

高职院校体育教学与劳动教育融合模式构建及实施策略研究

胡炼

武昌职业学院，湖北 武汉 430070

DOI: 10.61369/VDE.2025140002

摘要：现代职业教育体系改革对课程协同育人有了新的实践要求。体育和劳动教育的相互融合，已从传统学科界限的突破上升到育人机制创新层面。如今产业不断升级，对劳动者的身体素质与劳动素养有了复合型需求，这种需求越来越明显。在这样的形势下，探索体育与劳动教育这两门课程的协同育人路径显得十分迫切。本文主要分析高职院校体育与劳动融合的问题，并提出高职院校体育教学与劳动教育融合策略。

关键词：高职；体育教学；劳动教育；融合策略

Research on the Construction and Implementation Strategy of the Integration Mode of Physical Education and Labor Education in Higher Vocational Colleges

Hu Lian

Wuchang Vocational College, Wuhan, Hubei 430070

Abstract : The reform of modern vocational education system has new practical requirements for curriculum collaborative education. The mutual integration of physical education and labor education has risen from the breakthrough of traditional discipline boundaries to the innovation of educational mechanism. Nowadays, with the continuous upgrading of the industry, there is a compound demand for the physical quality and labor literacy of workers, which is becoming more and more obvious. In this situation, it is very urgent to explore the collaborative education path of physical education and labor education. This paper mainly analyzes the integration of physical education and labor in higher vocational colleges, and puts forward the integration strategy of physical education and labor education in higher vocational colleges.

Keywords : higher vocational education; physical education teaching; labor education; fusion strategy

产业升级使得对劳动者综合素质的要求不断提升，传统技能教育模式的弊端日益凸显。在职业院校的素质教育中，体育课程和劳动教育都很关键，但在实际开展过程中二者存在明显的脱节情况。学校有必要构建一套具备实践指导意义的融合教育架构，探寻身体素养与劳动素养协同培育的途径，为完善产教融合环境下的职业人才培养体系，提供理论支撑与实践参考。

一、高职院校体育与劳动融合的问题分析

(一) 教育目标分离，理念难以协同

体育课程长期把体能提升和技能掌握作为教学主要内容，着重培养学生在运动项目中的身体素质与竞技能力。劳动教育则以实践操作过程及价值观塑造为核心，注重培育学生的动手能力和劳动精神。在教学目标设定上，体育和劳动教育有本质区别。体育关注的是学生生理机能与运动水平的提高，劳动教育侧重于生产实践以及思想品德的内化。这种目标差异导致体育与劳动教育课程融合时缺乏统一的价值导向，二者的价值取向和教学逻辑难以有效衔接^[1]。

(二) 课程体系分立，内容缺乏关联

人在日常生活劳动中需要应用一些基本活动能力，如走、跑、跳、投掷、钻爬、攀登、平衡、悬垂、支撑、负重、搬运等，这些能力都与人们的日常生活劳动息息相关，因而被视为人类赖以生存的基础。在传统教学体系中，体育课和劳动课作为两类不同课程，目标定位和实施路径有本质区别。体育课重点在于提升学生身体素质，帮助学生掌握运动技能，劳动课则主要聚焦于实践操作，培养学生的劳动素养。然而，这样的课程设置导致两者育人功能相互割裂，使得课程资源整合缺少必要的逻辑支撑。在实际教学场景中，体能训练项目和生产性劳动任务一直处于分科设课的平行状态。这不仅没能在体力支出和技能运用之间

建立起内在联系，而且体育课程评价范畴也没有涵盖劳动过程中需要的耐力、协调性等体质要素^[2]。

（三）实践场景割裂，形式流于表面

高职院校应以就业岗位的实际需求为导向，结合高职体育课程教学改革实践，针对不同职业岗位群的劳动特点，提取其中的劳动元素，通过梳理、加工、改造、提炼，形成特色体育项目，以丰富高职体育教学。当前，高职院校体育与劳动教育融合发展存在实践脱节问题，在课程设计上缺乏跨领域协同思维。体育教学一直采用以竞技项目为主的传统模式，重点在于强化体能、提升运动技能；劳动实践则还是卫生清洁、作物栽培这类基础劳作形式，二者在育人目标上没能有效衔接。此外，从课程实施角度看，体育和劳动这两门课程各自独立组织实施。教学过程中，体能训练与生产劳动没有有机对接，也没有系统设计能促进运动技能和劳动技术相互转化的教学策略^[3]。

二、高职院校体育教学与劳动教育融合策略

（一）构建融合教育框架，明确协同目标

高职院校是培养技术技能人才的关键场所，肩负着推动学生全面发展的育人重任。近些年来，随着职业教育改革持续深入，如何把体育教学和劳动教育有效融合成了创新人才培养模式的重要研究课题。这种融合不只是教学目标要相互衔接，更要在课程实施方面探寻可行的操作方法。

高校建筑专业需开展特色课程，把体育训练和专业劳动技能培养融合起来。课程设计团队发现，建筑施工里的脚手架搭建要求学生有充足体能去搬运重物，而且特别强调多人协作时的安全操作规范。这和体育活动中增强肌群力量、培养团队意识的育人目标，本质上是一致的。教师授课时可以把攀岩训练与高空作业模拟结合起来，在做好安全防护的基础上组织学生以班组形式完成器材组装、材料运输以及结构搭建等复合任务^[4]。具体实施过程中，每个小组要合理安排身高臂长、力量较强的成员参与不同环节，参考篮球运动传接配合的方法，实现建材的精准递送。要是个别学生体力不支，团队会自动调整分工方案。这样既考验了集体协作意识，也提高了劳动现场的应变能力。

在这次教学实践中，体能训练有了新变化。它不再只是机械地重复标准动作，而是成了支撑劳动技能发展的基础。比如，学生搬运建材时会自动调整步伐频率，运用在体育课上学到的腰部发力技巧来防止运动损伤。而劳动过程中的安全规范教育，以模拟高空平衡训练的方式变得具体可感。学生在脚手架上做每个支撑动作，都得兼顾身体协调和作业规范。从实践反馈来看，参与这一课程的学生在职业体能测试中抗疲劳能力更强。而且在团队协作评优方面，相比传统教学组有明显进步^[5]。

（二）开发“体劳一体化”课程，创新教学模式

体质水平与劳动体能的提高需要长期的体育锻炼，劳动品质的培养也需要具体的实践载体。在职业教育育人理念下，“体劳一体化”课程开发要打破传统课堂的局限，把劳动实践变成运动载体。这种教学模式以任务驱动作为核心，借助场景化设计推动

学生体能素质和劳动能力一同提高，为职业人才培养开辟创新之路^[6]。

教师可设计“团队劳动挑战赛”这一实践项目，课程开始前把全班随机分组，每组要在规定时间内完成多个复合型任务。在第一个任务环节，要求各小组协作搬运30个标准沙袋，将沙袋在田径场对角区域垒成规定形状。搬运时设定安全规范，学生要交替采用抓举、肩扛等不同方式运输，这样既能锻炼上肢和腰腹力量，又能模拟仓库物资分类存储的劳动场景。接着进入协作传递比赛，各小组把哑铃与跳箱当作运输物品，通过接力传递的方式构建临时器械存放区^[7]。在这个过程中，小组成员需要合理安排站位，迅速调整动作幅度，将力量训练与空间规划能力有效结合起来。最后，学生需用拔河绳索搭建“物资运输通道”，各小组在保持绳索张力的情况下沿着划定路线移动悬挂在绳索上的标记物，这一环节主要培养学生操作节奏的控制能力以及团队协调能力。

整个教学活动时长90分钟，运动负荷设定在中等强度。各小组完成主体任务后，要自行清点器材并分类存放好，把整理收纳当作劳动的延续。课后反思时，每个小组都要总结任务执行过程中的体力分配策略，以及提升劳动效率的方法，形成书面报告后进行交流。教师留意到，学生在讨论中大多对力量运用有了新认识，能结合实际操作来分析怎样调整动作以节省体力，这是劳动智慧和运动技能融合发展的直观展现^[8]。

（三）建立多元评价体系，强化文化渗透

高职教育兼具高等性与职业性双重属性，是我国教育体系中的重要组成部分，在服务区域经济社会发展、服务国家战略与民生方面做出了重大的贡献。构建系统的评价机制能够直观反映课程整合的实际效果，特别是在体育教学评估中引入劳动教育评价要素，可为实现体能强化与品德培育的协同发展提供有效监测工具。

学校体育课程实施中可构建劳动教育实践平台，将运动场地改造为综合训练场所。典型教学设计“团队负重运输”活动，要求各小组在限定时间内完成多规格沙袋的转移任务，同步使用智能监测设备采集学生生理指标。劳动教育效果采用多维评价体系：定量计算单位时间物资运输总量反映作业效率，观察团队分工协调性判断组织能力，分析运动心率与基础代谢数据差值检验身体适应度。这种教学创新将劳动素养培养融入体育运动，实现动作技能掌握与团队协作意识的双重提升，构建具有实践价值的体劳结合课程范式^[9]。

项目实践环节，教师可要求学生结合自身体能特点进行任务分工。体能优势者承担高强度作业区域的工作，其余成员专注于物资分类管理及路线优化设计。智能监测设备实时采集参与者心率信息，既可量化个体劳动负荷达标情况，也为教学团队改进训练方案提供客观依据。阶段性跟踪评估显示，多数学生在提升肌肉耐力与心肺功能的基础上，更显著发展了任务规划与团队协作能力^[10]。本课程模式改革成效显著，有效促使学生理解劳动技能与身体机能间存在协同发展机制。

三、结束语

总而言之，劳动教育是国民教育体系的重要内容，学校和社会对高职学生的劳动品质、劳动体能等愈加重视，劳动教育和高职体育的融合推进具有新时代的特征。建立基于职业场景的动作

技能训练体系，开发寓劳于体的教学评价指标能有效激活两类教育要素的协同效应。教师可构建融合教育框架、开发“体劳一体化”课程、建立多元评价体系，让融合教育的育人效果切实转化为学生的职业竞争优势。

参考文献

- [1] 丁宝帅,孙成刚,李坤.“五育融合”视域下高职体育综合育人的理论内涵、现实困境与行动路向[J].辽宁师专学报(自然科学版),2025,27(01):80-84.
- [2] 卢彦超,刘德成.基于体美劳教学理念的高职体育课程育人路径探究[J].大学,2024,(26):148-151.
- [3] 陈向敏.“五育并举”背景下高职体育教学中学生体育能力的培养策略[J].江西电力职业技术学院学报,2023,36(06):42-44.
- [4] 吴伟.双创经济背景下高职院校就业创业法律类课程改革思路[J].现代商贸工业,2022,43(17):213-214.
- [5] 张伟雄.基于职业体能教学观的高职体育课程创新探索[J].广西教育,2022,(03):165-168.
- [6] 李晓帆,郝建军.基于体美劳协同发展的高职体育课程育人路径探究[J].江西电力职业技术学院学报,2021,34(07):127-128+130.
- [7] 顾向.劳动教育视角下高职体育教学策略研究[J].体育视野,2021,(10):22-24.
- [8] 耿宇宣.双因素理论视角下高职体育教师激励机制研究[D].山东师范大学,2020.
- [9] 孟辉辉.高职体育教学改革对学生体能提升的作用[J].文体用品与科技,2019,(22):149-150.
- [10] 陈璐.高职体育教学在学生综合素质培养中的作用和对策研究[J].扬州教育学院学报,2019,37(02):88-90.