

气排球教学在高职学校的可行性分析

张 星

红河卫生职业学院

【摘要】气排球在提升学生身体素质方面有着独特的优势,也符合当代人们快乐体育、快乐健身的需求,非常适合应用到高职学校中。基于此,本文重点针对气排球教学在高职学校的可行性进行了详细的分析,以供参考。

【关键词】气排球教学;高职院校;可行性

【中图分类号】R-4

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2019) 03-045-02

传统的高职学校教学只是一味的提升学生的专业技能,忽视了学生的体能训练,从而影响了学生身体素质的提升,限制了学生的全面发展。在素质教育越来越被强调的今天,人们不仅关注学生的专业技能的提升,更加关心学生的身体健康。在这种情况下,高职学校就必须在保证专业教育质量的基础上,适当的丰富校园体育活动,提升学生的身体素质。而气排球是一项竞技性的体育运动,不仅可以有效增强学生的身体素质,还有着一定的娱乐性,可以快速激发学生对体育运动的热情与激情,缓解学生的学习压力。

一、气排球教学在高职学校的可行性分析

(一) 学生容易快速掌握

在高职学校,气排球教学具有较高的可行性,首先体现在气排球的基本规则与普通排球极为相似方面。气排球不仅包含普通排球技术中的传球技术以及扣球技术,还包含有单手传球、搓球以及吊球等特殊技术,虽然具有一定的技术含量,但是很容易被学生所掌握,难度系数不高。而且与普通的排球相比,气排球的体积更大,重量更轻,学生在学习接球以及发球技巧的时候,更容易掌握技术要领,不会因为难度太大而降低学生的学习兴趣。而且气排球运动没有严格的接球限制,可以利用身体的任何部位进行接球。即便是在气排球竞赛中,对于战术要求也不高。由此可见,相比与普通排球,气排球更具娱乐性,更加受到学生的青睐。

(二) 安全系数更高

在高职学校,气排球教学具有较高的可行性,还体现在安全系数更高方面。近几年来,竞技类排球的发展越来越职业化、越来越商业化,其学习难度也越来越高,对于学习者的要求越来越高,不仅要求学习者掌握一定的排球技术,还要求学习者具备一定的反应速度、身体灵活性以及身高。这样特殊的要求直接限制了竞技类排球的普及与推广。而高职学校的学生因为其学习难度太大,很容易失去学习兴趣。而且大多数高职学校学生的身体素质不高,在学习竞技类排球或者其他技术要求更高的运动项目方面存在一定的难度。在这种情况下,气排球的优势则非常明显,因为气排球的体积较大、球速偏慢,学习难度较低,学生很容易就可以掌握。最重要的是,气排球运动有着较高的安全系数,可以保证学生的安全。首先,气排球的运动场地有限,只有 12m*6m;其次,气排球体积较大,比较柔软,在日常学习与训练中很少出现受伤的情况。即便是被球体砸中,也不会出现严重的外伤。综合以上两点,气排球教学在高职学校中具有较高的可行性。

(三) 可以广泛推广

在高职学校,气排球教学具有较高的可行性,还体现在可以广泛推广方面。虽然与普通排球运动相比,气排球的速度与威力都非常弱小,但是它仍然有着一定的竞技特点。因为

气排球的技巧比较简单,容易被学生掌握,所以愿意学习气排球的学生数量也相对较多。而在气排球比赛中,要想获得最终胜利,也必须要不断的在实践中摸索技巧,提升拦球的成功几率,增加进攻的次数,增加团队之间的默契度。所以,与竞技类排球相比,气排球也可以表现出相应的竞技特点以及观赏特点。另外,分析气排球的锻炼效果,发现气排球运动也可以显著提升学生的反射神经、加强学生手臂关节以及腿部关节的活动,增强学生身体的协调性以及灵活性。而且气排球运动对学生的身体素质并没有太高的要求,所有的学生都可以进行气排球的学习。甚至老年人也可以学习气排球运动。所以与其他排球运动相比,气排球运动的推广范围更加广泛。

二、气排球教学在高职学校的开展对策

(一) 模块化教学法的应用

在高职学校中,可以通过模块化教学法开展气排球教学。首先,是动作技巧模块教学。掌握一定的动作技巧是气排球教学的基础。在此模块中教学,要重点以激发学生对气排球运动的学习兴趣为主,通过多样化的教学方法,讲解气排球的基本规则与动作技巧,然后再重点讲解气排球的技术原理以及运动内涵,活跃课堂教学氛围。同时在课堂教学过程中,鼓励学生进行大胆的技巧尝试,组织学生进行技巧训练,及时关注学生的训练情况,纠正学生的不规范动作。其次,是体能训练模块教学,这是气排球教学的核心。在此模块中教学,要重点丰富练习形式,通过大量的气排球游戏活动来巩固并增强学生的传球技巧以及发球技巧。最后,是技术运用模块教学,这可以有效激发出学生的竞技精神。在此模块中教学,教师要重点开展各种气排球竞赛,准备好受学生欢迎的比赛奖品,激发学生的竞技兴趣。而在比赛过程中,当学生了解了自身技巧的不足之后,教师再针对性的制定指导提升计划。

(二) 改善气排球的教学环境

在高职学校中,学校需要针对性的改善气排球的教学环境,设置气排球教学的专用场地,增设气排球教学所需的各项基础设施。及时更换陈旧、破损的气排球,保证气排球数量的充足,至少确保教学课堂中每一个学生都应当拥有一个气排球,每一个学生都可以得到气排球训练。另外,教师还要做好教学专用场地的清洁工作,避免石块等杂物影响学生的正常练习,增加安全隐患。定期开展气排球竞赛活动,激发学生对气排球运动的学习兴趣。制定清晰的气排球运动学习纪律,合理规划学生的训练时间以及休息时间,避免出现学生偷懒、逃课等现象^[2]。

(三) 加强气排球教学的宣传力度

与普通排球运动相比,气排球教学在高职学校的可行性

(下转第 47 页)

可以有有效的提高护理质量,减少首台手术等待时间以及连台手术的间隔时间,提高护理满意率。护理人员进行集中培训,提高护理人员的专业素质,日间手术的各种规定,护理流程等,定期对手术室的器械,物品进行登记检测,保证手术室的卫生,定期消毒,并注意进行手部的消毒^[4]。

根据研究发现,在首台手术等待时间上,使用精细化流程管理的患者小于对照组,比较差别较大($P<0.05$)。在连台手术的间隔时间上,使用精细化流程管理的患者小于对照组,比较差别较大($P<0.05$)。在护理记录,卫生消毒,手术环境,护理配合以及器械管理等护理质量评分上,使用精细化流程管理的患者高于使用常规管理的患者,比较差别较大($P<0.05$)。使用精细化流程管理的患者中有 1 例患者表示不满意,有 12 例患者表示满意,有 27 例患者表示非常满意。在使用常规管理的患者中有 8 例患者表示不满意,有 15 例患者表示满意,有 17 例患者表示非常满意。在护理满意率上,使用精细化流程管理的患者高于使用常规管理的患者,比较差别较大($P<0.05$)。

王颖等^[5]研究的精细化流程管理对日间手术护理工作质

量及工作效率的影响中结果与本文相似。

综上,在日间手术过程中使用精细化流程管理,能够提高护理质量,减少首台手术等待时间以及连台手术的间隔时间,提高护理满意率,值得临床使用和推广。

参考文献

- [1] 刘成凤,黄辉,陈坚,单海华,高原,张中伟,孙亦晖.基于流程再造的日间手术管理与效果评价[J].中国卫生事业管理,2017,34(08):577-581.
- [2] 王可为,谭李红,唐湘莲.精细化视角下儿童专科医院日间手术管理的探索与实践[J].临床小儿外科杂志,2017,16(06):608-611.
- [3] 张莹,辛科道,黄辉,熊威.日间手术存在的问题与发展策略研究[J].医学与哲学(B),2018,39(01):84-87.
- [4] 黄培,钱红英.精细化视角下医院一体化日间手术的实践与思考[J].中国医院管理,2017,37(02):35-36.
- [5] 王颖,黄秋仙.精细化流程管理对日间手术护理工作质量及工作效率的影响[J].医学理论与实践,2017,30(23):3603-3604.

(上接第 43 页)

的无纸化,并且把电子文件建立相关的数据库,用来存放健康档案。同时计算机技术和互联网技术的飞速发展可以建立社区居民健康档案的管理系统,让工作人员实现信息化管理和操作。同时加强对社区居民健康档案的管理人员的技术培训,培训内容包括:计算技术、社区居民健康档案的管理系统操作技术、数据库的使用等方面的培训。并且对社区居民健康档案的管理人员施行奖惩制度,把制度和工作进行“挂钩”,做得好奖励,做的不好进行惩罚如扣工资等,同时对泄露社区居民健康档案的管理信息的人员进行依法处置^[3]。

4 结语

综上所述,现阶段的社区居民健康档案的管理工作还是存

在了很多的问题,所以相关部门必须调整社区居民健康档案的管理的工作模式,并加大对它的重视程度,还要引进新兴技术和设备,此外还要对从事该专业的人员进行综合素质的提升,以便全面促进社区居民健康档案的管理的工作效率和

参考文献

- [1] 祝芳芳.基于社区健康管理的慢性病综合防控策略研究[D].安徽医科大学,2011.
- [2] 张菁华.基于 WCF 面向社区医疗服务的连续健康管理系统设计[D].中国科学院大学(工程管理与信息技术学院),2014.
- [3] 崔华欠.基于 PRECEDE-PROCEED Model 的社区健康管理模式构建[D].南方医科大学,2017.

(上接第 44 页)

健康管理老年人的规范健康管理率高于实行不做干预老年人,实行健康教育的健康管理老年人的 SCL-90 评分小于实行不做干预老年人,比较差别较大($P<0.05$)。

综上,在老年人中实行健康教育的健康管理,能够提高老年人的健康管理率以及规范健康管理率,减少 SCL-90 评分,值得临床使用和推广。

参考文献

- [1] 王琳,冯淑芝,张蕴等.健康管理在老年人 2 型糖尿病并存骨质疏松治疗中的作用[J].中华老年医学杂志,2016,

35(11):1212-1216.

- [2] 谢昀昀,谢君君,万晓光等.海南省中老年人健康管理服务调查分析及对策研究[J].重庆医学,2017,46(30):4232-4235.
- [3] 尹秋生,冬兰,侯莉等.老年糖尿病患者健康管理的效果分析[J].心血管康复医学杂志,2016,25(4):361-364.
- [4] 孙建威,许麾,许德华等.健康管理和健康教育在老年人慢性病控制中的应用[J].中国基层医药,2013,(z2):46-47.
- [5] 白琼,陈跃芳,王光丽等.社区健康管理在老年人慢性病控制中的效果分析[J].职业与健康,2016,32(7):971-974.

(上接第 45 页)

更高,不仅学生学习起来容易,在日常训练过程中还不容易出现受伤情况。所以,学校应当大力推广气排球教学的宣传推广力度,让学生充分了解气排球运动的魅力与内涵,从而吸引更多的学生积极参与到气排球教学中。

结语:

综上所述,与其他排球运动相比,气排球运动的动作技巧更加简单,更容易被学生所掌握;气排球的体积更小、重量更轻,在日常训练中安全系数更高;且气排球运动可以更加

广泛的宣传推广,所以气排球教学在高职院校的可行性很高。而在实际教学中,应当注意模块化教学法的应用、改善气排球的教学环境、加强气排球教学的宣传力度。

参考文献

- [1] 张力.高职院校开展气排球教学的可行性研究[J].青少年体育,2018(10):108-109.
- [2] 邱晓燕.气排球在滁州地区高职高专类院校推广的可行性研究[D].苏州大学,2014.