

# 职业本科体育教学中工匠精神培育的实践策略

马强, 葛建飞

黑龙江农业工程职业学院, 黑龙江 哈尔滨 150088

DOI:10.61369/EDTR.2025060025

**摘要 :** 职业本科教育主要是以培养高素质技术技能人才作为目标, 而工匠精神是技术技能人才的核心素养, 包含精益求精、专注坚守及责任担当等内容。针对体育教学来讲, 其作为职业本科教育的关键组成部分, 不仅承担提升学生身体素质的任务, 更具备培育工匠精神的优势。基于此, 本文结合职业本科体育教学特点, 从多个维度探索工匠精神培育的对策, 希望可以为职业本科院校通过体育教学强化学生工匠精神提供参考。

**关键词 :** 职业本科; 体育教学; 工匠精神; 实践策略

## Practical Strategies for Cultivating Craftsmanship Spirit in Vocational Undergraduate Physical Education Teaching

Ma Qiang, Ge Jianfei

Heilongjiang Agricultural Engineering Vocational College, Harbin, Heilongjiang 150088

**Abstract :** Vocational undergraduate education mainly aims to cultivate high-quality technical and skilled talents, and the spirit of craftsmanship is the core literacy of technical and skilled talents, including excellence, dedication, and responsibility. For physical education teaching, as a key component of vocational undergraduate education, it not only undertakes the task of improving students' physical fitness, but also has the advantage of cultivating the spirit of craftsmanship. Based on this, this article combines the characteristics of vocational undergraduate physical education teaching to explore strategies for cultivating the spirit of craftsmanship from multiple dimensions, hoping to provide reference for vocational undergraduate colleges to strengthen students' craftsmanship spirit through physical education teaching.

**Keywords :** vocational undergraduate program; physical education teaching; craftsmanship spirit; practical strategies

在我国职业教育体系不断完善的情况下, 职业本科教育已经成为衔接高等教育与产业需求的重要环节。其核心任务则是培养既具备扎实专业技术, 又拥有职业素养的复合型人才。工匠精神可以说是职业素养的重点, 同时也是推动产业升级、提升产品质量的支撑, 体育教学作为职业本科教育的公共基础课程, 具有实践性强、团队协作要求高等特点, 与工匠精神中“精益求精态度、专注执着品质、团队协作意识”高度契合。但需要注意的是, 当前, 部分职业本科给予教学存在重体能训练、轻素质培育的倾向, 未能充分挖掘体育教学中工匠精神的培育价值。从这一层面分析, 探索职业本科体育教学中工匠精神培育实践路径十分关键。

### 一、职业本科体育教学与工匠精神培育的内在关联

#### (一) 体育教学实践性与工匠精神的“精益求精”相契合

职业本科体育教学主要是以“实用技能培养”作为导向, 其教学内容包含诸多基础运动项目, 同时也深度融合了各专业职业体能需求。如为机械专业学生设计的负重搬运、器械操控力量训练, 这类教学内容均需要依托大量重复性实践, 要求学生在训练中严格规范发力方式, 通过持续练习确保操作效率, 这种方式可以满足工匠精神培育, 让学生在具象化体育实践中直观体会“打磨细节、提升品质”要义。

#### (二) 体育教育挑战性与工匠精神的“专注坚守”相呼应

体育训练从本质上是对身体极限与心理韧性的双重挑战, 在基础体能训练中, 长跑项目的“极限体能期”常伴随呼吸急促、肌肉酸痛等生理反应, 学生需要克服停下休息的惰性, 更专注调整呼吸节奏、保持步伐稳定的目标, 通过持续坚持打破体能瓶颈。针对竞技类项目来讲, 如篮球、排球等团队比赛, 极容易面临比分落后、队友失误等突发状况, 这时需要学生快速调整心态, 专注于分析战术漏洞、配合队友反击的核心任务, 即在动态变化中坚守目标且打破困境。

体育教学的规则性与工匠精神的“责任担当”相统一

对于竞技体育项目来讲，公平竞争的重要性十分明显，这一原则也是不可逾越的底线，从不使用违规装备到不故意犯规，再到尊重裁判判罚、尊重对手，每一项规则都要求学生敬畏规则，并且承担后果。这种体育教学逻辑与工匠精神中的要求高度统一，学生在体育训练中养成的规则意识，能够转化为未来职业岗位中的责任认知<sup>[1]</sup>

## 二、职业本科体育教学中工匠精神培育的实践策略

### （一）重构教学目标 融入工匠精神核心要素

传统职业本科体育教学通常都是以体能达标和技能掌握为导向，这样难以满足工匠精神培育需求。所以，就需要打破这一局限，构建立体化教学目标体系，将工匠精神中的核心要素拆解并融入各维度目标，全面实现“体育训练”与“精神培育”的目标统一。<sup>[2]</sup>

#### 1. 体能目标

在提升学生心肺功能、力量、耐力等基础体能的同时，需要突出职业适配性，使体能训练精准对接未来岗位需求。例如，对于智能制造专业学生来讲，其未来如果要从事精密仪器操作或机械组装等工作，建议增设精准控制类体能训练，如平衡木行走（要求在10cm宽平衡木上行走30m且身体无明显晃动）、指尖精准投球（将小球投入直径5cm的容器）等。这类训练可强化学生手部稳定性和身体协调性。

#### 2. 技能目标

针对职业本科开展体育教学来讲，教师应摒弃“会做即可”的低标准，以精益求精为核心，设定精细化技能目标。如乒乓球教学不仅需要学生掌握正手攻球、反手推挡等基础动作，还要设定正手攻球命中率 $\geq 90\%$ （连续击打20次，失误不超过2次）、发球旋转强度达标（通过仪器检测发球旋转速度 $\geq 150$ 转/分钟）、接发球落点误差 $\leq 10$ 厘米（将对方发球回接到指定区域）等细分目标。在田径跳远教学中，除了要求学生完成助跑、起跳、落地动作，还需设定“助跑步频误差 $\leq 0.5$ 步/秒”“起跳角度控制在 $20^{\circ} - 25^{\circ}$ ”等精准化指标。通过这类可衡量的高标准，可以引导学生在训练中反复打磨动作细节，养成追求极致、不满足于“合格”的训练态度<sup>[3]</sup>。

### （二）优化教学内容 对接职业需求与工匠精神内涵

体育教学内容是工匠精神培育的重要载体，其需要结合职业本科学生专业特点和岗位需求，构建打破重基础、轻职业的传统内容体系，让每一项教学内容既服务于体育技能体能，又承载工匠精神培育的功能。

#### 1. 基础体育内容 渗透专注执着品质

田径、体操以及球类等基础体育项目是培养学生专注的关键载体，应在原有教学内容的基础上增加专项技能训练模块，通过精准化要求使学生专注细节、持续打磨。针对于长跑项来讲，教师应引导学生改变传统完成固定距离即可的教学模式，设置分段配速训练，即将1000米跑划分为4个250米段，要求学生每段配速误差控制在 $\pm 2$ 秒内（如第一段配速45秒，后续每段需保持在

43-47秒之间），训练中需时刻关注自身呼吸、步频，及时调整节奏以达成目标。然后引导学生通过反复练习修正偏差，让学生在“追求精准”的过程中，养成专注细节、执着坚持品质<sup>[4]</sup>。

#### 2. 特色体育内容 激发创新突破思维

在职业本科体育教学中渗透工匠精神应突破传统体育项目的固定模式，可增加体育竞技创新项目，鼓励学生在遵循规则的基础上，打破常规思维且实现创新。在教学开展过程中建议开设“改良版篮球比赛”，在传统5V5比赛规则中，要求每支队伍在比赛中必须设计1种新战术（如“区域联防+快速反击结合战术”“指定球员无球掩护战术”）并成功应用1次（通过该战术完成得分或抢断），赛后需提交战术设计思路与应用效果分析。还可以开设团队体能挑战赛，要求以小组为单位，自主设计为期30天的体能训练方案（需包含目标设定、训练内容、进度安排、评估方法），并按方案完成每日打卡，训练结束后需展示训练成果（如体能提升数据、方案优化过程）。<sup>[5]</sup>通过这类创新项目，既能够让学生在实践中学会突破固有模式、主动探索新方法，还有助于培养其敢于创新、勇于尝试的工匠精神。

### （三）创新教学方法 打造“沉浸式”工匠精神培育场景

体育教学的实践性是培育工匠精神的天然优势，职业本科院校可依托这一优势优化教学方法，即通过情景化、体验式、项目化教学将工匠精神的抽象内涵转化为具体场景，让学生在“做中学、学中悟”，实现工匠精神深度内化。

其一，情境模拟教学法。教师可将体育训练与职业场景绑定，然后设置职业场景化任务，让学生在模拟实践中体会工匠精神。如在足球、排球等团队项目教学中，可将比赛模拟为“企业项目攻关”场景：把“进球/得分”设定为“项目目标”，“球员位置”对应“岗位分工”（如足球中的后卫对应“项目风险防控岗”、前锋对应“项目执行岗”、中场对应“项目协调岗”），“教练指导”对应“行业导师指导”，“比赛规则”对应“项目规范”。比赛前，要求各“项目组”（球队）制定“项目计划”（战术方案）。比赛中，不仅追求“赢球”（达成目标），更需记录“团队配合问题”（如分工衔接不畅、战术执行偏差）、“应急处理情况”（如比分落后时的调整）。比赛后，各小组需提交“项目复盘报告”，分析问题原因、提出改进措施，并进行小组互评。这种场景模拟可以让学生在竞技中强化“责任分工、团队协作、复盘优化”的工匠精神，理解“岗位无小事、每一步都影响最终结果”的职业逻辑。

其二，分层递进教学法。针对学生体育基础差异，教师可制定阶梯式训练计划，让每个学生都能在“跳一跳够得着”的目标中，体会“循序渐进、追求极致”的过程。例如在羽毛球教学中，应将技能目标分为三个层级，“基础层”要求掌握正手发球、反手接发球的基本动作（动作规范度 $\geq 80\%$ ），通过教师示范、模仿练习达成；“提高层”要求发球命中率 $\geq 80\%$ （连续发球10次，成功落入对方有效区域 $\geq 8$ 次）、接发球回球准确率 $\geq 70\%$ （将对方发球回接到指定区域 $\geq 7$ 次），通过反复练习、误差修正达成；“精进层”要求发球精准到对方场地指定小区域（如左后角、右前角，误差 $\leq 5$ 厘米）、接发球能根据对方站位主动变化回

球路线，通过针对性训练、战术思考达成。每个层级设置“通关标准”，学生需完成当前层级训练并通过考核后，才能进入下一层级。这种“层层递进、不断突破”的训练模式，有利于让学生直观感受“从‘会做’到‘做好’再到‘做精’”的过程，进而深刻理解工匠精神中追求极致、永不止步的内涵<sup>[5]</sup>。

其三，榜样示范教学法。院校可以邀请工匠精神实践者走进课堂，通过技能展示和经验分享让学生直观感受工匠精神的力量。一方面，邀请体育领域的“技术能手”，如省队退役运动员、职业教练，现场展示精准技能（如篮球运动员展示“连续50次罚球命中”“盲投命中篮板”，羽毛球教练展示“精准控制发球旋转与落点”），并讲解“背后的训练故事”（如为提升罚球命中率，每天额外加练200次罚球，持续3个月）；另一方面，邀请行业内的“工匠大师”，如全国技术能手、行业劳模（如智能制造领域的精密操作工匠、物流领域的高效分拣能手），分享职业经历（如为攻克一个精密零件加工难题，连续一周反复测试参数，最终将误差控制在0.01毫米内），并结合体育训练，解读工匠精神与体育训练的共通点（如都需要专注、坚持、细节把控）。榜样的真实案例与亲身经历，能够使学生对工匠精神产生情感认同，以激发向榜样学习的动力。

#### （四）强化师资队伍 构建“体育教师+行业工匠”双师团队

教师不仅是工匠精神的传播者，也是践行者，职业本科体育教学中工匠精神的培育效果直接取决于教师对工匠精神的理解与践行能力。因此，需打破“单一体育教师授课”的模式，构建“体育教师+行业工匠”双师团队，使体育教师懂“工匠精神与职业需求”，让行业工匠懂“体育训练与教学方法”，形成培育合力。

对于体育教师，需从能力提升与认知深化两方面开展培养。一方面，组织“工匠精神专题培训”，邀请教育学专家、行业工

匠开展讲座，解读工匠精神内涵、培育方法，并通过案例研讨（如分析其他院校体育教学培育工匠精神的成功案例）、教学模拟（设计一节融入工匠精神的体育教案并展示），提升教师教学设计能力；另一方面，安排教师深入企业调研，对不同专业对接的行业（如智能制造企业、物流企业、酒店企业）走访岗位一线，观察岗位工作流程（如机械操作的精度要求、物流分拣的效率与误差标准、服务岗位的形象与礼仪规范），然后将这些需求转化为体育教学的具体要求（如针对“零误差”需求，设计精准控制类体能训练）。

对于行业工匠，可通过教学能力培训使其更好地融入体育教学，邀请教育专家开展教学方法专题培训，讲解体育教学的基本规律、学生认知特点、课堂组织技巧，并通过教学实习提升行业工匠教学表达能力与课堂把控能力。在具体教学中，行业工匠可作为兼职教师参与职业体育内容授课、技能考核标准制定，并在学生训练中提供“岗位视角”指导（如指出某一动作如何更好地适配未来工作），让工匠精神培育更贴合行业实际。

### 三、结束语

结合全文，职业本科教育的核心是“育人为本、育技为重、育德为魂”，工匠精神作为“育德”的重要内容，是职业本科学生成职业发展的竞争力。体育教学自身特点可为工匠精神培育提供实践场，但要求职业本科院校打破传统体育教学局限，然后改革教学模式，将工匠精神培育融入体育教学的全过程，让学生在体能训练中打磨精益求精的态度，在竞技挑战中锤炼专注坚守的品质，在团队协作中养成“责任担当”的意识，最终实现体育技能提升与工匠精神培育协同发展。

## 参考文献

- [1] 李军峰.工匠精神融入高职体育教学中的价值与路径探析[J].当代体育科技,2024,14(15):59-62.
- [2] 郭建忠.职业院校体育教学“工匠精神”培育研究[J].集宁师范学院学报,2024,46(03):116-119.
- [3] 戈文文.课程思政背景下高职体育教学中工匠精神的探究[J].运动精品,2024,43(02):25-27.
- [4] 刘海群.社会融入视角下特殊高职体育教育与工匠精神融合的培育研究[J].中国多媒体与网络教学学报(中旬刊),2024,(02):136-139.
- [5] 陈莉,邬玉波.工匠精神引领下高职院校体育教学实践途径研究[J].湖北开放职业学院学报,2023,36(22):188-189+192.