学中，仍然以传统的教学理念为主，只注重对学生体育课中体能的锻炼以及体育方面理论知识的教学，却忽视了对学生综合职业能力的培养，这对高校师范生将来能否胜任教学岗位埋下了巨大的隐患。为改善这一现状，本文通过对当前高校体育课程中职业能力重要性的分析与研究，提出了具体的体育课程教改策略。

【关键词】职业能力；高校师范；体育课程；教改策略

# Analysis of teaching reform of normal PE courses under the cultivation of vocational ability

【Abstract】In the comprehensive quality education of contemporary college students, it is also very important to cultivate students' professional ability.In the current normal physical education in colleges and universities, still give priority to with traditional teaching concept, only pay attention to students physical exercise in physical education, and the theory of sports knowledge teaching, but ignored the cultivation of students' comprehensive professional ability, the university normal students can competent teaching in the future buried the huge hidden dangers.In order to improve this situation, this paper analyzes and studies the importance of the vocational ability in the current college physical education courses.

【Key words】vocational ability; university normal school; physical education courses; educational reform strategy

**DOI**：10.12361/2705-0416-04-04-82926

在高校师范类体育课程改革中，如何对学生的综合职业能力进行培养已经成为当下高校迫切需要解决的问题。为了让高校师范生在职业生涯中能够完美胜任岗位教学工作，高校师范生的课程内容上应以培养师范生的职业能力为主，教学方式上注重培养师范生的职业综合能力，教学理念上以素质教育为师范生培养的基础，教学目标上要培养师范生的职业教学素养，争取为师范生的未来职业生涯打下扎实的基础。

## 1　当前高校师范类体育课程中的教学现状

### 1.1　不注重师范生的职业能力培养

在当前的高校师范类体育课程中，大部分高校还是按照传统的体育教学方式，对学生进行针对各种体育项目的例行训练，最后进行成绩评比考核，不注重师范生的综合职业能力进行培养，这种教学方式对非师范生的体育课较为适用，而对将来需要走上教学岗位的师范体育生而言就显得尤为不足，不利于师范类体育生未来职业生涯的发展。

### 1.2　课程安排上科目类型种类单一

高校学生体格差异较大，为使得每名学生都能有适合自己的体育项目，高校体育类目应当丰富多彩、类目众多，但是在当前的高校师范类体育课程中，大部分学校还是以跑步、俯卧撑、篮球、引力向上这几个体育项目为主，体育科目形式单一且没有考虑到学生的体格差异化，在理论课程上也只是以基础体育理论知识为主，没有注重对学生的综合体育素养适当扩展。

### 1.3　体育课程中教学理念较为落后

受传统应试教育的影响，在教育理念方面仍以教师为主导，教师为课堂主导者，学生被动接收教师的课程安排，这种填鸭式教学方式极易导致学生失去学习兴趣和体育锻炼的热情。尽管一些高校在体育教育中进行了一定程度的改革，但是在实际实施中仍旧未能革新这种落后的教学理念，还是以分数考试为主要评判依据，没有注重对学生的综合素质进行培养。

### 1.4　忽视了对师范生职业发展的培养

师范体育生将来都会直接进入各个中小学进行体育教育工作，因此为了能够让学生在将来的职业生涯中做到游刃有余，培养学生的职业能力是重中之重。但是大多数高校对学生的职业发展并未关注，也没有对学生的职业生涯做出统筹规划，使得许多学生对自己将来的职业发展十分迷茫。

## 2　高校师范类体育课程教改中注重职业能力培养的意义

职业能力包含具体的专业技能和专业知识，以及在具体的工作岗位中对所学知识的运用实践能力。具体在高校师范类体育生身上体现的就是自身的体育健康素质、体育技能、体育理论知识以及对学生的教导能力，各方面缺一不可，否则将难以胜任对中小学学生的教导工作，直接影响着中小学学生的身体健康和体育意识。

《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》中指出，要广泛开展“全国亿万学生阳光体育运动”，鼓励指导学生开展有计划、有目的、有规律的体育锻炼，努力改善学生的身体形态和机能，提高运动能力达到体质健康标准。

## 3　高校师范类体育课程教改中培养职业能力的具体策略

### 3.1　课程内容上以培养师范生的职业能力为主

由于学生的个体化差异较大，在具体的课程内容上应充分考虑到这一特点并进行有针对性的选择，保证能够让每一个学生都可以找到自己适合的体育项目，提升学生的个人体育素质，进而保障学生综合素养的全面发展，满足学生将来职业岗位所需。因此，在课程中除了基础的跑步、篮球等体育项目，尽可能加入一些多样性的锻炼项目，例如，在学生们刚刚进入学校的时候，可以让学生们在

体操、排球、足球、乒乓球、羽毛球、举重、游泳、自行车等这些类目中选择自己感兴趣和擅长的体育项目，以锻炼学生的体力和教导基础体育知识为主。当完成基础的体育知识教学之后，开始引导学生开始进行团队竞技，参加如击剑，气步枪，台球，皮划艇，体操，篮球，足球，射箭等类型的体育活动。

除此之外，为了使得体育项目呈现多元化，还可以在体育课程中扩展一些我国传统的民族体育项目，如舞蹈、百戏、棋类、龙舟、秋千，武艺、射箭、摔跤、蹴鞠、击鞠、牵钩等，这些项目可以增加少数民族学生参与体育项目的积极性。同时高校也要加强对课程的综合管理，激励学生每天都要抽出一定的时间进行体育锻炼，制定一些详细的教学计划，将一些大型的集体性活动与体育项目融合起来，根据各个体育项目的独有特点以及学生的个体差异，制定出满足所有学生都能进行充足锻炼的课程安排，为学生们将来走向工作岗位，胜任教学工作打下良好的基础，完善学生的职业技能体系。

### 3.2 教学方式上注重培养师范生的职业综合能力

在对学生进行体育教学时，为了让学生提升体育锻炼的兴趣，也为了让高校师范生将各种优秀的体育品德带到未来的中小学课堂中，在体育改革中，应以培养师范生的职业综合能力为核心出发点，开发多种教学方式改变传统的应试教育，不再以分数为主要判断依据，而应该建立一套体系化的评价流程，保障教学改革成效。为了让学生热爱体育锻炼并发挥出学生的主观能动性，在具体的课程安排上不再以教师为指导核心，而应该明确学生为课程实施的主体，让学生们自由选择适合自己的体育项目。在具体的教学方式上面，引导学生改变被动接收知识，让学生们成为自主探索者，由被动变为主动，不再局限于传统的枯燥教学方式，而应该开心愉悦的完成体育项目的锻炼。给学生们营造出轻松、愉悦的体育氛围，争取让学生们养成终身成长、终身锻炼的优秀体育品质。

例如，可以让学生们们自发的组队比赛并激励学生成立“评价导师”，全程由学生们自己完成一整个竞技赛的比赛流程，这可以让学生们积极踊跃的报名参加体育项目，还能培养学生们的团队精神以及良性竞争的竞技精神，这也是广大中小学学生需要学习的一种优秀品德，这需要高校师范生在将来的职业生涯中给中小学学生进行潜移默化的影响，这才是对“阳光体育运动”的最完美诠释。

### 3.3 教学理念上以素质教育为师范生培养的基础

在具体的教学理念方面，需要面向包括高校以及中小学等广大学生主体，明确“以人为本”这一核心理念，因为无论是何种体育项目，学生才是核心参与者。因此，在具体的体育课程改革中，教学理念的改变是应该放在第一位的，引导学生将理论知识进行亲身实践是高校师范生素质教育的基础，而在以前的一些教学中，为了应付学校的抽查和考核，教师只是注重对理论知识的讲解，然后让学生们在教师的要求下进行规格化训练，达到合格要求并在具体的考试中完成分数考核过关，当检查过后，学生们很容易就会回到以前懒散的学习状态，这种教学模式对一些文化课程都尚显不足，更不要说是需要进行锻炼的体育课程。为了摆脱这种以分数进行衡量结果的教学理念，将学生们从这种枯燥的学习方式中解放出来，必须从根本上进行体育课程改革，彻底颠覆传统教学观念，以素质教育为核心引导学生响应国家号召进行“阳光体育运动”。

例如，在具体的教学活动中，及时关注到不同学生之间的体格差异以及爱好的不同，并对男女性别进行综合考量，让女生选择一些较为温和的体育项目，如瑜伽、沙滩排球、网球、跳舞等，对男生们尽量选择一些能极大锻炼体魄的体育项目，如拔河比赛、篮球、足球、龙舟赛等，同时根据一些学生的爱好加入一些较为冷门的体育保障每个学生都能有自己擅长的体育项目，这样对学生自信心的建立有着极大的帮助，并引导学生定期锻炼，争取让学生全面性发展，养成终身锻炼的体育精神，并运用到师范生今后的教学工作中。

### 3.4 教学目标上要培养师范生的职业教学素养

除了在课程内容、教学方式、教学理念上做出一些具体的体育课程改革，在教学目标上更要以培养师范生的职业教学素养为指导核心。众所周知，师范类体育生将来都将会走向具体的工作岗位，成为直接面向广大中小学学生的教育工作者，因此，高校体育改革应建立一套完整的理论知识体系以及专业化的评价流程，保证每个学生的体育技能知识能够满足教学所需，激发学生的自主学习精神，积极主动的投入进体育知识的学习当中。当然只有自身掌握具体的体育技能还远远不够，如何做到学以致用，将自己的理论知识运用到具体的教学工作中才是职业教学素养的核心体现。

在对高校师范生进行具体的教学时，要充分考虑到中小学生的教学情况，保证高校师范生能够充分理解教师这一职业特点，可以组织一些课堂演讲练习，考验高校学生们对知识的迁移运用能力，使他们能够学会组织班级活动，如何进行班级统筹规划，同时针对每个高校师范生的性格特点进行针对化引导，让他们能够学会将来在具体的工作中如何观察自己的学生，以及开展一些大型的体育活动的评价能力，并能让高校师范生们充分学习到在具体的教学工作中对自己的学生进行因材施教、个性化教学的重要性。掌握了这些综合职业素养，才能真正的胜任教师这个工作，才能在今后的职业生涯中走得更远。

## 4 结语

总而言之，高校师范类体育生将来都会走向工作岗位，直接面向广大中小学学生进行体育教学。因此，我们应切实落实好对高校师范类体育生的综合职业能力培养策略，从课程内容、教学方式、教学理念、教学目标等方面出发，以“阳光体育运动”理念为指导，关注学生的体育健康和锻炼习惯，规划好课程理论知识，着重凸显高型师范体育生的综合职业能力培养，间接的为广大中小学学生的体育健康保驾护航。

**作者简介：**冯栋梁（1979.2—），男，河南新乡人，副教授，研究方向：体育教学与全民健身。

## 【参考文献】

[1] 彭国龙.基于职业能力培养的高校师范类体育课程教改思考[J].重庆教育学院学报，2012，25（6）：138-140.
[2] 刘飞飞.高校体育课程教改现状与应对策略[J].文体用品与科技，2015（16）：134-135.
[3] 陈国志.新形势下长春师范大学体育基础课程教学改革与实践[J].中外企业家，2019（31）：141.