

# 高职体育教育中的体验式教学方法研究

陈胜颖

河南水利与环境职业学院(信阳校区) 河南信阳 464031

**摘要:** 随着新课程改革标准的深入落实,传统教育理念与模式已经无法在最大程度上满足现代教育行业发展的需要;而在部分高职院校内部,由于教师自身思想观念较为传统,过于注重对学生进行文化知识的教学,对综合素质方面缺乏重视,导致学生自身综合素质水平较低,由此而影响着学生自身的健康发展;因此,相关教师及学校管理人员需要顺应新课程改革的内容,引进现代先进教学理念与方式,并加强体育等教学水平的提高,以此来加强对自身综合素质的全面发展,并在另一方面促进现代教育行业的进步与发展。下面主要以我国高职体育教育中应用体验式教学法为例进行深入的分析探究。

**关键词:** 体验式教学; 高职教育; 体育

## Research on Experiential Teaching Method in Higher Vocational Physical Education

Chen Shengying

Henan Vocational College of Water Conservancy and Environment (Xinyang Campus), Henan Xinyang 464031

**Abstract:** With the in-depth implementation of the new curriculum reform standards, Traditional educational concepts and models have been unable to meet the needs of the development of modern education industry to the greatest extent; In some higher vocational colleges, Because the teachers' own ideas are more traditional, Pay too much attention to teaching students' cultural knowledge, Lack of attention to the comprehensive quality, Lead to the students' own comprehensive quality level is low, This affects the healthy development of students themselves; therefore, Relevant teachers and school administrators need to adapt to the new curriculum reform content, Introducing modern and advanced teaching concepts and methods, And strengthen the improvement of physical education and other teaching level, In order to strengthen the comprehensive development of students' own comprehensive quality, And on the other hand to promote the progress and development of modern education industry. The following mainly takes the application of experiential teaching method in Chinese higher vocational physical education as an example for in-depth analysis and exploration.

**Keywords:** experiential teaching; higher vocational education; physical education

### 引言:

对于高职院校而言,教师开展体育课程教学,应该注意对学生学习体育课程的自主意识进行激发,体验式教学模式的应用使得学生的课堂融入性明显提升,也有利于学生树立终身体育锻炼意识。我国新课程标准对高职体育课程教学提出了新的要求,注重对学生体育学科学习自主性的培养。同时,教师应该关注学生的体育综合水平,保证所应用的教学方式与现阶段学生自身实际接受能力更加贴合。

### 1 体验式教学的具体概念

研究表明,所谓的体验式教学主要是指相关教师根据学生日常的学习状态、成长规律以及对外界的认知能力,以此来为学生创建出相应的教学环境,并将日常教学中的知识融入其中,促使学生充分的融入教学情境中,强化提高学生自身的知识水平与综合素质,进而促进学生自身的健康成长与发展;而通过加强体验式教学方法的应用,能够在很大程度上解决传统高职体育教学过程的问题,并根据新课程改革标准的内容,借助现代化

的教学理念与方法, 强化提高学生自身的思维水平与实践能力, 进而推动现代高职体育教学工作的健康发展<sup>[1]</sup>。

## 2 体验式教学大纲

大纲主要是课程性质、目的、主要任务。课程性质: 体验式教学是一门综合性而实用的课程, 通过学习体验来增长知识。

课程目的: 通过学习, 学生了解体验式教学的发展, 基本概念, 特征和其他理论基础, 并被实际用于体验式训练, 包括能力要求, 例如协助, 课程设计和引导性反射技巧、集中和控制经典体验活动。体验式操作为开展体验式教学工作提供了科学的理论基础和相关的知识和技能, 并指导学生参与体育体验式的活动。

主要任务: 坚持立德树人的基本任务, 发展素质教育, 学习体验和拓展训练, 其次, 整合和创新与国外体育体验式教育相关的理论和实践, 系统地介绍体验式教育的起源和发展, 体验式教育的哲学重要性和基本理论与教学概念, 讲师的基本素质和能力, 体验式教育的组织、设计和实施体验式教育的理论和技术。

## 3 推动高职体育教学中的体验式教学策略建议

### 3.1 完善体育教学场地与应用设施, 营造良好体验环境

目前大部分高职院校都没有较好的健美操场地及相应完善的运动设施。可以说, 场地环境是一个学校办学规模、水平的重要评价指标, 没有基础的教学活动保障, 就很难保证教学效果。以健美操教学为例, 专业的健美操场地能够促进教学的顺利展开, 尤其是体验教学法应用过程中, 可以有更多的体验情景设计。完善的设施能营造良好的学习环境, 学生的认可度高, 学习动力更强。有些院校虽然建设有健美操场地, 但不是全天开放的。其实可以在课余时间开放应用场地, 让学生们有充足的练习时间与空间, 以此弥补课时的不足和巩固课上知识, 也能促进学生在课余时间多参与体育活动, 强身健体。

### 3.2 加强现代师生关系的优化

通常情况下, 在任何一项内容的学习过程中, 师生关系问题都在很大程度上影响着日常教学工作的水平, 因此, 在现代高职院校体育教学的过程中, 为了加强体验式教学方法的应用, 相关教师需要转变传统观念, 加强自身与学生之间的交流沟通, 明确学生的心理需要, 同时, 体育教师还可以借助体验式教学法的应用, 激发出学生参与到体育教学过程的兴趣与积极性, 进而促进现代高职体育教学水平与质量的提高<sup>[2]</sup>。

### 3.3 注意明确教学目标

教师想要取得良好的课堂教学效果, 应该注意对教学目标进行明确, 从而使得课堂教学活动的开展更加具有针对性。目前三维教学目标设定成为很多体育教师所热衷的教学方式, 要保证目标设定的一致性以及协调性。高职体育教师在应用体验式教学法展开教学活动的时候, 可以将其设计为以下几个阶段: 目标制订阶段、课堂教学结构设计阶段以及教学方案实施阶段。通过对以上几个阶段的贯彻落实, 可以使学生专业技能水平以及知识目标等方面有较大的变化, 有利于培养学生长久的体育课程学习意识。例如, 教师在讲解田径运动动作要领的时候, 应该引导学生对短跑以及长跑、接力跑等竞技运动的要领进行掌握, 使学生理解每种田径运动的动作要领存在较大差别。短跑强调学生的爆发力; 长跑需要学生有较强的耐力; 而接力赛不仅需要学生在爆发力以及耐力方面达到一个平衡点, 还需要注意对各赛段的参与人员结构进行合理安排, 从而使接力赛的成绩更加理想。

### 3.4 加强学生自身体验意识的培养

除了以上措施之外, 在现代高职体育教学的过程中, 为了加强体验式教学方法的应用, 相关教师还需要加强对自身体验意识的培养提高, 在这一过程中, 相关教师首先需要对高职体育教学工作的具体内容进行明确, 同时顺应新课程改革标准的内容, 将学生作为日常教学工作中的主体位置, 确保学生通过体验式教学来提高自身知识与技能的水平, 此外, 在日常教学过程中, 体育教师还可以加强小组合作以及游戏等现代教学方式的应用, 进一步激发出学生对体育学习的热情与兴趣, 进而促进我国现代高职体育教学工作的健康发展<sup>[3]</sup>。

### 3.5 注重对学生的人文关怀

高职院校体育体验式教学符合我们“以人为本”国家的传统和时代精神。孔子等古代教育家和我国的现代教育家重视学生的主导地位, 认为把学生置于第一位是教育和培训的关键要素。但是, 高职院校强调学生入学后专业技能的发展, 而忽略了对体育运动的认识, 所以学生通常身体素质低下, 没有体育知识, 也没有健康的运动习惯。新时代高职院校的体育教育目标不是要训练学生单一的专业技能, 而是要确保他们拥有正确的世界观, 人生观和价值观, 要求塑造道德和知识分子。因此, 在高职院校体育教育中对学生进行人文关怀尤为重要, 在体育体验式教育中, 不断进行人文教育并重视学生的学科地位, 是“以人为本”民族传统的特殊要求和时代精神, 只有这样, 才能激发和培养学生的体育学习热情, 学生还可以在人文主义教育环境中体验运动的乐趣, 形

成健康的运动习惯<sup>[4]</sup>。

3.6加强教师的专业素养和创新能力培养,强化体验式教学的科学应用

体验式教学需要教师有丰富的知识储备,只有这样才能结合多方面有效的手段给学生创设不同的体验情景,可见专业的优秀教师是体验式教学应用的必备条件。高职院校的体育老师可通过培训课程有序提高自己的专业素养和职业化水平,也可通过参加各类比赛丰富相关知识,以便更好地帮助学生掌握各类运动技巧,有机会也可以带领学生参与到更多的赛事中去。

创新思维是培养出来的,只有教师有足够的知识储备才能科学地丰富课堂教学内容,以有效的方法和技巧调动学生的创新思维,让课堂中的情景体验拉动学生的创新力和实践力,在运动中活跃思维,在学习中实现创新,久而久之不仅磨砺了意志,更提升了创新思维能力<sup>[5]</sup>。

3.7给予学生更多体验式的教学活动

人性的本能之一就是获得舒适愉快的心理体验,适当参加体育运动也有相同的原因。如果学生在运动中有有趣的经历,他们自然也愿意继续体验。高职院校的学生都知道锻炼对人体的积极影响,但希望体育教学的锻炼方式有所不同,因此他们无法通过相似的体育锻炼对体育课感到满意。换句话说,高职学生是否能够以一定程度的积极性参加体育活动取决于体育教育者对高职学生的体育体验行为的预先设计。与其他对高职学生施加压力较小的学科相比,体育体验式教育的优势在于学生可以从体验式的活动中获得乐趣、经验和满足感。学生的学习态度和体育意识对体育体验式教育具有非常重要的影响。体育课是学生的一项无拘束的活动,学生并不完全了解体育活动的重要性。教师的教育理念和模式的

层面,直接影响学生的体育学习。作为当代和当代体育老师,需要不断提高自己的专业素质,充分积累经验,帮助促进学生体育学习中,并不断提升教学模式,协调并改善这种先进的教育理念,以提高学生的学习体验感<sup>[6]</sup>。

#### 4 结束语

综上所述,随着我国教育行业的不断发展,传统教学理念与模式无法充分满足现代教育工作的需要,为了解决这些问题,相关教师及学校管理人员需要顺应时代发展及新课程改革标准的内容,结合有关部门的政策制度,加强体育等课程的教学,并加强体验式教学等现代先进教学方法的应用,以此来促使学生能够积极主动的参与到日常学习中,强化提高现代高职体育教学的水平与质量,同时促进学生自身综合素质的全面发展,进而推动我国教育行业整体的进一步发展。

#### 参考文献:

- [1]周斌.高职体育教育中的体验式教学方法研究[J].湖北农机化,2020,11(6):141-142.
- [2]闫茹冰.高职体育教育中的体验式教学方法研究[J].当代体育科技,2018(35):34-36.
- [3]沈惠红.基于信息化下的高职体育教育中体验式教学方法研究[J].文体用品与科技,2019,24(22):153-154.
- [4]杨筱竹.试析高职体育教育中的体验式教学策略[J].体育世界(学术版),2018(8):126,138.
- [5]齐斯筠.高职体育教育专业学生核心竞争力评价指标体系构建[D].株洲:湖南工业大学,2019.
- [6]朱行行.高职体育教育中的体验式教学方法研究[J].体育时空,2018,26(22):147.