

高职院校学生体育活动兴趣提高的对策研究

◆李长宝

(黑龙江农业经济职业学院体育教学部 黑龙江省牡丹江市)

摘要:虽然中国高职类高校开设的体育课程项目比较全面,但学生参与体育活动的时间平均来看较少,专项的,有目的的体育锻炼几乎没有。如何提高学生体育活动的兴趣,真实的参加到户外体育锻炼中来是广大高职体育教师的一个值得研究的课题。

关键词:高职院校;体育活动;兴趣提高;对策

目前,中国高职类高校开设的体育课程项目比较全面,师资配备也算基本满足教学要求。就当前的学生学习课时数来看,却有着十分明显的不足。学生参与体育活动的时间平均来看每天不足20分钟,除了日常的后动之外,专项的,有目的的体育锻炼几乎没有。大部分学生对电脑游戏的热衷程度远超我们的想象。有很多爱好的体育项目也基本在电脑上完成了。比方说:打篮球,踢足球,打网球,甚至打高尔夫等,都可以在电脑中模拟完成,这就大大的减少了室外体育活动的时间,真正的体育活动难以在现实生活中开展起来,恶性循环更加让本就苍白的大学体育活动雪上加霜。如何提高学生体育活动的兴趣,真实的参加到户外体育锻炼中来是广大高职体育教师的一个值得研究的课题。

一、高职院校学生体育活动现状分析

通过对高职类院校36000名学生的日常体育锻炼的调查显示,有37.1%的学生除了日常的走路之外从不主动参加体育锻炼,54.9%的学生没有锻炼的想法和意识,仅仅有10.4%的学生会在课堂之外积极的参加体育锻炼,并且有目的的进行技术提高。包括的项目有:篮球,足球,排球,健身,游泳,乒乓球,网球等等。这组数据足以说明高职院校的学生体育活动匮乏,身体锻炼意识薄弱,需要进行有目的的培养活动兴趣来提高高职学生的身体素质。

二、高职院校的体育设施现状分析

通过对黑龙江省高职院校的调查显示,有体育馆的占25.6%,游泳馆的占5%左右,能容纳100人同时锻炼的篮球场(包括室外场地)13.3%、排球场地占6%、足球场地、网球场等等各占不到1%。这也同样凸显出高职院校的体育设施建设还远远没有满足学生们的体育锻炼要求。

三、如何提高高职院校学生体育活动兴趣

(一)要积极的开展群体性的体育竞赛。

作为高等职业教育的大学生们,都有着年轻人所共有的争强好胜的特点,不服输,不怕困难,不到最后一刻局部放弃的劲头。那么作为培养他们的老师和学校就要充分利用这一特点,广泛的开展各个项目的体育竞赛,以赛代练,提高学生的运动兴趣,增加学生的运动时间,让他们在训练中提高运动水平的同时,提高他们的运动兴趣。无论比赛的结果如何,谁都不会在没有比赛之前就放弃训练的。有目标,才有动力,有动力才有坚持,有坚持才有我们想要的结果。长此以往,比赛的名次也许不再重要了,而这个过程恰恰让学生们对运动产生了极大的兴趣,在运动中找到乐趣,在乐趣中得到锻炼,在锻炼中提高了自身的身体素质,达到了,高职体育教育的真正目的!

(二)组建社团,让有共同爱好的学生有运动的氛围。

年轻人也好,成年人也罢,没有一个良好的运动氛围,运动是很难坚持下去的,坚持不下去技能得不到提高,兴趣也就无从谈起。所以一个好的运动氛围在高职教育当中就显得尤为重要。大家都在打电脑游戏,电脑游戏的氛围就浓烈,所以一批又一批的人加入进去,所以才会看到人人电脑前边坐,鼠标点不停的场景。运动场上却很少看到这群年轻人的身影的了。这就是氛围的作用!社团作为年轻人扎堆的一个地方,是一个不容忽视的

组织。他能让运动的氛围在这里以星星之火的力量蔓延,像一颗种子一样在高职校园中萌芽,生长,壮大。让爱好运动的年轻人有运动的热情,让自己的运动天赋得以展示,让感染力在这里为运动的种子浇水,施肥,除虫,让每一颗年轻的运动之心在这里放飞。

(四)加大体育场馆的建设。

体育场馆的建设直接影响着目前十分高傲的高职学生,在社会发展到当前历史时期,创造良好的锻炼环境,是增强学生锻炼兴趣的一个关键环节。学校体育设施状况是影响学生体育运动的一个重要因素,目前,高校的体育场馆设施相对比较薄弱,尽管学校在这方面也进行了努力改善,但远远不能满足学生的要求,体育设施和器材的多样性是吸引学生体育锻炼的重要条件,因此,学校应该重视和改善体育设施条件,以满足体育教学和课外体育锻炼的需要。

(五)建立和完善教学和指导相结合的管理体制。

学生的运动兴趣其实还包含在课堂的教学实践中,一个优秀的教师,能够在合适的时机,合适的场合对学生进行正确而且褒扬的评价,让学生有一种内心的喜悦和由衷的热爱。这样对兴趣的形成和提高是有着不可估量的作用的。同时,要建立体育技能指导机制,在学生有问题,想寻求答案的时候能够得到相关专业教师的知道和帮助,这样,即增加了师生之间的情谊,同时,还让学生不会因为不懂,不明白而走弯路,险路,让他们的进步更加明显,水平提高的更加快速。这样学生的学习和参与锻炼的积极性就会明显提高,不会望而却步,止步不前。

总之,高职类学生的体育兴趣提高是一个长期的课题,值得我们去研究和探讨,让高职类学生在人生的黄金期内,有一个钟爱一生的运动项目,积极的参加体育锻炼,终生爱好体育运动这才是我们共同的心声和想法。不让青春美好的时光因缺少运动而是去光彩,不让青春在熬夜和游戏中虚度,参加体育锻炼,让年轻的心不在恍惚,让明亮的双眸不在刺痛,还年青一个靓丽的青春,让高职的学生有一个健康而强壮的体魄,使我们毕生的追求!

本论文隶属于黑龙江省教育厅规划课题。课题名称:黑龙江高职学生假期体育活动现状及对策研究;课题编号:GZC1317077。

