

中职健美操教学开展初探

韩秀红

黑龙江职业学院 150111

摘要: 中职阶段, 由于受到传统观念的影响, 教师和学生都认为体育课是不需要存在的, 所以很多体育教师就默认了其他学科的教学占用自己的体育课, 甚至一些学生在体育课上也会找借口回到教室学习, 这对于提升学生的体质是非常不利的。所以, 在平时的教学中, 体育教师要改变自己的观念, 还要和学生细心沟通, 扭转学生的刻板印象, 并让学生认真投入体育学习, 达到教学目标的同时, 促进学生更好的进步和发展。鉴于此, 本文对中职体育健美操教学的开展策略进行了探索。

关键词: 中职; 健美操; 教学开展策略

一、中职健美操教学存在的问题

(一) 教学理念落后

虽然近年来我国健美操教学全面推动改革创新, 但是传统的教学理念和方法并未完全摒弃。为了实现教学改革的目标, 健美操教师将侧重点放在了完善教学模式方面, 并将其作为健美操教学的核心内容。但是在实际的教学实践中, 教师仍然以示范教学作为主导。

(二) 学生学习被动化

现阶段中职健美操教学过程中, 仍然以教师为主导, 以课堂教学作为健美操知识与技能传输的主要渠道, 采取的主要教学模式, 则是由为学生进行健美操运动的一招一式示范, 学生跟随教师的动作演示进行复制和学习, 并在课堂中展开反复的练习, 教师一遍又一遍的帮助学生纠正动作的错误。该教学模式下, 健美操教师并未高度重视学生的学习兴趣与学习需求, 导致学生长期被动化接受知识, 大大影响了学生的主观能动性发挥, 甚至会导致学生逐渐丧失了创新能力与创造能力, 对于健美操学习产生厌烦感。在填鸭式教学模式的影响下, 许多学生认为健美操与广播体操具备相同的性质, 其运动基本一致, 所以在体育选课过程中对于报名健美操并不具备热情和积极性。

二、中职健美操教学开展策略

(一) 丰富课程形式

当前中职生已经形成相对独立的思维模式, 并逐步构建了自身的认知体系, 学生能够根据自身的学習需求与兴趣, 对教师所讲解的教学内容进行吸收和内化, 纳入自身的知识体系中。创新教育在中职健美操教学中的应用, 必须实现教育方法的改革创新, 摒弃传统的填鸭式教学, 注重对中职生的引导教育, 构建平等和谐的师生关系, 共同探讨健美操教学的问题, 培育中职生的开拓精神, 促使中职生积极参与健美操学习, 进一步巩固健美操教学效果。健美操教学应采取灵活多样的教学方法, 为学生提供自由练习时间, 给予学生自主创新的机会, 使其将自身所掌握的理论知识、体育技术等, 充分融入健美操运动中, 形成自身的健美操结构体系, 不断强化中职生的体育能力。

(二) 开展分层教学

教育目标是指导教学实践的重要内容, 作为中职健美操教学等方向和引导, 必须充分凸显创新性, 以培育中职生身体心理素质、科学文化素质与思想品德素质为整体教学目标, 最终根据学生个体的实际情况, 确立各个方面的小教育目标。中职健美操教学应以培养学生对健美操体育运动的兴趣和爱好, 掌握和了解健美操基本知识及技能, 促进中职

生展开科学的健美操锻炼, 培育中职生健美操创新能力的目标, 促使每个中职生均形成创新意识。在实施教学过程中, 健美操教师应为学生提供丰富多样的教学内容, 并针对课程教学内容进行分类, 对中职生群体进行分层, 通过分层分类教学, 满足不同学生个体对健美操学习的兴趣、需求, 培育中职生良好的健美操锻炼习惯。

例如, 可以根据健美操运动的风格进行分类, 表演型健美操、锻炼型健美操等, 学生可以根据自身学习需要, 选择自己感兴趣的课程内容。健美操教师应充分了解中职生的健美操基础知识掌握情况以及技能和技术应用情况, 对学生进行分层教学, 避免学生由于无法跟随教师的教学进度而逐渐失去学习兴趣, 进一步强化中职生在健美操课程教学中的实践体验。

(三) 给予科学评价

评价是课堂教学中不可或缺的一个内容, 当学生可以在学习中认真完成教师布置的任务的时候, 教师就有必要对学生进行适当、科学的点评, 这样可以让学生更好地发现自己学习中的不足, 并适当纠正, 从而更好地完成教学目标。

例如, 教师要对课前领舞的同学进行点评, 对这一部分学生的点评, 教师要以鼓励为主, 让学生意识到教师认可他们的选择以及自己的努力, 那么他们就会逐渐具有自信心, 从而认真投入体育知识的学习中。例如, 班级中有一位学生比较腼腆, 而且也不好动, 在轮到她教大家跳舞的时候, 我就夸赞了她, 说她准备得十分到位, 而且跳舞的姿势也非常标准, 并带领全班同学一起给她鼓掌, 之后我发现, 她逐渐自信了起来, 而且也和其他的同学开始交流。由此可见, 在平时的学习中, 教师要多关注学生的情绪变化, 并适当对学生进行评价, 这样就可以很好地促进学生的进步。基于此, 教师要科学地评价学生, 中职阶段的学生自尊心比较强, 若是教师可以给他们适当的评价与鼓励, 他们会在课堂上逐渐具有自信心, 这对于他们之后的学习与发展是非常有帮助的。

三、结语

综上所述, 在平时的教学中, 教师要转变自己的教学观念, 要引导学生积极参与到健美操运动中, 这样才可以更好地促进学生在健美操课上认真投入进来, 也可以让学生有一个好的身体应对较重的学习压力。

参考文献:

- [1] 李楠楠. 中职健美操教学中提升学生学习兴趣的方法研究[J]. 黑龙江科学, 2017, 8(11): 108-109.
- [2] 漆秋霞. 如何在中职健美操教学中培养学生的创新能力研究[J]. 当代体育科技, 2017, 7(1): 109, 111.