

高职体育教学对学生社会适应能力的培养

前言

高职院校作为社会技术人才的后备基地,不仅要培养学生学习专业技能,还要利用体育提高学生的社会适应能力。在我国高等教育的全面改革以及经济和社会发 展、产业之间的日益激烈的竞争中,对高素质、高层次的应用型人才的迫切需要已成为“燃眉之急”。体育作为素质教育的一门重要课程,对大学生的社会适应能力、终身体育观念的塑造具有不可取代的作用。本文就高职体育教育中培养学生社会适应能力的必要性及其对策进行了探讨和分析,希望在教学实践中起到借鉴作用。

关键词

高职教育; 体育教学; 社会适应能力

随着高校教育体制改革的深化,体育教学也必须及时更新教学观念。在体育教学中,教师应注重提高学生的身体素质,培养学生的社会适应能力,使学生透过体育灌输养成良好的习惯,协助学生提高社会适应能力,提高合作与竞争意识,从而更有效地应对职业挑战,更快地融入社会生活。

社会适应性是学校、学生、社会发展的需要和共同目的。高校的首要目的在于培养具备专业技能的高水平的实践者。社会适应性在未来的就业中是必不可少的,有鉴于此,高职院校在培养学生体育教学适应性方面具有独特的作用,有别于其他专业院校,因此是值得重视和科学运用的重要而不可或缺的要素。

1 高职教育培养社会适应能力的重要性

高等教育职业培训的最终目标是为企业 提供高素质的人才。因此,高等教育必须以市场为导向,制定人才培养目标,不断提高人才的应用能力和实践能力,通过进行有针对性的高等教育职业培训,培养企业所需要的人才。只有培养学生的社会适应能力,学生才能更容易地应对竞争和就业压力,这对于提高学生就业率、促进社会生产具有重要意义。随着经济的稳步增长,企业不再只是以学历和成绩为标准,而是更注重学生的工作技能和工作经验。因此,高职院校必

须根据企业对人才的需求进行管理,及时调整教学结构,培养具有较强应用能力、实践能力和抗压能力的高素质人才。教师应注重培养学生的知识结构和理论知识,使学生了解工作情况,并主动提高专业素质。体育教学可以提高学生的团体适应能力,增强学生的互动和互助能力,提高学生的应用和实践能力,促进学生职业素养的养成,促进学生社会适应能力的提高,使学生在毕业后更好地适应社会,以此提升高职学生的就业率。

2 高职体育教学对学生社会适应能力培养的重要性

高职院校不仅要培养具备创新精神和专业技术素质的复合型应用型人才,而且要适应高职院校的特色和能力,不断拓宽和创新课程内容。高职院校体育要围绕这一目标,注重教学方式与内容方面的改革,在培养学生运动能力的同时,加强学生体育锻炼的多样化和有目的性的素质锻炼,提高学生的综合能力,为其将来的事业打下良好的基础,进一步增强学生的社会适应能力。传统的体育教学只注重课堂体育,常用的教学方法是教师引导学生根据教材在课堂上进行统一的体育锻炼。这种单纯由教师引导学生,学生服从教师指令的教学方式,虽注重提高学生的身体技能和身体素质,但学生的积极参与度较低,效果十分有限。随着素质教育的不断

发展和市场对人才需求的不断变化,体育教学也要不断向着现代化观念迈进。

2.1 提高学生合作意识

体育运动有一个明显的特点,那就是必须通过团队合作来完成。因此,高等职业学校的体育教育应充分考虑到学校的特点,在进行集体活动时,要增强学生的协作精神。如在体育活动中,老师可以将足球、篮球、团体体操等运动项目完全地纳入到运动竞赛中去,从而增强学生的协作精神和团队精神。老师可以在竞赛中,根据男女比例及学生兴趣的不同,进行有针对性的竞赛,使同学们在竞赛中互相配合,并能指导他们参加团体活动;培养大学生的集体协作精神和集体精神,是培养大学生社交活动的有效途径。

2.2 提升学生人际交往能力

人际交往能力是社会适应能力的重要组成部分。高职体育教学应促进学生之间的交流与沟通,使学生有效参与体育活动,加深学生在体育活动中的情感体验,培养学生良好的人际交往能力。例如,在体育教学中,教师必须尊重学生的主体地位。学校可以举办以学生为中心的体育活动或体育赛事,让学生充当裁判、组织者、运动员、后勤工作者等角色,使其通过扮演不同角色认识到同理心的重要性,通过不同角色的扮演促进学生之间的沟通与交流,提高学生的组织能力和人际交往能力,最终提高学生的社会适应能力。

2.3 提高学生心理素质

高职体育教学有很强的开放性,在体育教学过程中,不应限制时间和空间,必须克服课堂限制,通过体育课丰富学生校园生活,提高学生参加体育活动时的身体素质和综合素质。一方面,在学生生活中,高等教育院校可以举办体育节,通过举办活动提高学生的实践能力,也可以在教师的指导下成立体育协会,通过社团管理提高学生的组织能力。另一方面,开展校企合作,将企业体育竞赛与学生体育活动相结合,为学生的社会实践创造机会,与企业进行文化交流,从而明确工作岗位需求,改变学生对自身学习发展的认知,促进学生主动提高自身素质。

2.4 提高学生身体素质

体育教学的主要目的是提高学生的身体素质,但传统的体育教学注重培养学生的运动技能,没有考虑到体育对学生的影响。教师应切实帮助学生提高适应社会的能力,养成良好的体育习惯,向学生灌输终身的体育意识及正确的训练技巧,让他们克服仅在课堂上接收体育教学内容的局限,在

日常生活中独立开展体育运动,自觉提高身体素质,以便更好地适应社会生活。

3 高职体育教学对学生社会适应能力的培养策略

3.1 促进学生个性化发展,激发学生学习热情

传统的体育教学没有充分考虑学生的身体差异和个人需求,此外,由于教学方式相同,学生对体育活动也失去了兴趣。为了更好地提高学生在社会上的实践技能,教师应积极协助学生培养参与体育运动的精神,让学生参与体育运动,从而提升他们学习的积极性。教师亦应充分了解学生的年龄、性别结构及比例,以学生的身体素质及兴趣为依归,推行不同的体育计划,有针对性地促进学生个性化发展,使他们在体育活动中更为积极。例如,高等教育机构可以开办选修课,提供适合男孩和女孩不同的体育教育,并开设以高强度运动 and 低强度运动为代表的不同层次的体育课程。例如男生适合篮球、足球、排球、乒乓球,女生喜欢健身、瑜伽等相关项目,通过各种选修课程来满足学生的兴趣。在教学过程中,教师应按年级分配学生,满足学生不同强度的训练需要,充分尊重学生的个性化发展,增强学生的积极性,让学生参与体育活动,通过体育锻炼增强学生的社会适应能力。

3.2 丰富体育教学形式,树立终身体育意识

在新的教学理念的影响下,体育教育要改造原有的教学理念,通过体育教育促进学生综合能力的提高,使学生能够更好地适应社会环境,向他们灌输终身体育意识,通过体育帮助他们养成良好的习惯,提高身体素质,以便更好地适应社会环境。举例来说,理论知识能够帮助学生提高对身体机能的学习,更好地了解自己的身体状况,选择适合自己的运动项目。教师可以帮助学生养成健康的饮食习惯、提高身体素质、注重实际行动,并依据实际情况组织瑜伽课程、晨跑协会、跳绳俱乐部等,让学生养成良好的运动习惯。体育专业发展的一个主要目的是培养学生的社会性适应能力,为此,体育教师要根据不同的职业特点,建立符合体育教育需求的情景模式。同时也可以增强大学生的抗压性和耐受性,增强他们的社会适应性,为将来的求职打下坚实的基础。

3.3 模拟社会环境,提高适应能力

顶尖专业体育可以充分模拟社会环境,让学生通过体育运动,增强他们的竞争与合作意识,学会分享与合作,从而提高学生的社会适应能力。举例来说,在教学过程中,教师可以鼓励学生积极参与校内外体育比赛,帮助学生提高竞

争意识,开阔视野,促进学生的全面发展。教师亦可充分利用互联网资源,让学生接触更多的社会体育专业群体,加强与专业人士的沟通和社会交往,让学生在接触社会的过程中为自己的未来做好规划。同时,也可以充分利用校舍为学生组织各种各样的体育活动,使学生能够适应不断变化的环境和规则,调整自己的思维方式,从而提高他们的适应能力。

3.4 拓展体育教学项目,强化学生意志磨炼

高职体育教育既要提高学生的身体素质,又要提高学生的心理素质。教师应在体育教学中充分培养学生的体育精神,通过体育活动让学生感受到公平、公正、公开的体育特色,帮助学生树立正确“三观”的同时,在体育活动中,让学生感受到体育的吸引力和号召力,坚定学生的信念,锤炼他们的意志。例如,耐力跑是培养学生耐力的有效手段。在老师和学生的相互支持下,突破自我,意识到毅力的重要性。例如,如拔河比赛可以让学生一起参加比赛,感受团队的魅力,各种运动是培育学生体育精神、促进磨练意志、培养学

生良好心理素质的有效途径。

4 结语

在新的教育理念的影响下,高职体育教学目标不仅要提高学生的身体素质,还要通过教学活动支持学生的长远发展。教学活动应与体育竞赛相结合,以培养学生的体育精神,促进学生的个性化发展,提高学生的综合素质,使学生具有良好的社会适应能力,为学生进入社会适应岗位提供坚实的保障。综上所述,结合我国当今和未来社会发展的需要,提高教学质量和高职体育教学水平离不开培养学生社会适应能力。特别是高职体育教育有其自身的优势,可以更好地帮助高职学生身心发展,帮助他们形成更健康的人格和完美的价值观,增强他们适应社会的能力。同时,体育教师应不断提高自己的专业技能和教学水平,并根据自己所教授的具体内容来出台社会适应能力方面的培养措施。

文/路洁(安阳职业技术学院,河南安阳 455000)

作者简介:路洁,女,河南安阳人,安阳职业技术学院助教,研究方向:体育教育。

参考文献:

- [1] 曾盼.试析新时代体育强国梦对当代体育大学生的价值引领[J].成都航空职业技术学院学报,2020,36(3):46-49.
- [2] 范靖秋,李君灵.宋朝休闲体育的繁荣及对当代体育发展的启示[J].忻州师范学院学报,2020,36(5):104-107.
- [3] 胡南.关于体育产业的创新探讨——评《消费与反哺:当代体育产业发展新思路》[J].企业管理,2019(3):122-123.
- [4] 赵媛媛,许晓叶,张斌.高职体育教学对学生社会适应能力的培养[J].现代职业教育,2021(7):234-236.
- [5] 杨军,于宽.高职体育教学中关于学生社会适应能力的有效培养[J].高教学刊,2019(10):176-178.
- [6] 刘立新.体育大学生社会适应性特征对高校体育教学的启示[J].北京体育大学学报,2017,40(1):78-83+95.
- [7] 李钢.高职体育教学中引入拓展训练的必要性和可行性研究[J].湖南工业职业技术学院学报,2021,21(6):132-135.
- [8] 施小花,李勇.立德树人导向下高职体育教学改革策略探析[J].江苏建筑职业技术学院学报,2021,21(4):89-93.