

# Research on the Innovative Exploration of Physical Education Teaching Method in Higher Vocational Colleges in the New Era

Weixing Li

Xinxing Vocational and Technical College, Xinxing, Xinjiang, 839001, China

## Abstract

With the development of the Times, the level of national economic development has been rapidly improved, the industrial structure is also undergoing great changes, the demand for applied skilled talents is highlighted, and vocational education has also entered the fast track of high-quality development. Sports teaching methods and teaching process in higher vocational colleges need continuous innovation, combining with the characteristics of vocational education, with "multiple" education teaching form, in view of the vocational education "education fusion, university-enterprise cooperation" requirements, in the sports teaching characteristics of new teaching methods, cultivate talents to meet the needs of social development. By analyzing the new standard of physical education teaching construction in higher vocational colleges in the new era and combining with the existing problems in physical education teaching in higher vocational colleges, this paper puts forward the innovative strategy of physical education teaching methods in higher vocational colleges in the new era to provide suggestions for teaching work.

## Keywords

new era; physical education in higher vocational colleges; teaching method; innovation exploration

## 新时代高职院校体育教学方法的创新探究

李卫星

新星职业技术学院, 中国·新疆 新星 839001

## 摘要

随着时代的发展, 国家经济发展水平快速提升, 产业结构也在发生着巨大的变化, 对应用技能型人才需求凸显, 职业教育也进入高质量发展快车道。高职院校体育教学方法和教学实施过程需要不断创新, 结合职业教育的特点, 以“多元”教育教学形式, 针对职业教育“产教融合、校企合作”的要求, 在体育教学中融入专业技术技能新特点实施教学方法, 培养适应社会发展需求的人才。论文通过分析新时代高职院校体育教学建设新标准, 结合当前高职院校体育教学中存在的问题, 提出新时期高职院校体育教学方法创新策略, 以期教学工作提供建议。

## 关键词

新时代; 高职院校体育; 教学方法; 创新探究

## 1 引言

在新时代背景下, 高职院校体育教学理念不断更新, 既要重视对学生身体素质的提升, 又要培养学生的终身体育意识, 促进全民健身事业的开展。高职院校是培养人才的结合, 为社会输送优秀研究性学习人才, 但是体育也是非常关键的一部分。传统的体育教学方法已经无法满足新时代的需求, 因此需要积极探索新的教学方法, 激发学生学习体育的主动意识, 以提高高职院校体育教学的质量。

## 2 新时代高职院校体育教学新标准

### 2.1 注重学生全面发展

在新时代的高职院校体育教学中, 应该以学生全面发展为目标, 通过综合性的教学指导, 不断提高学生的运动能力, 使学生保持良好的学习状态, 从而强化学生对体育课程的学习理解。体育教学不是单纯的理论教学或是体能训练, 而是从多方面对学生进行教育培养。因此, 教师在体育课程教学中, 应该明确教学目标, 采用多样化的教学方式, 对学生进行教育培养。教师需要对学生进行理论知识与体能方面的训练, 提高学生的身体素质<sup>[1]</sup>。高职院校体育教学还需要引入游戏和竞赛, 让学生在参与中学习团队合作、沟通协调等社会技能, 提高其心理素质和适应能力。此外, 全面发展还要求高职院校体育教学关注学生的情感教育和心理健康。在教学方法上, 教师应创设安全、积极的学习环境, 引导学

【作者简介】李卫星(1974-), 男, 中国四川南充人, 本科, 高级讲师, 从事体育教育研究。

生表达自己的情感,培养其积极的心态和情感管理能力。通过体育教学,帮助学生建立自尊、自信,培养其坚韧不拔的意志品质。

## 2.2 强调学生主体性

在新时代的高职院校体育教学中,学生主体性是重要的教学原则。这意味着教学方法应充分尊重学生的个性、兴趣和需求,发挥学生的主观能动性,培养其自主学习和终身学习的能力。为了实现这一目标,教师应转变角色,从传统的知识传授者转变为引导者和促进者。通过启发式教学、探究式教学等方法,引导学生主动参与教学过程,发现问题、解决问题。同时,教师应关注学生的个体差异,提供个性化的教学服务,让每个学生都能在体育教学中得到充分的发展。

## 2.3 注重素质化教育

新时代高职院校体育教学在重视学生身体素质发展的同时,对于学生的品质素养提升有着重要的影响。在体育教学融入德育教育,能够强化学生的良好品质意识。教师需要引导学生了解体育知识与技能,让学生能够养成良好的体育锻炼习惯,在日常生活中能够形成健康的生活方式。通过体育教学活动的开展,教师应当对学生的体育进行教学,使其保持良好的学习品质。在体育教学中,能够培养学生的团队协作意识,培养学生体育精神,提高学生的社会适应能力。

## 3 高职院校体育教学存在的问题

### 3.1 学生主体地位不清晰

在传统的高职院校体育教学中,教师容易忽略学生的主导学习意识,学生常常处于被动的学习状态,导致学生主体学习地位不清晰。在此种教学方式下,学生缺乏主动学习意识,无法真正体现出主体作用。教师很容易忽视学生的主体意识,在课程设计上,很容易影响学生的课程学习兴趣。高职院校体育教学虽然是学生自主选择体育科目,但是在实际的课程选择中,很多学生第一选择并不是所学习的科目,都是报名后随机分配,导致学生对于体育学习没有主动性,一般都是“随缘”的状态,在课上学习状态非常消极,难以达到理想的教学状态。

### 3.2 教学方法缺乏实效性

目前,许多高职院校体育教学方法过于单一、陈旧,缺乏实效性。高职院校体育课程教学需要全面落实对学生的综合性的教学引导,充分展现出课程教学的实效性。但是,当前高职院校体育教学过于局限,教学形式比较局限,在执行过程中学生不愿意主动进行配合。因此整体教学效果较差,影响学生的整体发展,难以加强对学生的教学引导,造成学生体育实践性落后的情况<sup>[2]</sup>。

### 3.3 教学内容理论高于实践

高职院校体育教学的目的是提高学生的运动技能和身体素质,但目前许多高职院校在教学内容上存在理论高于实

践的问题。这导致学生在课堂上学习了很多理论知识,但在实际操作中却无法运用,难以实现教学目标的达成,体育技巧的训练在体育中非常重要,不过两者缺乏教学协调性,难以进行综合性的教学,会影响学生的整体能力的提升。理论与实践课程教学不平衡,很容易造成学生对体育课程的认知错误,无法投入更多的精力参与到体育训练中。从而影响学生体育精神的培养,不利于学生的整体学习提升。

## 4 新时代高职院校体育教学方法的创新策略

### 4.1 建立新时代体育教学理念

在新时代背景下,高职院校应该创新教学理念,从而满足新时代的教学发展。教师应该注重课程教学改革,为学生提供有效的教学引导,促进学生的整体发展,加深学生课程学习印象。高职院校体育教学应该重新进行体育课程教学定位,以新时期体育教学为教学目的,建立新的教学理念。体育教学理念应该重视学生的全面发展,引导学生不断提高自身的运动技能,强化学生的课程学习认识,加强学生对所学知识的学习理解,促进学生身心健康发展。高职院校体育教学应该满足时代发展需求,为学生提供多样化的课程教学方式,注重学生的个性发展需求,为学生进行良好的教学引导,提高学生的综合学习能力<sup>[3]</sup>。高职院校体育教学理念应该强调学生的主体意识,通过体育课程的教学,充分发挥学生的主观能动性,增强学生的自主学习意识。教师以新的教学理念,能够引导学生主动参与课程学习,让学生能在体育课程学习中得到充分的发展提升。在新时代高职院校体育教学中,教师应该重视对学生的实践教学指导,让学生能够掌握运动技能和训练方法,从而保持终身学习的习惯。在体育课程教学中,教师需要以培养学生的学习兴趣为主,通过趣味性的教学引导方式,提高学生的学习热情,从而主动参与体育实践环节,让学生在实践中不断学习成长。

### 4.2 利用科技手段辅助体育教学

随着科技的飞速发展,高职院校体育教学也应与时俱进,通过利用信息技术手段进行辅助性课程教学,从而达到理想的教学效果。科学技术方式可以使教学内容更加丰富生动,对学生的学习能力的提升有着积极的作用。教师可以利用信息技术对学生的学习情况进行综合性评估,并且结合学生的兴趣爱好,对学生进行科学的教学指导,从而满足学生的个性化需求。教师在理论知识的教学中,可以利用多媒体设备对学生进行理论性的教学指导。通过视频、图片等形式,对学生进行生动的课程教学,方便学生能够理解体育知识。例如,在排球教学训练中,教师可以给学生播放相关的体育赛事,针对其排球技巧、运动员临场应变能力以及团队战术等方面进行教学,通过PPT的方式,对学生进行细致的讲解,使学生能够理解排球的运动技巧。而且现在很多的智能设备,如智能手环,可以实时检测学生的运动数据,包括心率、运动轨迹、速度等,从而更加科学、准确地评估学生的

学习效果。教师借助科学技术手段,能够有效提高体育课程的教学效率,并且能根据数据更为直观地了解学生的运动情况,发现学生擅长的方面和不足之处。教师可以根据学生的个体差异情况,为学生制定个性化的训练计划。教师利用信息技术作为体育教学的辅助教学手段,能够加强体育课程的教学质量,培养学生形成良好的身体素质。此外,学校也可以建立体育在线教学平台,定期在平台发布一些关于体育运动的历史发展和技巧指导,让学生可以在任何时间、任何地点进行学习,不断提高学生的体育素养<sup>[4]</sup>。

#### 4.3 加强互动性和合作性教学

在高职院校体育教学中,教师对学生进行体育课程的教学,应该多与学生进行互动交流,不断增强学生的自主学习意识,在合作交流的过程中,提高学生的身体素质。教师可以在体育课程中,组织各种小组竞赛活动,让学生在竞赛中提高自身的技能,培养学生的团队协作和沟通能力。沟通是一种有效的互动方式,在小组合作中学生应该重视与成员之间的交流,大家共同探讨,提出对团队有效的意见,保持良好的团队协作力,才能在比赛中取得好成绩。在实际的体育活动中,学生可以将所学习的内容应用于实际比赛中。学生在讨论过程中,学生可以发表自己的观点和见解,听取他人的意见和建议,通过组织各种体育竞赛活动,可以让学生在实践中提高技能和体能,同时也能培养学生的竞争意识和团队合作精神。例如,在教学中引入团队比赛项目,如篮球比赛,教师不仅要对学生进行相关的专业知识的教学,还需要对学生进行技战术教学,使学生能在团队比赛中进行合理应用,从而提高学生的综合实力,为团队取得好成绩。教师还可以通过游戏活动,让学生喜欢参与体育课程的学习,从而在轻松的氛围进行体育锻炼。此外,为了更好地加强互动性和合作性教学,教师还需要关注学生的个体差异和需求。每个学生都有不同的特点和需求,因此教师应该根据学生的实际情况,提供个性化的教学服务。

#### 4.4 强化实践体育教学活动

高职院校体育课程教学应该注重实践性的教学,强化学生的体育实践活动。实践活动有助于学生将理论知识转化为实际操作,从而提高学生的专业技术水平。组织各种实践活动和比赛,让学生在实践中掌握技能、提高体能。开展不同运动类型体育活动,让学生有机会将所学知识应用于实践活动中,引导学生能够更好理解运动技巧和规则,提高学生的技能水平,从而发挥学生的体育优势。教师应加强对实践环节的评估,通过观察学生在实践活动中的表现,对学生进

行合理的教学指导。并且针对学生在活动中表现不足的方面进行指导,对学生技巧错误的地方进行纠正,及时提出教学意见。通过教师的指导和评估,可以保证学生的课程学习质量,提高实际操作能力<sup>[5]</sup>。

#### 4.5 培养学生终身体育意识

新时代高职院校体育教学中,应该培养学生的终身体育意识,加深学生对体育的学习认识,了解体育运动对身体素质的积极影响,从而保持长期运动的良好习惯。教师通过有效的教学指导,加强对学生的体育锻炼,保证学生身体素质提升。通过体育训练,教师可以向学生传递体育运动的重要性,保证学生体育锻炼的前提下,形成积极的生活方式,从而缓解日常学习压力,让学生能在轻松的学习氛围下,提高自身的身体素质。教师在体育教学中,可以开展多种形式的课程教学,组织体育活动,让学生进行体能训练等,使学生习惯进行体育锻炼。在体育教学中,教师可以安排适当的体能训练和运动技能练习,帮助学生掌握正确的锻炼方法和技巧。同时,教师还应关注学生的饮食、休息等生活习惯,鼓励学生保持健康的生活状态,这对学生终身体育运动有着积极的影响,不断强化学生的约束能力与自主性,对于其他方面的学习提高也有积极作用。教师通过有效的教学引导,学生可以逐渐养成良好的生活习惯,为终身体育打下基础。

### 5 结语

总而言之,在新时代背景下,高职院校体育教学方法需要不断创新和改进。体育教学通过融入多元化的教学方式,为学生提供丰富多样的教学形式,进而满足学生的学习需求,为其提供综合性的教学指导。高职院校体育教学需求,推动终身体育习惯的养成,培养学生形成良好的体育教学意识。教师还需要不断学习和探索新的教学方法和理念,以适应社会发展的需求和学生全面发展的要求。

#### 参考文献

- [1] 王焯妮.高校体育教学中实施拓展训练的方法探究[J].内江科技, 2022,43(8):52-53.
- [2] 冯伦.新时代高校体育教学方法创新研究[J].冰雪体育创新研究, 2022(13):105-108.
- [3] 孙轶.高校体育改革融合拓展训练的方法探析[J].拳击与格斗, 2021(10):98-99.
- [4] 赵坤.新时代高校体育教学方法的创新策略——评《高职院校体育教学改革研究》[J].热带作物学报,2021,42(5):1557.
- [5] 苑琳琳.新时代高校体育教学方法创新[J].新课程研究,2021(6):62-63.