

体育强国视域下体育素养融入中职体育教学策略探究

秦英骢 胡家慧

四川托普计算机职业学校 四川 成都 611730

摘要: 在体育强国建设的时代背景下, 中职体育教学承载着培养学生体育素养、提升国民体质的重要使命。体育素养不仅关乎学生的身心健康, 更是其全面发展的重要基石。因此, 将体育素养融入中职体育教学之中, 既符合时代发展的要求, 也是教育改革的必然趋势。本文旨在深入探究体育素养融入中职体育教学的有效策略, 以期提升中职体育教学质量、培养具备高水平体育素养的学生提供理论支持和实践指导。

关键词: 中职体育; 体育教学; 体育素养; 体育强国

Exploring the Integration of Sports Literacy into Vocational Sports Teaching Strategies from the Perspective of Sports Power

Qin Yingcong, Hu Jiahui

Sichuan Top Computer Vocational School Chengdu, Sichuan 611730

Abstract: In the context of building a strong sports country, physical education teaching in vocational schools carries the important mission of cultivating students' sports literacy and improving the national physique. Sports literacy is not only related to the physical and mental health of students, but also an important cornerstone of their comprehensive development. Therefore, integrating sports literacy into vocational physical education teaching is not only in line with the requirements of the times, but also an inevitable trend of educational reform. This article aims to explore effective strategies for integrating sports literacy into vocational physical education teaching, in order to provide theoretical support and practical guidance for improving the quality of vocational physical education teaching and cultivating students with high-level sports literacy.

Keywords: Vocational sports; Physical education teaching; Sports literacy; Sports powerhouse

“核心素养”是指在个人的学习和生活中, 逐渐形成的适应个人终身发展和社会发展需要的必备品格和关键能力。体育作为一门重要学科, 不仅是学生掌握身体锻炼技能、养成锻炼习惯的重要载体, 也是实现核心素养教育目标的有效途径。随着体育教学改革不断深入, “健康第一”的指导思想深入人心, 其内涵也在不断丰富与发展。在体育教学中, 体育教师要充分把握体育学科特有的价值和功能, 将核心素养教育理念与中职体育教学相结合, 切实提升学生运动能力、健康水平、心理品质、社会适应能力等方面的综合素养, 以促进学生德智体美劳全面发展。

一、体育强国下中职体育教学的重要性分析

(一) 健康意识和生活方式

职业体育教育在体育强国中的重要性首先体现在培养学生的健康意识和积极的生活方式上。现代社会普遍存在着青少年缺乏运动的问题, 而职业体育课程的引入能够激发学生的兴趣, 促使他们积极参与体育活动。通过培养健康的身体素质和运动习惯, 学生可以更好地预防疾病, 提高免疫力, 从而在身体上拥有更好的发展。

(二) 综合素质的培养

职业体育教育不仅仅关注体育技能的培养, 更重要的是培养学生的综合素质。体育活动往往需要团队合作、领导力

力、坚持不懈等素质, 这些品质在学生的日常生活和未来职业中同样具有重要价值。通过体育课程, 学生可以锻炼意志力, 增强自信心, 培养应对挑战的能力, 为未来的成长奠定坚实基础。

(三) 社交与人际关系

职业体育教育有助于促进学生的社交能力和人际关系。体育课堂为学生提供了一个合作、竞争、交流的平台, 通过与同学互动, 他们可以学会尊重他人、合作共赢, 培养友谊和团队合作的能力。这些社交技能不仅在学校中 useful, 也会在日后的职场和社会生活中发挥重要作用。

二、培养学生体育核心素养的意义

中职体育教师要把学生放在第一位, 采取灵活多样的教学方式来激发学生的体育兴趣, 使其树立终身体育意识, 积极参加体育锻炼, 并提高自身运动技能水平。中职教育的首要使命是为国家输送高质量的专业技术人员, 这就需要中职教育注重在教育过程中, 加强对学生的整体素质、核心能力等方面的教育, 以促进他们的主动、主动地去主动地进行学习。中职学校也应为学生提供一个良好的学习环境, 使其能在中职体育教学中获得更好发展。中职学校通过开展体育教学活动可以为学生提供更多锻炼机会, 使其在参与体育运动的过程中强健体魄、健全人格、形成良好品格。同时, 培养

学生体育核心素养对推动社会发展和进步也有一定的意义。中职学生的身体素质较差,如果不能通过体育教学获得身体健康、心理健康和社会适应能力,就无法更好地在工作中发挥自身优势和价值;其次,中职学生在社会生活中面临更多压力和挑战,如果不能通过体育运动缓解压力和调节情绪,就会影响其身心健康发展。

三、体育强国视域下体育素养融入中职体育教学策略

(一) 明确教学目标

在中职体育教学中,教师要想提高学生的核心素养,必须明确教学目标,了解学生的学习特点和身体素质,制定相应的教学方案。教师要注重学生在实践过程中能力和素质的培养,通过实验、分组竞赛、趣味游戏等方式来提高学生对体育技能学习的兴趣。教师要让学生明确自己在课堂上所学到的知识和技能,以及在练习中所遇到的困难和问题,从而培养他们对体育技能学习和运动习惯养成。在进行教育的过程中,老师要将重点放在使学生对体育核心素养中的基本内容和运动技巧的理解上,利用课前准备活动、体育理论知识学习、体育游戏等方法,来对学生对体育知识和运动技巧的理解进行培养。在体育教育中,要使学生积极主动地参加体育教育,使其在体育教育中得到更好的发展,在此基础上,培养其终生运动的观念,培养其良好的运动习惯。在中职学校开展体育课时,教师要注重对学生进行心理健康教育,帮助他们树立正确的人生观、价值观和世界观。教师要引导学生学习体育运动中所涉及到的科学锻炼知识,使他们养成正确锻炼身体、保持良好健康状态、养成良好运动习惯的意识。教师要让学生认识到体育运动是一种乐趣,是一种享受;培养运动兴趣是促进其健康成长与全面发展的重要途径。

(二) 创新体育教学模式

中职学生在校期间,对体育锻炼并不重视,而且大多数中职学生学习成绩不理想,很少有学生能够通过体育锻炼来提升自身的身体素质,所以学校体育教师要创新体育教学模式,让学生真正重视体育锻炼。传统的体育教学方法过于单一,老师在进行教学时往往是一个人进行授课,并且教师在课堂上讲解的内容过于简单,导致学生在学习时没有太多的收获。因此在开展体育教学时,学校和教师要转变传统的教学方法,让学生成为课堂的主人,老师则作为引导者。比如在开展“花样跳绳”这一节课的时候,教师可以先让学生自己选择几种不同的跳绳方式,然后再将这些跳绳方法展示给学生看,让他们在观看之后选择自己喜欢的跳绳方法。如果学生喜欢某一种跳绳方法的话,那么就可以学习这种方法;如果学生不喜欢这种方法的话,那就不学习这种方法。通过这种方式来调动学生参与体育运动的积极性,让他们自己去探索、发现体育活动的乐趣。在中职体育教学中,教师要创新体育教学方法,首先,可以从“快乐体育”的角度入手,让学生在学的过程中产生快乐的情感体验,激发学生参与

体育锻炼的积极性,进而提升学生参与体育运动的热情。其次,可以从“自主创新”的角度入手,教师要引导学生积极参与到体育活动中,让学生主动发现问题并解决问题,最终在探究实践中培养学生的创新精神。例如:在“中职生发展身体素质”一课中,教师可以通过一些简单的体育活动来提高学生的身体素质,比如“中职生徒手操”“中职生跳绳”等活动,让学生通过这些活动来提升身体素质。最后,可以从“合作探究”的角度入手,教师要引导学生积极参与到体育活动中,让学生在自主探究中学会合作、学会交流,学会互相帮助,并通过合作探究的方式来提高学生的体育核心素养。

(三) 加强学校体育设施建设

在构建体育强国的伟大征程中,中职体育扮演着举足轻重的角色。为了全面提升中职体育教学的质量,加强学校体育设施建设显得尤为关键。这些设施不仅是体育教学的基础,更是激发学生运动热情、培养体育素养的重要载体。中职体育课堂上,一个现代化的体育馆,往往能为学生们带来全新的运动体验。学校新建的体育馆内,宽敞明亮的场地、先进的体育器材一应俱全。学生们在这里可以尽情挥洒汗水,享受运动的快乐。篮球场上,他们灵活活动,准确投篮;羽毛球场上,他们轻盈跳跃,巧妙击球。这些设施不仅满足了学生们多样化的运动需求,也让他们在运动中不断挑战自我,提升竞技水平。除了室内体育设施,室外体育场和训练场地的增加同样重要。学校新建了多个足球场、田径场等室外场地,为学生们提供了更加广阔的锻炼空间。在足球场上,学生们组队对抗,展现团队精神;在田径场上,他们奋力奔跑,追求更高更远的目标。这些室外场地不仅为学生们提供了更多的锻炼机会,也让他们在运动中感受到了团队合作的力量和运动的魅力。此外,这些体育设施的建设还极大地丰富了学校的体育文化氛围。学校定期举办各种体育比赛和活动,吸引了众多学生积极参与。在比赛中,学生们展现出了顽强拼搏的精神和积极向上的态度;在活动中,他们感受到了运动的快乐和团队的力量。这些活动不仅提升了学生们的体育素养和技能水平,也让他们更加深入地理解了体育精神的内涵和价值。

(四) 培养学生自主学习能力和终身体育意识

在构建体育强国的伟大征程中,培养学生的自主学习能力和终身体育意识显得尤为重要。自主学习不仅关乎学生当前的学习效果,更是他们未来持续学习、不断进步的关键能力。而终身体育意识则是让学生将体育融入生活,实现健康生活的必要条件。某中职学校深知自主学习能力的的重要性,因此积极引入学生自主学习项目,让学生在自主选择、自主规划、自主实践的过程中,培养自主学习能力。比如,小明是一名对足球充满热情的学生。在自主学习项目的推动下,他选择了足球作为自己的学习方向。他主动参加了学校组织的足球训练课程,并在课余时间自行安排训练计划,不

断提升自己的足球技能。他还积极参与校内外的足球比赛,通过实践锻炼自己的比赛经验和应对能力。在这个过程中,小明不仅提高了自己的足球水平,更重要的是,他学会了如何根据自己的兴趣和需求设定学习目标,如何选择适合自己的学习策略,如何主动寻求学习资源和解决问题。这种自主学习的能力,将伴随他一生,成为他不断追求进步、实现自我价值的重要支撑。同时,该校也注重培养学生的终身体育意识。他们通过举办各种体育活动和比赛,让学生感受到体育的魅力,认识到体育对于身心健康的重要性。他们还积极宣传体育知识,让学生了解体育与健康的内在联系,激发他们对体育的兴趣和热情。在学校的引导下,越来越多的学生开始意识到,体育不仅是一种锻炼身体手段,更是一种追求健康、享受生活的方式。他们开始主动参与到各种体育活动中来,享受运动带来的快乐,体验健康生活的美好。

(五) 推广体育文化传承和体验教学

体育文化传承使学生了解体育的历史、传统和价值观,培养对体育的尊重和热爱。体验教学将学生置身于实践中,通过亲身参与体育活动,提高学生的动手能力和实践能力。某中职学校定期组织体育文化传承活动,如举办篮球明星讲座和体育名人座谈会。这样的活动使学生有机会了解篮球的历史、优秀运动员的故事,并受到他们的激发和启发。此外,学校还开展了体验教学活动,如户外探险、攀岩、滑雪等。在这些活动中,学生们亲身参与体育项目,通过实践锻炼技能,并培养团队合作和解决问题的能力。通过推广体育文化传承和体验教学,能够激发学生对体育的兴趣,培养他们对体育文化的认知和尊重,并提高学生的动手能力和实践能力。同时,体育文化传承和体验教学也有助于学生发展全面素质和良好的体育人文素养。学生通过了解体育历史与价值观,能更好地理解体育的意义和作用,形成正确的体育价值观念。通过亲身参与体育活动,学生能够锻炼自己的身体素质,培养团队精神和合作意识,同时也提高了解决问题的能力,为他们的综合素质发展奠定了坚实基础。

(六) 开展综合素质评价和个性化评价

传统的评价方式注重学生在某个体育项目的表现,忽视了学生综合素质的发展。综合素质评价和个性化评价能够更

全面地反映学生的体育素养和个人发展。某中职学校在体育教学中引入了综合素质评价和个性化评价方式,并根据学生的个体特点进行评价。除了评估学生在体育项目上的表现外,还评估学生在协作、领导、创新等方面的能力。例如,在一个篮球比赛中,学校除了关注学生的篮球技术和表现,还评价学生组织比赛的能力、团队合作精神以及展现出的领导才能。通过这种评价方式,学校更全面地了解学生的综合素质和个人能力,为制定个性化的学习计划提供依据。通过综合素质评价和个性化评价方式,可以更准确地了解学生的整体发展情况,并为他们提供个性化的学习指导和资源支持,促进综合素质的全面提升。学校可以根据学生的综合评价结果制定个性化的学习计划,促进其在体育教育中的个人发展和进步。有效评价方式能够更好地挖掘学生的潜能,鼓励他们发展个人特长和优势,从而更好地适应未来的职业发展和社会需求。

四、结束语

通过对体育素养融入中职体育教学策略的深入探究,不难发现其对于提升学生综合素质、推动中职体育教学改革具有重要意义。在体育强国建设的征程中,中职体育教学应不断创新教育理念,完善教学方法,将体育素养的培养贯穿于教学的全过程。展望未来,随着体育素养教育理念的深入人心和实践经验不断积累,中职体育教学必将迎来更加广阔的发展前景,为培养更多具备高水平体育素养的人才贡献力量。

参考文献:

- [1] 冉井清.小议中职体育实现核心素养教育目标的方法[J].女报:时尚版,2020(07).
- [2] 李昱.中职体育教学中关于学生核心素养教育实践的研究[J].真情,2021(09).
- [3] 沈兰.中职体育教学中关于学生核心素养教育的实践探究[J].成长,2021(11):85-86.
- [4] 沙塔尔江·赛依提.新课程下中职体育教学的困境及优化策略研究[J].教师,2021(8):79-80.

