

# 高职体育教育课程思政的创新发展和实践验证

朱利兰

广东轻工职业技术大学体育工作部

DOI:10.32629/er.v9i3.6876

**[摘要]** 新时代“体育强国”与“健康中国”战略对高职体育教育提出了“立德树人”与“终身健康”的双重要求。然而，当前高职体育课程思政建设仍普遍存在“三重三轻”的结构性矛盾。这些矛盾的存在导致高职体育课程的思政功能被迫弱化，难以在高职教育阶段发挥出培养高素质人才的作用，影响了高职人才的长远发展、综合发展。为了突破以上困境，本研究依靠问题分析、实验设计、实践验证和经验总结，尝试提炼出一套可以复制、可以借鉴和参考的路径，为高职院校体育课程思政的创新发展提供一个具体的实践参考。

**[关键词]** 新时代；高等职业院校体育教育；课程思政；创新；改革方向与实践

中图分类号：G711 文献标识码：A

## Innovative Development and Practical Verification of Ideological and Political Education in Higher Vocational Physical Education

Lilan Zhu

Sports Work Department, Guangdong Industry Polytechnic University

**Abstract:** In the new era, the strategies of "Building a Powerful Sports Nation" and "Healthy China" have put forward dual requirements for physical education in higher vocational colleges, namely "fostering virtue through education" and "lifelong health". However, the current ideological and political construction of physical education courses in higher vocational colleges generally faces the structural contradiction of "emphasizing three aspects while neglecting the other three". The existence of these contradictions has forced the weakening of the ideological and political functions of physical education courses in higher vocational colleges, making it difficult to play the role of cultivating high-quality talents in the stage of higher vocational education and affecting the long-term and all-round development of higher vocational talents. To break through the above predicament, this study, relying on problem analysis, experimental design, practical verification and experience summary, attempts to refine a replicable, referential and consultative path, so as to provide a specific practical reference for the innovative development of ideological and political education in physical education courses of higher vocational colleges.

**Keywords:** New Era; Physical Education in Higher Vocational Colleges; Curriculum thought and Politics; Innovation; Directions and Practices of Reform

### 1 研究背景与研究目的

本研究旨在新时代背景下探索高等职业院校体育教育体系课程思政的改革方向与实践策略，为高职体育教育课程思政的改革与发展提供理论支持与实践参考。

近几十年来，我国一直强调“体育强国”，其目标为发展成为“体育领域的强大国家”。新时代，中国各个方面均取得长足发展，综合国力显著增强，对体育的意义有了新的延展。习近平总书记引领新时代、新形势，在保持“体育强国”原有含义的同时，更赋予其“通过体育来助推建设强大国家”的新内涵。即新时代体育，不但是提高人民健康水平的重要途径，也是满足人民群众对美好生活向往、促进人的

全面发展的重要手段，还是促进经济社会发展的重要动力以及展示国家文化软实力的重要平台。<sup>[1]</sup>在新的体育理念指引下，体育教育的课程思政应打破传统框架束缚展开深入改革。

2020年，中央党中央、国务院出台了《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》，要求“把学校体育工作摆在更加突出位置，构建德智体美劳全面培养的教育体系”，对于职业学校体育教育的课程思政，该文件明确指出“职业教育体育课程与职业技能培养相结合，培养身心健康的技术人才”。<sup>[2]</sup>《中国职业教育发展报告2024》则提出，产教融合是提高职业教育服务支撑能力，助推强国建设的根本路径。<sup>[3]</sup>结合相关系列文件要求可知：高职体育教育必须突破传统

技能训练框架，紧扣行业需求与思想品德塑造，构建促进学生职业能力的终生身心健康促进体系。与体育类创业相结合，在课程中培养创新意识，拓宽学生的视野。<sup>[4]</sup>然而，当前高职体育课程仍普遍存在“重体能测试轻职业适配”“重短期成效轻习惯养成”“重技术学习而轻课程思政”等结构性矛盾，与毕业后的岗位需求、终生身心健康匹配度不足。为突破上述困境，本研究从实证导向的行动研究入手，尝试设计和实施教学实验，通过实证验证一系列课程思政创新策略的有效性，尝试提炼出具有推广价值、可复制的典型教学案例，为其他高职兄弟院校提供一套具体的体育教育实践方案。

## 2 新时代高职体育课程思政落地途中存在的问题

### 2.1 学生主体地位缺失

新时代高职体育教育中，学生主体地位缺失问题愈发严重。传统教学模式下，教师主导教学工作，从教学大纲设定到教学内容讲授，再到组织练习、总结评价，学生处于被动接受的角色，课堂事项由教师一手包办。这导致学生难以根据自己的兴致以及需求来选择学习内容以及方法，影响他们的学习积极性以及参与度。同时由于缺乏主体地位，学生在学习过程中遇到的问题、困难得不到及时地反馈与解决。课程思政的落地离不开学生的认同、接纳和参与，学生主体地位缺失的情况下，课程思政难以取得应有的效果。

### 2.2 教学反馈与调整存在滞后

在新时代高职体育教育中，教学反馈与调整的滞后问题已成为制约体育教学质量、影响课程思政效能提升的核心因素。传统教学模式下，教师难以及时获取学生学习反馈，导致教学调整缺乏针对性、及时性。具体而言，当前高职体育教育体系中，教师依赖定期考试或测试来评估学生学习成效，无法及时学生在学习过程中所遇问题。另外即便教师能够获取到学生学习反馈，但由于缺乏有效的教学调整机制，也难以快速、精准地调整教学策略，无法满足学生身心健康发展的需求，对体育教学课程思政的作用发挥造成不可忽视的影响。

### 2.3 教学资源与方法的单一性

在新时代高职体育教育中，教学资源与方法单一性也成为制约体育课程思政落地以及学生综合素养发展的重要因素。传统教学模式依赖于既定教学大纲以及有限的教学资源，教学方法相对固定，缺乏灵活性、针对性。在传统体育课堂中，教师根据预设教学流程实行授课，运用体育器材以及活动形式相对单一，学生缺乏选择空间，只能被动接受教师安排的教学内容，导致其学习积极性大打折扣。教学方法的单一性已经影响了学生在体育课堂上的学习体验，传统教学方法着重技能传授以及模仿练习，更忽视了对学生创造力、自主性的培养。运动意识、学习能力、自主性、团结精神等课程思政的落地都需要以学生的积极参与为前提，改善教学资

源和方法上的单一，非常有必要。

## 3 实验设计

本实验的目的在于，通过对照研究实证检验以下假设：以“学生主体性提升”为核心，进行分组轮换、学生主导、即时反馈、资源拓展等一系列教学创新举措，能否有效破解掉当前高职体育课程思政的困境，能否在提升学生运动参与、规则意识、团队协作和创新精神等方面取得符合预期的成效。

### 3.1 实验教学设计

实验班：学期伊始第一堂课上对学生实施分组，实验班共有40位学生，分成10组，教学时长为16周，每组每位同学按顺序轮流担任4回组长。实验分组轮换制是为了解决学生的主体地位缺失问题。每次课前，学生依据下节课课程内容筹备教案，检查教案撰写状况，并选出优秀教案予以共享。老师在课前10分钟，由组长带头完成课堂准备环节，涵盖准备事宜、复习要点以及整理活动内容。组长在组织练习期间，教师对各组练习情形实行巡视与指导，课后学生依照老师安排的任务开展专项研讨，并完成下节课教案编写工作。课前教案筹备与课后专项研讨，一是为了解决高职体育教学反思不足、调整响应速度慢的问题；二是为了改善教学资源不足问题，以及通过师生集思广益来改善教学方法单一的问题。课程思政元素指标化的体育教学改革实施对学生体育参与价值认知显著提升，体育规则意识显著增强，<sup>[5]</sup>因此，课程中，老师主动设置课程思政的环节，无形中逐渐影响着学生们的团结友爱，相互协作，积极进取，主动配合，创新性地按时按质地完成学习任务的品德。

对照班：在对照班级里，教师运用传统授课模式，严谨地根据既定的教学大纲设定教学目标，并主导全部教学流程。学生们跟着老师步调，循序渐进地学习有关知识，全部教学流程包含准备、复习、新知识讲授跟示范以及组织学生练习等。课程结束之际，老师会对学生整体表现做总结并布置课后作业。

### 3.2 实验时间

从2024年9月15日到12月15日，总共16周，每周有1次课，每次课为90分钟，一共是32个学时。实验班的课程安排在每周二下午的第一节课，而对照班则在每周三下午的第一节课。

### 3.3 实验地点

实验地点为学院的田径场和操场。

### 3.4 实验器材

卷尺、口哨、秒表、电子体前屈测试机、球、电子握力器（EH108）、标志物、电子血压仪（KF65B）。

### 3.5 实验控制

为保证实验效果的可信度，研究者亲自负责实验的实施。

实验开始之前,对实验组跟对照组在体育学习兴致、心理稳定性、身体素质以及健美操专项技能方面实行对比测试,以确保两组之间不存在显著差异,实验采用单盲法,两组学生都不了解该教学实验具体内容。另外,两组学生教学由同一位教师承担,这样可以防止因教师教学本领不同而产生实验误差,实验班、对照班这两种班级在诸多方面维持了一致。具体而言,两班学生教学内容一样,教学进度相同,上课地点一致,器材运用与测试内容也完全相同,这样的安排是为了确保实验效果的准确性跟可靠性,但在准备活动、整理活动以及复习内容组织形式上有所区别。

#### 4 实验结果与分析

经过16周的教学实验,通过课堂观察、学生访谈、教案分析及体能/技能前后测数据对比,发现实验班在多项指标上显著优于对照班。

##### 4.1 学生主体性与参与度的量化提升

实验班学生在“课堂主动发言次数”“小组活动贡献度”及“课外自主练习时长”等观测指标上,较对照班平均提升约45%。这直接验证了“分组轮换制”与“学生主导环节”对于激发学生内在动机、扭转其被动角色的有效性。

##### 4.2 课程思政素养的质性观察结果

通过行为观察记录显示,实验班学生在面对技术难点时,主动组织小组讨论的次数比对照班学生高30%,表现出更强烈的协作探究精神;在遇到运动技能掌握情况不如预期的情况时,坚持反复尝试并最终掌握的学生人数比对照班高40%,表现出体育教育培育的坚韧不拔的意志品质。在篮球赛、体操编排等团队项目中,规则意识与创新思维得到同步发展。这表明,课程思政元素在主动的、探究式的学习情境中得以内化,而非通过外部说教。

##### 4.3 教学反馈的及时性与精准性改善

实验班的“教案-研讨-教师巡视”多级反馈机制,使教师能提前一周通过学生教案预判学习难点,并在课堂上进行针对性指导。与对照班依赖期末总结相比,实验班的教学调整周期从“以月为单位”缩短至“以周为单位”,实现了“数据驱动的动态教学”,有效解决了传统模式下反馈滞后的问题。

#### 5 典型案例开发与可复制的实践策略

从为期16周的实验中,总结提炼成功的教学案例和干预措施,整理成三阶推进的实施路径,供同类高职院校借鉴参考。

5.1 案例一:分组轮换制——田径教学中“我的课堂我做主”

针对传统高职体育教学模式中学生主动性不足问题,实施分组轮换制成为一种有效的创新策略。实验班经过学期初对学生实行分组,并让每组轮流担任组长,负责课前准备、

课堂组织以及课后研讨等环节,显著强化学生的主动性和责任感。

【案例主题】短跑的起跑技术

【思政目标】培养责任感、领导力、团队协作与客观评价的能力

【教学流程】①分组与授权:学生小组内,划分出技术组长、活动准备组长、安全监督员、记录员的职位,由组内学生轮流担任;②任务驱动:技术组长负责组织讨论短跑中起跑技术的学习要点,活动准备组长负责设计学习前的热身运动以及辅助短跑起跑技术教学的穿插活动,安全监督员负责在活动前检查场地安全,在活动中起跑动作是否规范,记录员在拍摄点布置好手机或相机用于记录组员的起跑动作,并根据拍摄下的画面记录优缺点;③轮换与共享:每堂课轮换组内角色,最后十分钟分享本轮实验中遇到的最大挑战,总结最佳实践经验。

【案例价值】分组轮换制将传统高职体育的“教师示范-学生模仿”模式,转化为学生“自主探究-协作-反思”的深度学习模式。学生不再是被动接受知识、技能客体,而是一跃成为教学活动主体。不仅能够强化学生的主动性,还能够增加他们的综合素质、解决问题的能力、创新的能力,为新时代高职体育教育注入新的活力。

5.2 案例二:学生主导设计——篮球教学中“一场趣味球赛”

【案例主题】篮球战术意识与团队精神培养

【思政目标】激发创新精神、规则意识、项目管理能力与公平竞赛精神

【教学流程】①项目发布:教师提出“设计一场本班内部的趣味篮球赛”的总任务。②自主构建:学生自由组队,自主完成商定并撰写比赛规则,自主设计赛事流程与积分办法,自主进行教练、队员、裁判、宣传员、后勤保障等角色分工。③实践与反思:学生自行组织并完成整个赛事。赛后各队提交总结报告,分析战术得失、团队协作情况以及规则设计的合理性。

【案例价值】此案例将体育课堂延伸为一个微型的项目管理模拟,让学生在真实的情境中综合运用所学技能,并深刻体会到规则、协作、创新与责任的涵义。

##### 5.3 “试点-推广-评估”三阶推进路径

①试点阶段:选取篮球、健美操等专项体育课中的1-2课进行小范围实验,聚焦分组轮换制、课前筹备课后研讨等1-2个核心策略进行实践,初步积累经验,提炼成功案例;②推广阶段:在体育教学部内分享试点成果,组织教师共同学习和思路碰撞,尝试进一步优化这种“学生主导型”的教学方法,尝试逐步将成熟案例推广至更多体育课程当中;③

评估阶段：建立多维度课程评价体系，并成功将创新的体育教育模式提炼成教学管理方案，推动高职体育课程思政创新的持续发展。

## 6 结语

综上，本实验经过设立实验班跟对照班，对新时代高职体育教育课程思政创新发展策略实行实证研究。教学实验证实，这种以学生为主体、以动态反馈驱动教学方法优化、以丰富体育教育资源配置为思路的教学模式，能够一定程度上破解高职体育课程思政的困境。在教学实验基础上总结的三阶推进路径，从试点到推广再到评估，意在为高职体育课程思政的创新总结一条具有借鉴价值的路，这条路也可以迁移应用到其他课程的思政发展上去。

## [参考文献]

[1]朱利兰.从习近平关于体育强国重要论述探新时代的体育功能的延伸[J].南京体育学院学报,2021(6):20-24.

[2]关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见和关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见,中华人民共和国中央人民政府网, [https://www.gov.cn/zhengce/202203/content\\_3635464.htm](https://www.gov.cn/zhengce/202203/content_3635464.htm).

[3]2024年中国职业教育科技发展报告,中国教育在线网站, [https://news.eol.cn/yaowen/202502/t20250211\\_2654194.shtml](https://news.eol.cn/yaowen/202502/t20250211_2654194.shtml),2025年2月11日.

[4]朱利兰.“创新创业”视阈下高职体育教育改革创新研究[J].教育,2023(7):29-32.

[5]程传银.发展学生体育学科核心素养的教学论解读[J].沈阳体育学院学报,2019,38(03):1-7.

[6]朱利兰.课程思政元素指标化的体育教学改革[J].南京体育学院学报,2023(11):59-63.

## 基金项目：

广东省高等职业院校教育与体育类专业教学指导委员会2023年度教育教学改革项目“课程整合在高职院校体育教学中‘跨学科学习’的创新与实践”(2023K007);广东省职业学校实习工作指导委员会2022年教育教学改革项目“体育核心素养视域下高校体育教师课程思政的教学创新困境及路径选择——创新发展和实践验证”。

## 作者简介：

朱利兰(1981-),女,汉族,江苏盐城人,硕士研究生,讲师,研究方向:体育教育。