

警察院校体育课程教学的优化

周源

开展体育课程是高校提高学生身体素质的重要措施之一,具有很强的实践性,且应用范围广泛。现阶段,随着国家对体育课程的重视,体育课程越来越受到学校的重视,高职院校应培养学生的体育课程学习兴趣,提高实际教学效果,扩大影响力,促进教学质量提高。文章以警察院校体育课程教学为着手点,创新教学模式,探索提高学生体能的新途径,以此激发学生参与体育课的热情。

一、警察院校体育课程教学的现状

师资缺乏、不稳定是长期以来难以解决的问题,湖南司法警官职业学院自2006年设立健康体育教研室以来,现有专职教师3名、兼职教师2名,都是年轻讲师。主要工作包括:一是体育教学,教学内容为篮球、羽毛球、田径类教学课程;二是担任课外体育指导和训练,丰富校园体育文化,指导开展体育活动和比赛;三是健康测试、“阳光跑”活动的组织者。为提高体育课程教学的教学质量,积极落实“三教”改革,文章从教材、教学、学生三个层面对体育教学现状进行分析。

(一) 教材层面

现阶段,体育课教材的选择存在实用性不强、适用性及趣味性不

高的问题,部分内容是参考本科教材,理论内容多,枯燥乏味;有的内容过时,学生对教材不感兴趣。

(二) 教学手段层面

体育教学中多采取传统教学模式,多媒体等现代化教学手段使用较少。部分教师微课制作能力有待提高,讲课方法简单,普通示范性教学并不能激发学生的学习兴趣,使得课堂教学枯燥乏味,教师与学生的互动较少,不利于学生体育知识的掌握及警体技能的提高,使学生对学习体育锻炼的兴趣逐渐减弱。

(三) 学生层面

(1) 学生身体素质参差不齐导致体育教学难度大。随着电子产品的广泛使用,“低头族”越来越多,学生身体素质普遍较差,在2019年学院体质测试中发现,平均20人中有1人肥胖,甚至严重影响正常的生活学习。学生体能基础差异较大,体育健康意识也存在差别,学生个体之间的运动技术水平差距较大。因此,在一定程度上加大了高职阶段体育教学的难度。

(2) 学生缺乏学习热情。在体育教学中,受教材与教学手段的影响,学生逐渐失去体育学习的兴趣。部分学生因基础差,尤其是非警察类专业学生不重视体能的重要性,态度不端正,学习方法不正确,不能持之以恒,缺乏有效监控,得不



摘要: 高职院校的体育课程是一门公共基础课,其有利于培养学生的意志品质,有利于提高学生的身体素质和运动能力。随着教育改革的深入,如何提高体育课程教学质量是高职院校面临的重要问题。基于此,文章分析了警察院校体育课程的教学现状,提出了增加课堂互动、拓展教学方法、更新设备、融入思政元素、开展分层教学、有效构建新教学评价机制等建议。

关键词: 警察院校; 体育课程; 分层教学

到及时处理。长此以往,使得体育成绩难以提高,学生不愿进行体育锻炼。

二、警察院校体育课程教育质量的提升策略

(一) 明确教学目标

体育教学目标:学生参与体育锻炼,提高身体素质,养成锻炼习惯,培养吃苦耐劳精神。体育课程要满足学生学习技术要求,还要基于学生技能要求,明确教学目标,逐层深入开展教学。此外,在教学中注重学生技能学习与意志品质的提高,培养学生吃苦耐劳、团结合作的精神,全面提高学生的整体素质,从而使其更好地适应社会发展。另外,警察学院主要是为社会培养警察方面的人才,其体育课和公共基础课程不同,在体育教学中需要根据警察类职业要求和特点对学生进行技能训练、知识讲解。重点包括警察体能训练、擒拿格斗、警械器具和枪支使用、驾驶技能、巡逻盘查技术、抓捕技术、处理突发事件技术、反恐技术等技术知识。在以上教学中需要注重理论知识与实践的结合,以此提高学生的实战能力,确保学生毕业后可以顺利上岗,有效彰显自己的能力。

(二) 提高教师教学能力

要在教学中增强互动,激发学生的学习热情,要尽可能为学生创造良好的学习环境,增强师生合作与互动;要尽可能改善教学条件,激发教师改进课堂教学的主动性。体育课程是一门以实践为主、实践与理论相融的学科,从讲台到运动场,教师要明确学生的学习主体地位,充分发挥引导作用。大学生本身已具备独立学习与思考的能力,



教师不能填鸭式地传授运动技术,也不能单一地通过增加训练强度来达到体育锻炼和教学的目的。教师应结合课程思政的要求,根据学生个性特征和时代特征设计好教学环节,将运动技能、训练强度与当代大学生关注的活动项目结合起来,增加课堂互动,如素质拓展训练和“阳光跑”互动环节可以引入体育教学的思考。

教师还应该与学生一起讨论运动规律和基本健康知识,让学生参与讨论,有利于调动学生的体育课学习兴趣。在此过程中,教师扮演着引导者与启迪者的角色,也是学生学习的陪伴者,而学生能够通过表达自己的观点参与课堂,从而达到课堂互动的效果。此环节可将学生分成不同小组进行讨论,教师通过课堂观察了解学生的思想动态,利用实验推导与运动演示,以锻炼学生的思维与表达等各项能力。让学生参与讨论而不是“放羊式”聊天,教师要充分调动学生学习的主观能动性,引导学生进行信息搜集,提高处理及解决问题的能力。

此外,社会发展中团结合作与集体利益备受关注,在体育课程

教学中,应注重学生品德意志的培养,通过体育活动磨砺意志,使学生在体育运动项目中增强团队协作意识。

(三) 增加拓展训练教学课时量

在体育教学活动中,拓展训练深受广大学生喜爱,其旨在培养并提高学生的实践操作能力,及队员之间团结合作的能力,还能引导学生克服困难,形成认真务实的学习态度。在体育课程教学中,与理论教学相比,拓展训练教学更为突出,因此在体育教学中,要不断更新拓展训练教学设备和项目,根据实际安全问题,淘汰落后和有安全隐患的设备。掌握教学规律,教师要引导学生思考并反思,共同融入课堂,帮助学生找到自信,获得信任,相信队友,共同进步,凸显拓展教学的专业性,提高学生的操作能力,促进实践与理论教学的融合。

(四) 有效开展分层教学

分析历年来学生健康体能测试的数据发现,学生自身身体素质、健康知识水平个体差异明显,因而在体育教学中实施分层教学尤为重要。结合学生生源类型、入学健康体检信息及健康体能测试成绩,同一专业与年级中根据不同层次分班开展体育教学活动,根据各层次学生的学情设计教学内容。对身体基础比较差的学生,要加强基础教学,奠定良好的体育运动基础,要适当放慢教学进度,增加基础教学课时,增强学生体育学习的自信心,从而保障体育教学质量。对于体育学习基础好的学生,教师要提高教学要求,合理引入探究式教学方法,引导学生掌握体育学习规律,实行“大学生体育俱乐部社团”,使他们聚集一起训练,共同分享。经

大量教学实践证明,分层教学模式具有很强的针对性,能够充分体现因材施教的教学理念,能够有效提高各层次学生对体育知识的学习能力。

(五) 构建新型教学评价机制

在高职院校的体育教学活动中,教学评估与一般高中教学评价明显不同,高职体育教学评估以学生健康与知识应用、实际问题解决能力及知识独特理解等为主,也是对学生独立训练养成的一种自我锻炼习惯。此外,在高职体育教学中,对学生的素质考核也不能局限于期末,还要考虑课堂表现、日常体育锻炼、体育协会社团表现、各体育专业队取得的成绩等,采用学生自评、小组互评及老师讲评等不同方式。通过体育知识分析与解决问题的评估方法,根据体育健康知识可以用理论考核的实际评估标准,建立试题库对教学成果作出准确评价,以此有针对性地开展教学,提高教学质量。

(六) 加大教师考核力度

加大教师考核力度是“三教”改革的重中之重。教师是学生知识的重要因素,在实际教学中,教师自身的知识结构更新慢、教学水平不高等问题也是现实存在的,学院要定期对教师组织考核,以此提升教师自身知识的更新能力,为学生更好地组织教学活动。学院可利用学生进行教师授课情况调查,根据学生反馈与评价,有效激发教师的积极性,使其不断完善并提高自我,以此为学生开展形式丰富的体育教学活动。这对体育教学质量的提高,高素质与高水平教学队伍的构建,十分有必要。

(七) 加强教学硬件设施建设

为保证教学质量,提高学生的

综合能力,学校需要从教师综合素质、学生知识结构水平、学校领导等方面进行改进,以此完善警察体育课程硬件设施,加大各方面的投入,以此为学生提供良好的体育锻炼条件,保证教学质量。当前警察类院校领导需要根据课程改革需求加强体育训练场馆建设,配置齐全的防护设备、体育器材和训练器械等,有效发挥体育设施的功能和作用,以此提高体育课程改革的效果,为学生提供优质的体育锻炼和训练条件,激发学生兴趣,提高学生参与度,降低伤亡事件的发生率。另外,学校还需要确保训练场馆和基础硬件设施的连续性,确保教学活动顺利开展,以此提高体育课程教学的质量和水平。

(八) 确保教学时间和空间维度的一致性

警察类院校体育教师和学校领导需要认识到当前体育课程教学在时间上和空间维度上的差异性。在时间上,体育课程教学内容需要与课时保持一致,确保知识和技能教学的一致性。研究发现,我国当前各个警察院校的体育课程课时少,但教学内容多,无法彰显教学内容的丰富性。对此,学校需要加强重视,根据教学内容特点科学安排课时,尽量增加课时,满足当前学生的体育课程训练需求。从空间维度出发,当前警察类院校存在人数多、空间小的问题,对此,学校需要扩大空间范围,加大体育场地和场馆的建设力度,在扩招的同时,也要扩大训练场地范围和面积,有效满足学生的训练需求。

(九) 注重安全,重视技能和体能训练

警察类院校在体育教学中需要更新理念,将安全第一理念融入教学全过程,科学分析体育训练中可

能存在的安全问题,以此培养学生的安全意识、自我防护意识。公安工作本身就是一项高风险的工作,在体育训练过程中虽然会产生各种小磕小碰,但也需要保证学生的身心健康,为学生营造一个良好的体育训练环境。在日常体育课程教学中既需要注重技能训练,又需要注重体能体质训练,通过良好的体能有效展示学生个人的技能。研究发现,当前很多学校及教师在体育课程教学中只注重对学生技能的训练,忽视了学生体能的训练,一些学校为了开展基础课程的教学,大量缩短体育训练时间。对此,学校需要加强重视,引导学生进行基本耐力、速度、柔韧度、力量的训练,有效提高学生的身体素质,适当延长课时,不断强化学生的身体素质。

综上所述,知识经济时代的到来为高职体育课程教学带来了新的机遇是,同时也带来了挑战。体育教师要在实际工作中加强总结与学习,积极改进教学方法与模式,探索适用于警察院校体育课程教学质量提高的教学体系与人才培养模式,为社会经济发展培养更多的优秀警用人才。[作者单位系湖南司法警官职业学院警体部。基金项目:2020年湖南省教育厅科学研究项目一般项目“警察协调招录机制背景下《警察体能》课程建设研究”(20C1206)的阶段性研究成果]

参考文献

- [1] 柴军. 高职体育教学改革分析[J]. 武术研究, 2020, 5(1): 136-138.
- [2] 冯波, 杜景涛. 基于“互联网+”的高职体育教学模式分析[J]. 中国多媒体与网络教学学报(中旬刊), 2019(12): 7-8, 11.