

# 基于体育素养和职业能力的高职体育教学分析

唐荣地

(重庆电子工程职业学院 重庆 401331)

**摘要:** 高职教育属于我国教育体系中的重要组成,对提高学生的思维能力、综合素养有重要意义。而体育教学也是高职教育的重要内容之一,旨在帮助学生养成强健的体魄,并养成终身体育的习惯、较好的体育素养。而从目前的高职体育教学现状来看,发现教师的教学方式、学生的学习兴趣均有待强化,对教学质量的提升带来了不利影响。教师此时也需灵活转变教学方式,为学生构建出更加高效的体育课堂。本文简要分析基于体育素养和职业能力的高职体育教学策略。

**关键词:** 体育素养 高职体育教学 职业能力 教学策略

中图分类号: G8

文献标识码: A

文章编号: 2095-2813(2020)07(b)-0074-03

## Analysis of Higher Vocational Physical Education Based on Sports Literacy and Professional Ability

TANG Rongdi

(Chongqing Electronic Engineering Vocational College, Chongqing, 401331 China)

**Abstract:** Higher vocational education is an important part of China's education system, and it is of great significance to improve students' thinking ability and comprehensive literacy. And physical education is also one of the important contents of higher vocational education. It aims to help students develop a strong physique and develop the habit of lifelong sports and better sports literacy. According to the current status of physical education in higher vocational education, it is found that the teaching methods of teachers and students' learning interests need to be strengthened, which has adversely affected the improvement of teaching quality. Teachers also need to change teaching methods flexibly at this time to build more efficient physical education classrooms for students. This article briefly analyzes vocational sports teaching strategies based on sports literacy and professional competence.

**Key Words:** Physical education; Higher vocational physical education; Professional ability; Teaching strategies

体育教学属于学校教学体系的重要组成,对强化学生的身体素质、促进学生的全面发展均有重要作用。在当前的高职院校中,普遍更加重视专业技术、文化教育等内容,对体育课程的重视度不高。而在新课程改革背景下,高职体育教学与高中生的职业发展间的联系也越发密切<sup>[1]</sup>。因此,教师也需善于转变教学方式,为学生提供出更好的学习环境。从学生的体育素养、职业能力等角度出发,让学生更好地感知到体育学习的价值,促进学生社会竞争力的提升。

### 1 高职体育教学质量的影响因素分析

#### 1.1 学生自身因素的影响

在体育课程的学习中,学生是其中的主体,学生的学习兴趣、学习能力的高低,会直接影响到学生的体育学习效果。在高职院校的体育教学中,教师发现学生的身体素质普遍均较差,导致自身在学习体育知识时会遇到较大的困难。由于自身体质的影响,一旦进行强度较高的体育训练时,学生会疲惫不堪、显得力不从心,导致学生的学习效果较低。其次,学生对体育课程

的学习也缺乏重视,难以产生较好的学习兴趣<sup>[2]</sup>。在日常的学习活动中,学生普遍均是精力放置在专业技术、文化课程的学习中,忽略了体育课程的学习。由于学生对体育学习的不重视,会导致自身不愿意上体育课,对体育活动的积极性也较低。由于学生自身因素的影响,让其给自身的体育学习过程也设置了障碍,不利于自身体育素养的形成。

### 1.2 教师在教学上的影响

在高职体育教学课堂上,学生是其中的主体,教师则是其中的引导者、指导者。教师的正确指导,对提高体育教学的质量有积极意义。从目前的高职体育教学现状来看,发现教师的教学方式存在不合理、不科学现象。众所周知,教师的教学素养、水平,会直接关系到课程教学的质量。在体育教学课堂上,教师使用的方式较为单一、传统,也导致学生的学习氛围也较为枯燥。学习过程的无趣、乏味,会使得学生只是单纯地学习体育课程知识,而忽视了体育素养的培养。单纯为了体育教学而教学,学生的积极性也会受到抑制。由于教师的教学能力较为有限,导致教学实践也存在偏颇,进而使得学生难以通过体育教学来提高自身的体育素养、职业能力,降低了体育教学的质量。

## 2 基于体育素养和职业能力的高职体育教学策略

### 2.1 结合体育教学特点,锻炼学生的意志力

体育素养是基于先天遗传因素,其后通过后天环境、教育而形成的一种综合素质。一般来说,体育素养的内容主要包含有品德、行为与知识、意识、技能等。在新课程教育背景下,体育素养的培养越发受到重视<sup>[3]</sup>。教师在教学活动中,也需要突破应试教育的局限性,为学生构建出更加高效的学习氛围。体育素养培养,是素质教育的重要组成。在高职体育教学中,促使学生养成较好的体育素养,对发展学生的就业竞争力、社会适应力均有积极作用。例如,以《3000米长跑》的教学活动为例,旨在要求学生掌握长跑的技巧,提升学生的身体素质。在长跑训练中,对于体之间较差的学生来说,是一个较大的考验。教师在此种教学情况下,可以结合长跑的特点来完成针对性指导,促使学生更好地掌握长跑技巧。在教学课堂上,从马拉松精神出发,对学生进行体育精神的熏陶,可以促使学生在运动中养成坚毅的品质。结合体育文化、精神来开展教学活动,对学生体育品质的形成非常有利。

### 2.2 结合学生学习特点,优化体育教学内容

在现代教育背景下的高职体育课堂中,需要重视学生职业能力的培养。职业能力主要是指高职学生在毕业后所从事的职业活动和实现全面、综合发展所必备的一种能力。对于高职学生的未来就业来说,职业能力的重要性不言而喻。学生具备较好的职业能力,可以强化自身的职业竞争力、社会适应力,使得学生在严峻的就业形势中脱颖而出。同时,也可以使得学生更快地适应工作岗位、环境。而在高职体育教学中,要想促使学生养成较好的职业能力,也需在课堂上组织一定的职业活动,在职业活动中提升自身职业能力。例如,以《足球运动》的教学活动为例,旨在要求学生掌握基本的运球、传球技巧,并在运动中感受到团结协作的重要性。在教学活动中,从学生的学习特点、足球能力出发,为学生进行合理分组,确保各足球小队的水平较为一致,为学生构建出一个较为公平的环境。在足球实践活动中,引导足球小队间完成对抗比赛,让学生在实践中感受到团结协作的重要性。以足球小队为整体,让学生可以在活动中养成协作互助意识,促进其职业能力的提升。

### 2.3 创新体育教学方式,提升学生课堂体验

在高职体育教学活动中,教师也需遵循一定的教学原则,才能更好地提升其教学效果。第一,人本性原则。在体育教学活动中,学生才是其主要的受益者。教师遵循以人文本、以生为本的教学原则,可以帮助学生更好地掌握体育知识,并树立终身体育的运动的理想<sup>[4]</sup>。第二,创新性原则。教师的教学方式、理念均需要不断创新,从学生的学习需求出发,积极创新体育课程的教学模式,才能更好地实现学生职业能力、体育素养的培养目标。在此种教学模式之下,体育课堂也更加高效,有效落实教学实践活动。例如,以《篮球》的教学活动为例,旨在要求学生掌握较好的篮球运动技巧,并感受到篮球运动的精神。在教学课堂上,教师可以从体育赛事NBA出发,让学生在课前观看一段NBA赛事视频。在学生观看视频的过程中,可以有效激发学生学习的兴趣。教师在此时指导学生的篮球技能训练,可以帮助学生更好地感受到篮球运动精神。教师在教学之前,也需对NBA教学资源进行剪辑,为学生播放出一些精彩部分,让学生更好地感受到篮

(下转78页)

品带入体育课堂;在讲解某些高难度动作时,可逐一指导,在确保学生掌握安全动作要点后,再组织学生自行练习;严禁学生在体育课堂嬉戏打闹,随意推搡;对于标枪、铁饼或铅球等投掷类运动的教学,体育教师需规定学生的运动范围,避免学生走入标枪、铁饼或铅球的运动范围,并要求学生在投掷完成后统一捡回器材,严禁学生对掷<sup>[4]</sup>。

同时,体育课热身运动往往得不到学生的重视,在安全教育中,教师需要从人体结构出发讲解热身运动的重要性,提高学生认知水平,让学生认识到热身运动的意义,提高学生的责任意识,认真完成热身运动。通过讲解自我保护知识,让学生提高自我保护意识,预防安全事故。

#### 2.4 建立应急处理预案

为了将中学体育课的安全事故危害控制到最小,学校需要积极建立应急处理预案,形成救援、预防及自救等完善的处理体系。在中学生体育课堂上,最常见的安全事故,多为轻微伤,可叮嘱学生,避免触摸伤口,及时送入医务室处理。若发生严重损伤,必须要第一时间送入医院治疗。对于轻微伤口,如挫伤、磕碰伤,可快速搀扶学生坐下,观察伤口大小和深度,判断学生伤口的严重程度。可使用生理盐水进行冲洗,将患肢抬高,送入医务室对伤口进行清理和包扎。若学生有脱臼、骨折等严重创伤,教师需要立即使用绷带和木板固定患肢,包扎好送入医院进行系统治疗。若学生晕厥,可宽松衣领部,让学生保持平卧,按压涌泉穴和人中穴,并第一时间拨打120急救电话,送入医院进

(上接75页)

球运动的乐趣,积极促进学生体育兴趣的形成。

### 3 结语

近年来,高职院校的数量在不断增多,让教育体系也越发丰富、教育事业也更加繁荣。而在繁荣的背后,也存在一些亟待改善的问题,导致高职教育的效果、质量提升受到阻碍。在现代化教学不仅背景下,教师需要积极转变教学方式、拓展教学资源给予学生更好的学习体验。在高职院校的体育教学中,教学目标也需不断完善,不仅止步于体育知识的学习,更需要促使学生养成较好的体育素养、职业能力。从而,才能有效提高学生的核心竞争力,对帮助学生的就业率也有重要作用。

#### 参考文献

[1] 徐皓伦.基于体育素养和职业能力的高职体育教学

行系统的检查治疗。

### 3 结语

综上所述,教师、学校与学生是引发初中体育课安全事故的关键要素,需以其为核心,制定安全事故预防措施。通过本文的分析,体育教师需创新教学理念;中学需做好安全管理;加强对学生的安全教育,从初中体育课的安全薄弱环节入手,规避体育课堂的安全隐患,发挥体育课强化学生身体素质的作用。

#### 参考文献

- [1] 韩雪,吴翔.预防思维下体育运动安全管理策略探究——评《体育运动安全与防护》[J].中国安全生产科学技术,2020,16(2):193-194.
- [2] 刘敏杰.初中体育课堂教学中伤害事故的预防分析[J].当代教研论丛,2019(9):121.
- [3] 许磊,周江,李雪敏.初中体育课堂安全隐患研究[J].青少年体育,2019(10):93-94,90.
- [4] 王逸潇.初中体育教学中学生运动伤害事故的预防[J].当代体育科技,2019(6):12-13.
- [5] 苏琳.小学体育教学中安全问题的防范策略探讨[J].科技资讯,2020,18(9):144,146.
- [6] 吴任女.新课程理念下初中体育教学改革研究[J].文化创新比较研究,2020,4(6):118-119.
- [7] 陈志军,范文杰.基于模糊综合评价模型的高校体育运动风险防范研究[J].河北师范大学学报:自然科学版,2020,44(1):85-92.

探讨[J].当代体育科技,2019,9(19):3,5.

- [2] 邵正喜,彭国强.职业能力导向下高职院校体育教学存在的问题及优化策略[J].常州信息职业技术学院学报,2017,16(6):50-52.
- [3] 邓丽群,彭有新.基于职业能力培养的高职体育课程教学改革的探讨[J].科技资讯,2018,16(16):170-171.
- [4] 刘光辉.分析素质拓展训练在高职体育教学中的应用[J].科技资讯,2019,17(17):116,118.
- [5] 冯占宾.素质拓展训练在高职体育教学中的应用分析与研究[J].中国校外教育,2018(24):8.
- [6] 庄政.基于体育素养和职业能力的高职体育教学研究[J].科技资讯,2019,17(16):112-113.
- [7] 耿阳.以职业素养为核心的高职体育教学改革研究[J].科技资讯,2019,17(14):141-142.