

邢台市中职生体育核心素养问题研究

前言

随着我国经济和社会的发展，国家对于教育和人才越来越重视，中职学校教师和家长的观念也有了很大的变化。本文阐述了体育核心素养的概念和内容，通过对邢台市近几年中职学校的体育状况进行分析，剖析目前邢台市中职生体育教育存在的问题和不足，强调培养中职生的终身体育意识的重要性，提出了培养中职生体育核心素养的重要意义和方法。

关键词

邢台市；中职生；体育核心素养

近年来，笔者通过对邢台市各中职学校的老师、学生及有关领导的调查发现，中职生的体育素质教育存在着理念欠缺、学校对体育核心素质培养重视不够等问题。目前，大多中职学校以对口升学、单招等高职教育为目标，学校和家长都更加重视学生文化基础的提高，因此导致了一些学校体育课出现了“可有可无”的现象，有的中职学校甚至觉得体育课就是浪费时间，以应试教育代替素质教育，最终导致学生精神面貌普遍不好、身体素质较差。体育教学是培养学生体育核心素养、提高学生综合素质的重要手段和方法，和学生的体育核心素养培养密切相关，有着重要的现实意义，在中职学校教育教学起着不可替代的作用。

1 体育核心素养的含义和内容

核心素养包括多方面，而体育核心素养指的是人的体育综合文化水平和体育修养。它不仅包括体育基本理论知识、

体育技能方法、体育意识和体育行为能力，还包括人的体育运动水平、体育品德素质以及体育精神等多方面元素，是体育综合素质的表现形式之一。体育核心素养的培养受先天遗传的影响，后天体育教育和周围环境也对其发挥着重要作用。

“国以才立，政以才治，业以才兴”，国家建设需要大批优秀的人才，而人才培养的根本又在于素质培养。因此，中职生体育素质教育的结果好坏直接影响到中职学校人才的培养是否成功，影响劳动者的健康状况和素质，同时也影响到国家人才的质量和社会经济的发展。体育学科的核心素养是一个人的体育知识、体育技能、体育运动过程与方法以及体育情感态度和价值观的综合体，同时也指一个人自主健身的能力。

2 如何提高中职生体育核心素养

2.1 培养中职生的体育意识

体育意识是提高学生体育核心素养的重要前提，培养

学生终身体育意识是学校体育素质教育最根本的目标。在学校体育教育过程中,首先要教育学生认识到体育活动的重要性,认识到体育运动不仅可以让人们享受到生活的乐趣、获得精神的满足,而且对提高整体的国民身体素质有着重要意义和作用。只有学生从思想上认识到体育的重要性,才会主动去参与体育活动。随着社会经济的发展,人们工作的性质和方式也都在改变,业余时间增多,有精力开发休闲体育和假日体育旅游项目来丰富自己的假日生活,提高自己的生活质量。

2.2 培养中职生体育能力

体育教学是老师给学生传授体育基本知识、体育技术和体育运动技能的过程。体育运动在强身健体的同时也能促进学生智力的开发和提高,因此,体育教学在整个教学体系中占有非常重要的地位。中职体育老师要做好学生体育能力培养工作,提高学生体育素质,为提升全民身体素质做出贡献。体育能力是指人能顺利有效完成某种体育活动所必备的心理素质,是人完成某项体育活动时表现出来的身心统一和协调配合的才能,是由知识、技术、技能和智力组成的一种个性、身心品质的综合体。培养中职生的体育能力要从体育意识和运动技能的能力两方面出发,运动技能是指学生掌握某项体育运动要领和完成运动动作的能力。在群体活动中,还要注意培养学生的组织管理能力,充分发挥每个人的协调性和作用,以达到共同完美地完成群体活动的目的。当下职业病越来越多,体育的保健作用也越来越重要,因而培养中职生的自我保健能力以及自学、自我锻炼的能力也必不可少。另外,随着体育娱乐和体育文化的发展,还要培养学生欣赏体育比赛、充分享受体育乐趣的能力,让精彩的体育赛事带给学生精神上的享受和满足。

2.3 培养中职生思想品德素质

教育的根本目标是培养全面发展的人才,思想品德教育是育人的关键,由社会、家庭和学校来共同培养。体育教学也是培养学生思想品德、全面提升中职生综合素质的一个重要方法和手段。体育教学可以培养学生良好的学习态度和习惯,激发学生学习的动力和热情,尤其对于处在人格形成的青少年时期的学生,可以很好地帮助他们树立正确的人生观、世界观和道德观。

此外,体育运动都是建立在一定运动规则和要求之上的活动,并且具有对抗性,既然有了对抗性就有相应的运动规则,这就要求教师在教育学生参加体育活动时,要遵守体

育规则和要求,引导学生形成良好的竞赛心理、体育道德和行为表现,提高自身素质,比如以正确的心理接受比赛失败的结果,尊重对手和裁判。

中职学校的体育老师在体育教学中,要善于利用一些有利时机提高学生的思想品德。例如,通过篮球、足球等球类比赛,教育学生形成积极向上的竞争意识,使其认识到团队合作的重要性,让学生感受班级凝聚力和集体荣誉感,告诉学生一个团队只有团结互助才可能取得成功,同时,引导学生在比赛中尊重对手和裁判,保持良好的心态;在长跑运动中,有意识地培养学生的毅力和坚韧不拔的精神;在体操运动中,教师可以培养学生养成遵守规则、遵守学校纪律的习惯;利用一些重大国际体育赛事进行爱国主义教育,趁机培养学生的家国情怀。另外,在中职体育课教学中,教师还可以根据学生的具体专业特点和岗位要求,渗透相应专业的职业要求教育,把体育思想品质的培养与职业道德素养教育相结合,彰显中职体育教育的特点。

3 中职生体育核心素养的培养就要加强终身体育的意识

3.1 终身体育的概念

体育活动应该贯穿于一个人的一生。“终身体育”指一个人能够终身进行体育锻炼、接受体育教育。中职教育的目标是为了给国家培养高素质劳动者,以适应未来高强度的工作,这就要求中职教育要加强学生体育核心素养的培养,而这是一个长期过程,所以必须提高学生终身体育意识,养成终生体育锻炼的习惯,提高身体素质。

3.2 培养中职生终身体育意识的意义

首先,培养学生形成终身体育意识是当前中职体育教学课程改革的需要。现在的中职体育课程在教学理念、思路和内容上都做出了很大改变,中职教师要适应当前人才培养标准的要求,在体育教学中全面贯彻落实终身体育的培养要求,提高学生学习体育有关知识和参与体育运动的积极性,为学生将来的工作和生活打下良好的基础;

其次,培养中职生的终身体育意识也是当前时代发展的重要要求。随着我国科技和经济的不断发展,人们工作强度加大,生活节奏加快,人体健康堪忧。尤其是年轻人,不健康的饮食习惯和睡眠习惯严重影响了他们的身体素质。因此,培养中职生终身体育的意识,可以让他们更加积极主动地参加各种体育活动,终身保持身心健康和最佳生活状态。

3.3 培养中职生终身体育意识是培养高素质现代化人才的需要

当前我国社会的发展和建设不仅需要各种各样的专业技术人才,同时也对人才的身体素质以及健康水平提出了更高要求,很多岗位都需要具有良好的身体素质、保持良好体能的技术人才。因此,中职体育老师在教学中要有意识地培养学生的终身体育意识,增强学生体魄,使其保持健康的心理素质,这样可以增加学生未来就业的竞争力,使培养出的人才符合我国现代化的高素质综合型人才培养的要求。

4 邢台市中职生的体育核心素养培养存在的一些问题

本文通过调查,发现当前邢台市的中职学校体育教学中普遍存在以下问题和不足:

4.1 自身意识不足,思想上不重视体育课

长期以来,在国家应试教育体制这个大环境下,大多数学生和家长甚至老师都觉得升学、高分更重要,忽略了体育运动的重要性,对体育课缺乏正确的理解,单纯地认为体育课就是简单地随便玩,认为体育课又累又浪费时间,还不如学点其它文化课知识,久而久之,学生就失去了对体育运动的兴趣,放弃了体育锻炼。

4.2 体育器材普遍不足,教学方法过于简单

目前,体育教学在中职教育中普遍不受重视。大多数人认为,中职学校的教育教学应该重点培养学生的专业文化知识和对职业技能的掌握。对体育教育的忽略加上教育经费有限,让各个学校普遍缺乏体育器材,体育器材品种少、数量不足,再加上体育老师在教学过程中采用的教学方法比较简单,学生对体育课的学习兴趣减弱,也难以培养学生形成终身体育意识。

4.3 体育教学中老师只注重运动技能的教学

中职学校体育教育不但要帮助学生提高身体素质,还要促使学生拥有健康良好的心理状态,缓解学生学习压力。但是在当前的中职学校体育教育中,或多或少地存在着把提高学生体育考试成绩作为目标、只注重对学生运动技能的传授等问题。这样做的结果可能让学生为了锻炼而锻炼,只为了提高体育成绩,忽略了学生对体育的学习兴趣,同时还可能导致学生只进行单一考试的体育项目锻炼,不利于学生整体的体育核心素养培育,难以树立终身体育健康意识。

4.4 体育教学模式强调一致性,忽略个性发展

中职学校的体育教学应当把学生的专业和个性特点结合起来。而实际上,在中职生体育教学中,大多数老师要求课堂教学统一内容,忽视学生个性发展,学生很难有机会根据自身情况进行体育活动,这样会阻碍对学生终身体育意识的培养。此外,中职学校的体育教学模式上也存在刻板、单调、落后的问题,在课堂教学中,教师往往简单地讲解体育锻炼的原理和理论,导致课堂气氛死板,学生提不起兴趣,最终导致其不能有效掌握正确的体育锻炼方法。

总之,体育教育是现代中职教育教学中重要组成部分。体育教学的目的是为了提高学生身心健康水平,让他们保持最佳的生活状态。因此,体育教学的质量决定了中职生的核心素养能否得到提高,而反过来学生的核心素养形成又能促进体育教学质量的提升,这二者是相辅相成、彼此影响和促进的关系。中职学生毕业后,无论升学还是直接就业参加工作,都需要拥有强健的身体素质,因此,改进和提高我市中职学校的体育教学模式和方法,加强邢台市的中职生体育核心素养培养,为国家培养身心健康的合格中职生是迫在眉睫的任务。希望各个中职学校重视起这个问题,为中职教育发展做出自己的贡献。

文/张立峰(邢台现代职业学校,河北邢台 054000)

项目基金:2022年度邢台市社会科学课题研究《邢台市中职生体育核心素养问题研究》(XTSKFZ2022047)

作者简介:张立峰,男,河北邢台人,邢台现代职业学校体育教师,研究方向:体育教学与学生管理。

参考文献:

[1] 中华人民共和国教育部.中国学生发展核心素养.[M].北京:北京师范大学出版.2016.

[2] 赵俊峰.试论高中体育教学中学生核心素养的培养[J].新课程(下),2016(11):192.

(下转 162 页)