

中职学校如何上好体育课

文/陆丰市第二职业技术学校 郑少景

这些年我国中职教育发展迅猛，办学规模的不断地扩大，生源呈现出来更加复杂化的特点，加上当代中职学生个性更加彰显，这给中职学校教学提出了更高的要求。对于中职学生来说，正处于身心成熟发展的关键时期，开展积极有效的体育教学，可以帮助中职学生实现身心更好的发展。

一、中职学校上好体育课的重要性

中职学校的好上体育课程的重要性主要体现在增强学生体质以及提升学生德育水平两个方面，在增强学生体质方面，体育课程的作用非常重要，通过体育课程，学生的身体机能可以得到更好的提升，当前我国学生在体质方面出现的不断下降的发展趋势，这进一步彰显了的中职学校上好体育课程的重要性。在德育方面，利用体育课程的德育功能，可以陶冶学生的情操，让学生通过体育课堂形成团结友爱、意志坚强等内在特质。体育课程上述两个方面的重要功能凸显了其重要性，这客观上要求中职学校要上好体育课程，充分发挥体育课程在学生身心健康发展方面的重要作用。

二、中职学校体育课程中存在的问题

当前中职学校体育课程普遍存在不受学生待见这一情况，学生参加体育课程的积极性不高，体育课程对于很多学生成为了鸡肋，食之无味，弃之可惜。观察的中职学校体育课程存在的问题，可以归纳为以下几个方面：

一是中职学校体育课程普遍存在在教学目的单一的情况，没有认识

到体育课程在德育方面的重要作用，目的单一导致中职学校体育课程成为简单的体力活动，教学活动因此比较乏味，激不起来学生的学习兴趣。很多中职学校忽视的体育课程德育功能重要性，将体育课程功能的理解过于片面，这种错误的教学理念直接影响到的体育课程的形式、内容，导致体育课程得不到学生的积极响应以及参与。

二是中职学校体育课程存在课程体系与教学形式单一的突出问题，从课程体系来看，受制于客观条件，很多中职学校的体育课程无非就是的篮球、跑步、体操等，这些课程本身的趣味性不强，导致学生参与的积极性受到影响。从教学形式来看，中职学校体育教学理论知识教学相对较多，实践活动相对较少，教学形式固定，没有创新性，举例而言，每一节体育课，无非就是跑步活动关节，然后讲授理论知识，最后就是一点时间供学生自由活动，这种教学安排，很难让学生提起兴趣。

三是教学忽视学生的主体性，中职学校体育教学没有充分的考虑不同学生的兴趣爱好、体质特长等内容，举例而言，针对男生与女生教学内容一样，结果就是导致教学任务对于男生来说太简单，对于女生来说又是难度太大，双方都不满意。这种忽视学生个体差异性的体育教学，虽然对于体育老师来说，授课活动比较容易展开，但是对于学生来说，只能被动的接受，不能充分根据自己的意愿选择，这自然会导致体育课程教学效果受到负面影响。

三、中职学校上好体育课程的

具体策略

中职学校体育课程教学在目的方面，应从单一的追求学生体质增强，向生理与心理健康兼顾转变，体育对于学生心理健康、合作精神等德育内容同样具有非常重要的作用。如果体育教学单纯的局限于增强学生体质，教学活动的开展就会受到大大限制，学生参与积极性就会下降。所以通过教学目的进一步拓展，使之多元化，可以让教学形势更加多样，教学内容更有趣味，充分发挥体育课程对于学生的身心健康的促进作用。

中职学校体育课程教学应具有弹性化，体育教学的弹性化主要体现在教学内容、教学时间等安排方面的充分尊重学生的意愿，允许学生根据自己的兴趣爱好、作息时进行的课程选择，时间安排。这就要求中职学校在课程设置、时间安排方面要构建一揽子的教学方案，允许学生自主选择，而不是给所有的学生都进行同样的体育教学内容、固定的时间安排。举例而言，设置桌球、体操、踢毽等比较有趣创新课程，允许学生根据自己的时间安排自由选择，可以更好的激发学生参与积极性，实现教课程效果的提升。

中职学校体育课程教学要强调趣味性、互动性、创新性，中职学校体育课程要多强调趣味性，将拓展性的游戏引入到卡课堂教学中，加强老师与学生，学生与学生之间的互动性，这样除了能够实现体育增强学生体质这一基本功能之外，还可以增强学生之间的沟通与交流，培养学生的团队精神。在创新性方面，中职学校的体育课程要不拘泥于固有的形式，结合教学内容以及教学对象尽力创新，举例而言，在篮球课程中，可以采用对抗形式，这种教学模式可以强化学生的配合，也可以激发其学习的积极性。

责任编辑 邱丽