

社会适应能力培养模式下高职体育教学改革探究

高 珊

(延安职业技术学院, 陕西 延安 716000)

摘要: 随着教育改革不断地推进, 对学生社会适应能力培养愈发重视。而体育教学具备交往宽广性、身体活动性等特征, 在培育学生社会适应能力中起着较为积极的作用。而高职院校借助体育教学来培育学生社会适应的能力, 也是体育教学改革的亮点。对此, 本文将对社会适应能力培养模式下高职体育教学改革展开探究, 为体育教学提供新思路。

关键词: 社会适应能力; 体育; 教学改革

在高职体育教学中, 不仅要着重培育学生各项体育技能, 也要积极对学生开展社会适应能力的教育, 以此来提升高职体育教学的质量。因此, 高职院校就要以社会适应能力培养为抓手, 积极推进高职体育教学改革进程, 将体育育人价值充分发挥成绩, 促使学生能够快速适应社会, 进而有效提升高职院校人才培育质量。

一、社会适应能力培养模式下高职体育教学的意义

(一) 能够与体育教学本质相符合

体育是项历史悠久的社会性活动, 其主要目的便是通过具备相应规则的运动来改善人们的社会状态。因此, 体育教学同社会的联系较为密切, 并且多数体育活动在某种程度上能够将人们的活动规律呈现出, 学生也能够通过体育活动来锻炼自身的体质, 进而有效提升身体素质, 并促使学生在后续的社会活动中快速适应。这就充分说明, 培育学生社会适应能力与体育教学本质相符合, 也就是说, 在体育教学中提升学生适应社会的能力并非是没有依据的教育思想, 而是将体育精神彰显出来一种教育行为。体育教学中所蕴藏的协作意识、奋勇拼搏、超越自我等精神正是学生想要快速适应社会所必备的品质, 另外, 体育教学也能够强健学生的体魄, 便能保障学生能够具备强健体魄而步入社会, 这也是强化学生适应社会能力的有效途径。

(二) 能够顺应高职教育发展趋势

目前, 培养学生适应社会能力能够顺应高职教育发展趋势, 这也是高职体育教学改革关键性一步。开展体育教育最终目的便是为社会培育高素养的劳动人才。随着社会升级改革, 对人才的要求也变得愈来愈高, 这就使得高职院校不仅要培育学生必备的专业知识、技能, 还要着重培育学生的文化素养, 促使其成为建设现代化社会的中坚力量, 最终成为社会不可或缺的人才资源。近些年, 随着高职教育改革不断地推进, 越来越重视培育学生适应社会的能力, 这顺应了高职教育的发展新趋势。

(三) 能够满足社会对新型人才的需求

随着经济发展和进步, 社会对人才的要求也不断提高, 我国是一个人口大国, 虽然有着很大的经济体量, 但就业形势相对而言依旧不怎么乐观, 在这样的情况下, 高职学生更应该有一定的危机感, 提前为步入社会做准备。社会对新型人才, 即更高级的过渡人才的需要不断增加, 高职院校和高职学生都应当作出自己的努力。就高职院校而言, 要将更多的关注点放到学生如何高效就业, 因此就要对院校学生的发展状态展开认真分析, 并以此基础对人才培养计划进行调整, 以此培育出社会所需的新型人才, 尤其是在现阶段, 院校就能着重培育学生适应社会的能力。而对于高职院校学生而言, 要着重关注自己后续发展需求以及前景。并且高职院校还要给予学生相应帮助, 不断地提升学生适应

社会的能力, 努力融入社会, 不断地提升自身各项能力, 以来更好地满足社会对新型人才的需求。

(四) 能够促进高职学生全面发展

目前, 在高职体育教学中着重培育学生适应社会的能力, 社会适应能力对促使学生实现全面化发展起着较为积极的作用, 全面发展关系着学生能够快速融入社会, 同时也与学生能否将自身价值充分发挥出有着较为密切的联系。总体来说, 高职院校同普通院校相比较只是在属性上有着区别, 但是本质上是相同的, 也是需要促使学生实现全面化发展。社会适应能力对提升学生而言起着较为积极的作用, 育不仅能够提升学生认知或者接受新事物的能力, 学生人际交往、抗挫折能力也能得到显著提升。所以在高职体育教育中着重培育学生适应社会的能力, 以此来强化学生的综合能力, 进而促使学生生成独立自主的人格, 最终更好地适应社会发展。

(五) 能够磨炼学生的意志力

随着就业竞争不断地增加, 学生所面临的问题越来越多样, 学生以及工作中遇到的挫折在挑战着学生的意志力, 所以加强对学生的意志力进行培养, 还能强化学生的增抗挫折能力, 从而提高学生在艰苦环境中奋发图强的精神, 最终能够有效磨炼学生的意志力, 增强学生坚韧不拔的精神。

二、社会适应能力培养模式下高职体育教学现状

(一) 教学模式有待创新

由于当前教育体制的改革, 未能明确高职体育课程教学目标, 导致多数高职院校在开展体育教学时, 仍然应用传统的训练模式以及教学方式, 使得教学内容缺乏新颖性, 教学氛围略显枯燥, 难以满足学生多元化的体育学习需求, 久而久之, 学生就丧失了学习体育知识、技能的兴趣。例如, 高职院校体育教学模式通常相类似, 具体如下: 课前集合, 教师点名签到, 然后引导学生进行热身训练(通常是绕着操场跑几圈), 接着学生就能自由活动了。热爱体育运动的学生便能自主到运动场所自主开展训练活动, 而其余学生则会到安静角落聊天, 在快下课再出来等点名。这种趋于形式化的教学模式难以将学生的兴趣充分激发出, 不仅无法掌握有用的体育知识、技能, 也能难以强化学生的身体素质。即便有些教师会向学生讲授一些体育技能, 但是未能依据学生的兴趣点以及体育水平合理设置教学活动, 并且在体育教学中也没有凸显出学生的主体性, 这样在制约学生参与体育教学积极性的同时, 也未能与“阳光体育”的精神相契合。

(二) 师生间缺乏有效互动

在高职体育教学中, 由于教师受传统教育理念的制约, 未能准确定位自身的角色, 仍然将自己当作教学的主体, 依然按照既定的教学流程向学生讲授体育技能, 没有向学生讲解不同运动项

目间的差异性,也很少将体育技能的要领或者技巧讲解给学生。并且学生参与体育教学的兴致也不够浓烈,在教学中很少同教师展开互动,遇到问题也不会主动向教师寻求帮助。甚至有些学生觉得体育就是用来放松的,无须掌握体育知识,这对提升学生体育技能、适应社会能力来说是不利的。并在这种错误理念的引领下,教师难以针对性地为学生设计极具个性化的训练方案,进而制约了学生社会适应能力的提升。

(三) 体育训练方式较为单一

体育课程具备着教育性,但长期以来,高职体育教学的理念略显传统,导致体育教学未能将其育人人性充分发挥出,这在某种程度上也会制约高职体育的有效性,并且这也会到体育训练方式较为单一,进而制约社会适应能力的培养效果。另外,高职院校在开展体育教学时,如果所应用的训练方式较为单一,这不仅会制约学生获取体育知识、技能的效果。同时,高职院校的体育教学实施,体育理论与实践教学融合不佳,也影响到学生对体育理论、文化知识的进一步学习。此外,体育训练模式固化,使学生参与兴趣不足,使学生社会适应能力培养成效不足。

(四) 未能与职业特色相结合

高职院校本身具有一定的特殊性,同普通体育院校在体育教学目标上存在着明显的差异性。高职院校不仅要具备的体育知识、技能讲解给学生,还要根据学生专业的不同向其讲授对应的体育知识,促使学生能够具备强健的体魄。但多数高职院校未能在教学内容上凸显出职业特色,也就是说,教师未能将体育教学与学生所选择专业的特色有机融合,不仅会使高职体育教学与人才培养目标相脱离,也无法将学生的体育视野有效拓宽。并使高职体育教学未能较为向专业教学服务,这也会使高职院校未能将自身的职业性凸显出,体育教学内容无法融入学生的专业中去,不能为学生的实际工作提供帮助。高职院校的体育教学内容作为职业教育的一部分,应该注重学生职业能力的培养。学生只有掌握了体育的基本知识和技能,才能更好地以体育教学为手段,对学生进行与所学专业匹配的体育教学。

(五) 体育教学资金投入力度不足

目前,还有少数高职院校未能意识到体育教学的重要性,所以在投入到体育教学中的经费比较有限,不仅无法及时更新体育教学设备以及设施,相关体育教学硬件、设施设置的也不够合理,使得体育教学的质量受到制约。例如,部分院校的体育教学场所,缺乏标准规范的田径、篮球等活动场地,使得学生的日常体育需求难以得到满足,这在某种程度上就会制约学生参与体育教学的积极性,进而无法保障体育教学活动有序开展。

三、社会适应能力培养模式下高职体育教学改革策略

(一) 创新体育训练方式,强化社会适应能力

高职院校在实施体育教学时,应重视体育训练方式的多元实践,为学生创设形式多样的体育训练项目,促使学生快速地融入训练中,这样学生不仅能从中获取丰富的体育信息、社会信息,还能有效提升高职体育教学的质量。首先,立足于社会发展层面,选取体育运动热点话题,开展高职体育案例教学,强化学生对体育教学的认同感。例如:就能选取在本次冬奥会上表现出色的运动员作为教学案例,如就能以苏翊鸣为例,就能在调动学生参与体育教学积极性的同时,也能使学生明确梦想对自身发展的重要性,教师还能引导学生勇于说出自己的梦想,以此不断提升学生社会适应能力。其次,立足于学生专业发展模式,创设学生专业的体

育教学模式。例如:根据学生创新能力的培养,立足于学生专业层面,创设市场专业信息,达到体育训练方式的创新目的,使学生进行体育实践,不断提升学生体育创造、创新能力。最后,在体育训练方式创新中,开展体育探究性活动,以此活动为基础,引领学生思维、思考体育知识,深化学生对体育课程的理解,并加强学生体能、耐力的锻炼,助力于学生社会适应能力良好培养模式。

(二) 创新体育教学内容,凸显职业特色

高职院校在开展体育教学过程中,不仅要开展针对性体育教学,还要凸显出院校的职业特色,这样就能在确保体育教学内容与时俱进的同时,也能满足社会以及企业对新型人才的需求。对此,高职院校就要以及培养学生的社会适应能力、社会生存能力为主,积极创新体育教学内容。同时要定期举办群体性体育项目,鼓励学生以团队形式进行交流与竞赛。在此过程中应当不断创新课程教学模式,使高职院校体育教学能够进一步适应外部社会的多元化发展需求。例如:高职一年级,便能开设体育基础课程,注重调动学生参与体育教学的积极性,将学生的创造性充分发挥出,对此,就需要教师给予学生有效指导,以此来强化学生自主学习体育项目的的能力。高职二年级,开设体育选项课程,并将“以生为本”的教育理念落实到体育教学中,这样不仅能遵循学生的认知规律以及兴趣点开展体育教学,还能满足学生的多元化学习需求。高职三年级,除了要开设选修课程,还要引导学生结合自身专业特色合理选择体育项目,教师就能针对性地指导学生开展体育训练,同时有助于学生养成良好的体育终身锻炼习惯。

(三) 创设微型社会情景,培养学生社会意识

在社会经济高速发展的大背景下,教师在开展体育教学的时候,可以适当地创设微型社会情景,使学生能够在相对真实的情境中开展体育训练,同时也能感受到自己生活在社会中的现实意义,学生也能明确在社会中生存需要具备什么样的技能,从而有效提升学生的社会意识。例如,教师就能在学生进行体育训练的时候,引导学生参与体育项目竞赛,并选取合适时间进行报名,但教师要注意提供给学生的自主性保证学生是在自愿的状态先参加竞赛的,这样有利于调动学生参与竞赛的积极性,另外,教师还能在体育项目竞赛中设置相应的奖励,以此来促使学生踊跃报名参赛,在开展体育项目竞赛,教师要确保竞赛的安全性,在竞赛前,教师除了向学生讲解体育项目的技巧,还要将竞赛规则以及注意事项讲解给学生,比如,在开展跨栏竞赛的时候,教师就能奥运会竞赛知识讲解给学生,从而增强学生们的社会意识,然后教师便能组织竞赛开始了,在竞赛的过程中参加共同的项目的学生们就会成为竞争者,他们就会在内心相互比较能力,加强了学生们的竞争意识。另外,高职院校也能组织运动会,并且在运动会上增添一些班级团队合作的项目,这样在竞赛过程中通过有关团队合作的项目,学生们就会产生一种团队意识,这同样是形成社会意识的一种体现。

(四) 着重磨炼学生意志,提高社会适应能力

通常情况下学生们在进行体育训练的过程中需要付出很多的,为了更好地开展高职院校的体育教学,并且在教学的过程中培养学生的社会意识,就必须加强对学生的运动训练的意志进行磨炼,帮助学生始终秉持热爱运动和愿意运动的状态进行体育训练,这就需要教师就要注重对学生们进行心理方面的疏导,多与学生们进行交流和沟通,了解学生们的日常生活状态,并且在学生心情

低落的时候要进行关怀。例如,在体育训练中引进一些新颖的训练方法,高职院校的体育教师可以从一些娱乐软件上面学习一些关于增强学生身体素质的动作引进到学生的体育课堂当中,比如,在上课之前教师要组织学生们进行热身运动,但是通常情况下的热身运动都是很老套的,学生们都已经厌烦了,这个时候教师就可以将“海草舞”的动作加入热身环节上,为学生们放这个音乐然后教师应该作为领头人物,带领着学生们进行跳舞,这通过和学生们一起做有趣的热身运动,能够有效地拉近教师和学生之间的关系,这会更加方便今后教师与学生之间的沟通交流。另外学生在进行长跑训练的时候,教师可以选择在学生的极限状态下进行陪跑,在跑步的时候教师可以大声地为学生进行加油和鼓励,或者是为学生说出他偶像的名字,这样学生在教师的鼓励以及偶像的激励下就会坚持进行训练,提高他们的训练效果。

(五) 拓宽体育教学载体,丰富教学内容

高职院校在体育教学中培育学生社会适应的能力时,就能够通过拓宽体育教学载体,来丰富体育教学内容,进而有效提升学生社会适应能力。首先,高职院校开展体育教学时,要依托于各类网络平台,将网络技术的优势充分发挥出,这样不仅能创新体育教学模式,学生的体育学习空间也能拓宽。此时,教师就能依据体育教学的发展趋势,利用网络平台搭建线上体育学习空间,将体育知识、技能、文化等信息,以短视频的形式分享给学生,纳入体育课程教学中,引领学生融入平台,主动获取体育课程信息内容,进而有效提升自主学习体育知识的意识。除此之外,在线上体育学习平台中,教师也能创建体育新闻、体育时事等板块,不能将被先进的体育知识分享给学生,还能调动学生获取体育信息的主动性,以此不断增强学生体育实践能力。其次,促进体育教学与社会发展融合,使学生融入社会性的体育活动中,促进学生社会适应能力的培养。比如:院校就能与市级体育馆合作构建线上活动平台,学生开展体育活动的机会就会增加,并且还能主动融入其中,从中获取较多的社会性新闻,为学生未来发展提供保障。

(六) 丰富体育教学活动,满足学生学习需求

多数情况下,高职院校在开展体育教学时,学生与院校便会产生较为密切联系在,并且,在各个阶段学生的体育学习就会产生相应的共性,另外,高职院校以“00后”居多,教学侧重点就要发生相应的转变,除此之外,在现代社会发展的过程中,学生的学习观念就会发生相应的变化,如果教师不能及时的丰富体育教学活动,就无法有效提升社会适应能力的培养质量。现阶段,学生对网络具有较强的依赖性,所以在具体实施体育教学时,教师必须对其教学活动进行科学创新,确保学生关注点能够重新回到现实生活。真人CS、攀岩等活动受到现代年轻人的广泛关注,体育教师在实施具体教育工作时,需要对其进行深入分析,确保能够实现学生整体素质的不断提升,进而确保能够对学生的社会适应能力进行更为有效的培养。

(七) 开展阳光体育教学,有效对接体育社会

高职院校的体育课程,体育课程的时间是有限的,所以学生的适应性培养目标很难完成。学生需要在课外时间和校外的环境继续完成适应能力的教育,为此,高职院校可以开展阳光体育活动,考虑到学生的自身特点设计出社会化的体育模式,保证教学质量,运用社团和体育俱乐部,让决策、执行、管理、参与多个层面形成良性循环,每个学生都能在体育活动中扮演不同的角色,学生

带着一定的生理负荷和心理负荷来参加演习,每一步都是人类的心灵和身体锤炼和考验,将付出很大的努力。加强学生与学生、学生与教师、小组与小组、社团与社团之间的有效交流,让学生能够更好地敞开心扉,彼此间相互合作,共同进步,提高社会适应能力。

(八) 积极开展团队活动,强化学生团队意识

在体育教学中最常见的活动形式便是团队活动,例如,足球、篮球、排球等体育运动,这些体育运动对培养学生的团队意识起着较为积极的作用。学生在社会中便会参加各种各样的团队,这些团队成员需要团结合作,互帮互助,共同迎接挑战和克服困难。对于这些团队来说,凝聚力会对团队发展以及协作质量产生着较为积极的影响。对应到体育活动中去,一个体育团队能否实现整体突破,超越自我和战胜竞争对手往往需要团队的精诚合作。例如,在开展排球教学活动,一支队伍能否取得最终胜利取决于该团队中成员之间默契的配合,球只有一个,团队有六个人,每个人又有不同的位置,谁来防守,谁来进攻,谁来补救,在排球场上,这不是一个人的运动,是集体的力量。因此,体育教师应当通过类似的团队型体育活动培养学生的团队精神,并借此提高学生的社会适应能力。

(七) 体育教学融入规则,提升学生社会意识

在高职院校体育教学中,体育运动属于一种特殊的文化活动,并且体育运动还具备相应的竞争性,因此在体育运动就会产生与之对应的比赛规则、制度以及守则等,同时还可以通过裁判、舆论等监督渠道确保体育运动能够有序开展。因此,教师在开展体育教学时,就能将规则意识融入体育教学中,并引导学生来熟记这些体育规则,确保学生在体育活动中能够遵守各种规则制度。这不仅有利于学生遵守体育规则,同时也有助于学生更好地了解社会准则以及各行各业的行为规范。长此以往,学生定能养成律己的良好习惯,不断提高自己的职业素养和社会意识

四、总结

总而言之,高职院校在开展体育教学时,要创新体育训练方式,创新体育教学内容,创设微型社会情境,着重磨炼学生意志,拓宽体育教学载体,丰富体育教学活动,开展阳光体育教学,这样便能够科学培养学生的社会适应能力,强化学生的团结协作意识,并有效强化学生的意志力,确保其能够在后续的职业生活中克服工作中遇到的困难。

参考文献:

- [1] 刘厂有. 社会适应能力培养模式下高职体育教学改革探究[J]. 湖北开放职业学院学报, 2021, 34(24): 166-167.
- [2] 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(07): 234-236.
- [3] 许仁华. 论高职体育教学对学生社会适应能力的培养[J]. 产业与科技论坛, 2020, 19(20): 151-152.
- [4] 杨友松. 高职体育教学对学生社会适应能力的培养[J]. 才智, 2019(33): 158.
- [5] 郭华军. 高职体育教学对学生社会适应能力的培养[J]. 农村经济与科技, 2019, 30(20): 244-245.
- [6] 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.