

# 中职院校“体育与健康”课程思政元素融入教学的实践对策分析

李敏，张道平

湖北信息工程学校，湖北 荆门 448124

DOI: 10.61369/SDME.2025180012

**摘要：**在职业教育改革深入开展的时代背景下，教师应提升对体育学科课程思政育人的认识和教学能力。“体育与健康”是中职教育中重要的基础公共课程，其中蕴含着丰富的思政元素，需要教师深入挖掘，优化教学体系，以实现提升中职体育课程思政育人效果的目的。本文将浅析中职院校“体育与健康”课程思政的必要性与教学现状，并探讨中职院校“体育与健康”课程思政元素融入教学的实践对策。

**关键词：**中职院校；体育与健康；课程思政；实践对策

## Analysis of Practical Countermeasures for Integrating Ideological and Political Elements into "Physical Education and Health" Courses in Secondary Vocational Schools

Li Min, Zhang Daoping

Hubei Information Engineering School, Jingmen, Hubei 448124

**Abstract :** Against the background of in-depth vocational education reform, teachers should improve their understanding of ideological and political education through physical education courses and enhance their teaching ability. "Physical Education and Health" is an important basic public course in secondary vocational education, which contains rich ideological and political elements. Teachers need to dig deep into these elements and optimize the teaching system to achieve the goal of improving the effect of ideological and political education in secondary vocational physical education courses. This paper will briefly analyze the necessity and current teaching situation of integrating ideological and political education into "Physical Education and Health" courses in secondary vocational schools, and discuss the practical countermeasures for integrating ideological and political elements into the teaching of these courses.

**Keywords :** secondary vocational schools; physical education and health; curriculum ideological and political education; practical countermeasures

中职教育以培养高素质技术人才为目标。新时代，中职院校不仅要注重学生“技术”的发展，还要注重学生“品德”的成长。因此，教师在“体育与健康”课程教学时，要利用好课程特有的体育运动方式将思政教育渗透到教学实践中去，实现“健身”与“育心”的协同发展。

## 一、中职院校“体育与健康”课程思政的必要性

### (一) 促进学生综合素质发展

中职院校“体育与健康”课程思政教学不仅有助于提升学生的身体素质、运动能力，还能培养学生的团队合作能力、规则意识和集体荣誉感。在体育运动和赛事中，想要取得优异成绩，除了要求个人的体育运动技能外，还需要学会与团队成员合作<sup>[1]</sup>。比如篮球、足球等团队体育项目中与队友的配合，以及乒乓球等单人体育项目中与教练的配合。因此，教师应提高对加强“体育与

健康”课程思政的重视程度，在教学中培养学生的沟通和交流能力，使其在体育项目中取得更加优异的成绩。这种综合素养的培养，也对学生未来的生活和工作十分有益。

### (二) 推动中职体育教育革新

当前，许多中职体育教师的教学理念仍旧只强调传授学生体育技能，通过训练提高学生的体育成绩，忽视了他们在体育学习中的体验和个人成长。这种教育观念和方式严重地阻碍了教师与学生对中职“体育与健康”课程的认识。而通过在中职“体育与健康”课程中融入思政教育，对教学内容进行优化和完善，进一

步突出学生作为教学主体的地位，激发学生体育学习的主观能动性<sup>[2]</sup>。同时，思政教育的融入，也能够使中职“体育与健康”课程教学内容更加多样化，从而在提升学生身体素质的同时，强化学生的体育核心素养培养，使中职“体育与健康”课程教学质量和服务学习效果实现同步提升。

## 二、中职院校“体育与健康”课程思政教学现状

### (一) 教学理念相对滞后

部分中职院校“体育与健康”课程的教学目标仍停留在“增强体质、掌握技能”的层面，并未认识到课程思政教育的重要性，存在课程教学注重体能训练，忽略思政教育的现象<sup>[3]</sup>。一方面，一些中职体育教师过于专注于运动技能教学，课程思政只是穿插一些理论讲解，使得学生认为课程思政是“在体育课讲大道理”，师生没有真正认识到体育课程中的团队精神、规则意识等思政元素。例如，在课堂篮球比赛时，师生都只关注胜负结果和战术执行，对于团队配合中的包容理解、丢分时的抗挫折心态等体育核心素养并不关注。另一方面，中职院校也缺乏对“体育与健康”课程思政的系统性规划，导致课程思政成为课堂上偶尔提及的“口号”，而不是常态化育人机制。这种理念上的滞后，使得体育教学与思政教育“两张皮”。

### (二) 教学内容较为单一

目前，中职院校“体育与健康”课程思政教学中思政教学内容与思政课教学内容同质化问题突出，这不仅容易使学生因重复学习而失去学习兴趣，还难以引发中职学生的情感共鸣和职业认同。在实际教学中，一是思政元素与体育教学的结合牵强，教师多采用“运动技术+标签式思政”的模式，比如在跑步训练中，让学生践行奥运冠军的拼搏精神，而不是结合学生的职业发展，通过讲解“耐力与重复作业专注力”的联系，让学生在潜移默化中接受思政教育<sup>[4]</sup>。二是忽视中职学生的认知特点，中职学生更喜欢“具象化、实践性”的学习方式，但现有思政内容多为理论概念，缺乏贴近学生生活和职业场景的案例。这需要教师将规则意识与职业安全相结合，避免课程思政与职业教育脱节。

### (三) 教学评价仍需完善

现行中职院校“体育与健康”课程教学评价机制往往无法有效评估课程思政的实施效果，导致思政育人质量难以提升。首先，评价指标方面，许多中职体育教师仍以体能测试成绩为评价标准，缺乏对学生团队协作的表现、规则意识的遵守情况，以及抗挫折能力等思政素养的考核。例如，学期末体育成绩仅由50米跑、立定跳远等体育项目成绩构成，缺乏对学生在比赛中是否“尊重对手”“遵守规则”等素养的评价<sup>[5]</sup>。其次，评价方式多为教师主观打分，缺少科学的量化标准。即使部分教师尝试纳入思政评价，也多以“是否积极参加集体活动”“课堂出勤率”等表面数据，无法深入评估学生的思政素养与价值观念变化。最后，评价反馈机制也并不完善，评价结果仅用于成绩判定，未与教学改进结合，教师无法知晓课程思政的教学效果、哪种教学方式更加有效。

## 三、中职院校“体育与健康”课程思政元素融入教学的实践对策

### (一) 更新中职院校“体育与健康”课程思政教学理念

教师是否拥有先进的教学理念是影响中职院校“体育与健康”课程思政元素融入质量的关键因素。因此，中职体育教师在开展课程思政教学时，应以“体能训练+技能掌握+价值塑造”三位一体的教学理念为指导，认识到体育教学不仅是增强学生身体素质的手段，更是培养学生职业素养的载体。首先，教师要摒弃“只教学生体育技能”的传统认知，认识到每一项体育项目都蕴含着丰富的思政育人价值<sup>[6]</sup>。例如，跑步训练不仅能够提升学生的耐力，更可延伸至引导学生形成在岗位中持续专注的工作状态；队列训练也不只是培养整齐度，更是渗透纪律意识与流程规范的有效途径。这需要教师在备课时深入思考以下问题：“这项运动能锻炼学生哪些方面？”“能培养学生什么技能？”“是否能将其与职业素养与价值观念培养相结合？”。其次，教师要打破体育学科壁垒，将体育教学与学生专业与未来职业场景相关联。例如，在教授机械专业时，教师通过与专业教师沟通，了解“零件加工对专注力、手部稳定性的要求”，然后在乒乓球训练中强调“精准控球与零件尺寸把控的共通性”<sup>[7]</sup>；面对学前教育专业，教师可结合“儿童活动组织需求”，在体育游戏设计中融入“耐心引导、安全保护”等安全意识教育。通过“体育教学+专业内容+思政渗透”的跨学科教学理念，让课程思政元素与“体育与健康”课程深度融合。

### (二) 优化中职院校“体育与健康”课程思政教学内容

想要提升中职院校“体育与健康”课程思政教学效果，教师应结合实际学情，挖掘中职体育教学中的思政元素。在体育教学过程中，教师应重视思政教育对学生身心健康发展的重要作用，引导学生形成正确的价值观、人生观和世界观，将思政教育融入体育教学活动中。比如，在进行球类运动教学时，教师引入一些优秀运动员的事例来激励学生。通过讲述姚明等篮球运动员的成功事迹，使学生体会到榜样的作用。结合运动员在赛场上顽强拼搏、勇于挑战自我，为国家荣誉而战的事例感染学生，从而有效培养学生的爱国情怀和集体荣誉感<sup>[8]</sup>。与此同时，中职院校“体育与健康”课程思政教学要转变以往的教学模式，在教学中运用信息技术工具，打造高效体育教学课堂。以此激发学生的体育学习热情和思政学习积极性。例如，教师可以将体育课堂从户外转移到室内，借助信息化教学设备，以视频、VR等形式，为学生呈现专业体育赛事、体育技能分解动作等教学内容，让学生观看教学视频、沉浸式体验运动场景，在更好地掌握体育技能的同时，自然而然地接受思政教育。比如，教师可以为学生播放中国女排参加奥运会的赛事视频，让学生通过慢动作回放，一边观察女排运动员的排球技巧，一边感受顽强战斗、勇敢拼搏的女排精神。

### (三) 完善中职院校“体育与健康”课程思政教学评价

首先，教师围绕“职业素养、价值观念、行为表现”等学生核心素养层面设置评价维度，并保证每个指标对应具体可观测、量化的学生学习行为。比如，对于机械专业学生，教师聚焦规范

操作意识，设置职业素养评价标准。通过信息化工具，收集分析学生在接力赛中是否关注上一棒与下一棒的衔接效率。同时，教师为学生设计“职业行为对照表”，将运动素养与学生的职业素养相联系。其次，评价内容中需涵盖价值观念方面<sup>[9]</sup>。在教学中通过观察学生在比赛中发现对手违规是否主动指出、队友失误时是指责还是鼓励等特殊状况中的表现，记录学生的真实反应。评价模式也十分重要，要打破教师单一评价模式，引入多主体参与、多种形式记录，提升评价结果的全面性与客观性。比如，教师使用“课堂行为观察量表”，实时记录学生在团队协作、规则遵守等方面的表现，每节课教师记录不少于3个典型行为作为案例。推荐学生使用运动APP或线上教学平台，让学生每日上传运动打卡，在讨论区分享自己发现的体育训练与职业素养的关联，并作为加分项纳入学生期末成绩。

#### （四）提升体育教师思政素养与课程思政教学能力

教师在中职院校“体育与健康”课程思政教学中至关重要，是实现课程思政育人的关键。因此，提升教师的思政素养与课程思政教学能力是中职“体育与健康”课程思政建设不可或缺的前提。教师需要在日常教学中巧妙地将思政元素融入体育教学，引导学生形成正确的价值观念。教师在教学实践中，要根据实际学情和学生的身心特点，采取个性化、针对性的课程思政教学方法<sup>[10]</sup>。例如，教师利用基于大数据技术的智能运动软件，收集统

计学生的运动数据和身体数据。通过相应算法分析功能，让学生直观地感受到自己的运动技能和身体素质的提升。让学生明白体育成绩不只是依靠大量训练和比赛就可以提高的，还需要借助数字化工具进行辅助。同时，教师也要注意言传身教，在教学中让学生通过学习和模仿教师的体育锻炼习惯，实现个人思政素养的成长。教师在课余时间通过阅读思政相关理论著作、上网观看优秀教学视频，了解课程思政的新发展，提升自己的思政素养，为今后的课程思政教育教学奠定基础。此外，课程思政教学也应纳入教师评价体系，并建立相应的激励机制，以激发教师对课程思政的学习与实践。比如，通过学生体能测试、期末体育成绩等方面结果，对体育教师进行相应的荣誉激励，让教师更加主动地践行课程思政教育。

### 四、结语

综上所述，中职院校“体育与健康”课程思政元素融入教学本质上是“体育育体”与“思政育魂”的有机融合。让学生通过体育教育，既强健体魄，又为职业发展打下良好的思政素养基础，进而为社会输送更多“有理想、有本领、有担当”的优秀专业技术人才。

### 参考文献

- [1] 宋丽君.“立德树人”背景下中职体育与思政教育的融合对策[J].体育风尚,2024,(11):123-125.
- [2] 戴元兴.课程思政视域下中职体育教学改革策略探究[J].成才之路,2024,(31):81-84.
- [3] 张迪天,林永棠.“立德树人”视域下中职体育课程思政建设的价值意蕴、实然困境与纾解路径[J].体育科技文献通报,2024,32(10):223-225.
- [4] 杨姝燕.课程思政视角下中职体育与健康课程设计与实施策略研究[J].新教育,2024,(26):104-106.
- [5] 王罡.课程思政背景下中职体育课程教学改革路径研究[J].教师,2024,(16):96-98.
- [6] 何渝.基于课程思政视阈的中职体育课程教学改革思考[J].体育风尚,2024,(04):136-138.
- [7] 曹司雨,李婷.中职体育课程思政建设的策略与实施路径[J].教育科学论坛,2023,(36):48-51.
- [8] 黄莉莎.课程思政视域下中职体育课程与思政教育协同育人路径探究[J].冰雪体育创新研究,2023,(24):40-42.
- [9] 李菊.课程思政融入中职体育教学的必要性及对策[J].青少年体育,2023,(11):35-36.
- [10] 林国钦,林晨华,苏晗.中职体育与健康课程思政的实践策略[J].亚太教育,2023,(15):65-67.