

# 中职体育与健康课程思政的实践策略

张满仓

曲沃县中等职业技术学校

**摘要：**中职体育与健康课程是培养学生身心健康发展的重要教育内容，同时也是思想政治教育的一种渠道和载体。在中职学校中，如何将思政教育与体育与健康课程相结合，发挥他们的协同作用，已成为一个关键问题。因此，探索实践有效的策略来融合思政与体育与健康课程，对于促进学生的全面发展具有重要意义。基于此，以下对中职体育与健康课程思政的实践策略进行了探讨，以供参考。

**关键词：**中职体育与健康；课程思政；实践策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2023.08.053

## 引言

中职学校体育与健康课程是传授体育知识和技能的重要平台，而思想政治教育是培养学生正确价值观和积极人生态度的重要环节。如何将这两者顺利结合起来，使学生能够在体育活动中坚持正确的道德标准和学习政治理论，已成为一个需要认真研究的问题。本文将探讨中职体育与健康课程思政的实践策略，旨在为教师提供一些指导和启示，以促进学生身心健康发展和综合素质提升。

### 一、中职体育与健康课程思政融合的必要性及可行性

#### （一）中职体育与健康课程思政融合的必要性

培养学生全面发展的需要：中职教育作为职业教育的重要组成部分，旨在培养德、智、体、美、劳全面发展的高素质技能型人才。体育与健康课程作为中职课程体系的重要组成部分，对于学生的身心健康、职业素养和社会适应能力等方面具有不可替代的作用。将思政教育融入体育与健康课程中，有利于培养学生的爱国主义精神、集体主义观念、意志品质和社会责任感等，从而更好地满足社会对高素质人才的需求。发挥体育课程德育功能的需要：体育课程本身具有很强的德育功能，如培养学生的团队协作精神、顽强拼搏的意志品质、公平竞争的意识等。将思政教育融入体育与健康课程中，可以进一步发挥体育课程的德育功能，使学生在锻炼身体的培养良好的道德品质和行为习惯。提高思政教育实效性的需要：传统的思政教育方式往往过于理论化、抽象化，导致学生缺乏实践体验和感悟。通过将思政教育融入体育与健康课程中，可以使学生在实践中体验和感悟思政教育的内涵，增强思政教育的针对性和实效性。

#### （二）中职体育与健康课程思政融合的可行性

课程目标一致性：体育与健康课程和思政教育的课程目标都是为了促进学生的全面发展，培养学生的综合

素质。因此，两者的融合具有内在的逻辑性和一致性，有利于实现课程目标的相互促进和提升。教学内容互补性：体育与健康课程和思政教育在教学内容上存在一定的互补性。例如，体育课程中的团队协作、顽强拼搏等内容可以与思政教育中的集体主义、爱国主义等主题相结合，实现教学内容的相互补充和拓展。教育方式多样性：体育与健康课程和思政教育在教学方式上都具有多样性，如理论教学、实践教学、情境模拟等。两者的融合可以充分发挥各自的优势，使教学方式更加灵活多样，提高教学效果。

### 二、中职体育与健康课程思政教学的原则

价值引领与知识传授相结合：在体育与健康课程中融入思政教育，应注重价值引领，通过具体的体育知识和技能传授，引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观。显性教育与隐性教育相结合：思政教育应贯穿于体育与健康课程中，既要在教学中明确思政教育目标，也要注重挖掘课程中的思政教育元素，实现显性教育与隐性教育的有机结合。全面覆盖与重点突出相结合：在体育与健康课程思政教学中，应全面覆盖课程各环节，同时要突出重点，着重培养学生的爱国主义精神、团队协作精神、意志品质等。理论教学与实践教学相结合：思政教育应注重理论与实践相结合，既要在理论教学中传授知识，也要在实践教学中培养学生的实际操作能力和社会责任感。教师引导与学生主体相结合：在体育与健康课程思政教学中，教师应发挥引导作用，同时要尊重学生的主体地位，激发学生的学习兴趣 and 主动性。严格要求与人文关怀相结合：在教学中，既要严格要求学生遵守规则、尊重对手、积极进取，也要注重人文关怀，关心学生的身心健康和成长需求。传统教学与现代教学手段相结合：在体育与健康课程思政教学中，应充分利用传统教学 and 现代教学手段的优势，提高教学效果和学生体验。

### 三、中职体育与健康课程思政教学现状

### （一）思政教育与课程内容的脱节

中职体育与健康课程中，思政教育与实际教学内容之间存在着一定的脱节现象。在实际教学过程中，教师往往更注重传授体育知识和技能，而忽视了思想政治教育的渗透与引导。这种脱节使得学生对思政教育的感受变得模糊，无法深刻理解和应用到实际生活中，也使得体育与健康课程无法真正发挥思政教育的作用。学生在接受体育与健康课程的缺乏对核心理论和思想政治教育的深入了解和思考。他们将体育与健康课程仅仅视为一种技能训练，而忽略了其背后的意义和价值观培养。这使得学生在成长过程中容易出现道德观念淡薄、价值取向不清晰等问题。

### （二）教学方法的单一化

学校通常采用传统的讲授式教学和体育活动训练相结合的方式，缺乏创新教育方法与手段，无法引起学生的积极主动参与和思考。这种单一化教学方法会造成学生的学习兴趣降低和注意力难以集中，限制了他们的创新思维和自主学习能力的培养。也无法真正激发学生的参与热情和个性发展。单一的教学方法容易使学生感到枯燥乏味，从而失去对课程的兴趣和热情，导致学习效果不佳。学生创新能力受限：缺乏多样化的教学方法，不利于培养学生的创新思维和自主学习能力。教学质量难以提升：教学方法的单一化限制了教师教学水平的发挥，也使得教学效果难以得到有效提升。

### （三）教师专业水平和思政能力不足

中职体育与健康课程思政教学中，一些教师的专业水平和思政能力存在着不足的问题。一方面，一些体育教师缺乏深入的思政理论知识和教育思维，不能有效地将思政内容融入体育课堂中；另一方面，一些思政教师缺乏体育教学经验和实践能力，无法准确把握学生的需求和特点。教师的不足将直接影响到课堂教学和学生的学习效果。学生可能无法获得专业的体育知识和技能，也无法在思政教育中得到有效引导和启示。

## 四、中职体育与健康课程思政的实践策略

### （一）加强思政教育与课程内容的融合

为解决思政教育与课程内容脱节问题，可以采取以下实践对策。教师应通过精心设计教学内容，将核心思想和价值观有机地融入体育与健康课程中。例如，在讲解技术动作或战术策略时，教师可以同时阐述道德规范，引导学生积极参与讨论，促使学生深入理解和应用。借助实例和事例教学，将思政教育与体育与健康课程相结合。教师可以选择一些与体育活动相关的真实事件或经典事例，让学生通过分析和讨论，了解其中的道德与价值观，并以此引导学生形成正确的行为准则和人

生态度。通过开展专题研究和论文写作，将思政教育与课程内容深度融合。例如，在健康教育课程中，可以引导学生选择一个与健康相关的主题进行深入研究，要求学生进行调查和分析的基础上撰写论文，并结合思政教育的要求对相关社会问题进行思考与讨论。学校还可以创建课程整合平台，鼓励不同学科教师在教学过程中进行交流与合作。通过多学科的协同教学，不同学科能够相互补充，形成相互渗透的教学内容，使学生能够全面理解和应用知识。

### （二）多元化教学方法与手段的运用

为了解决中职体育与健康课程思政教学中教学方法单一化的问题，我们可以采用多元化的教学方法与手段来丰富教学流程和提高学生的参与度。游戏化教学：引入游戏元素设计课堂活动，通过游戏的形式激发学生的学习兴趣 and 积极性。例如，在健康教育课中，可以设计健康知识闯关游戏，学生通过回答问题或完成任务来获取知识点，以竞争和合作的方式增加互动性。项目研究：鼓励学生进行有针对性的探究和研究项目，提供一定的自主选择权。例如，在体育锻炼与心理健康课程中，可以要求学生选择一个体育运动项目，进行深入研究并分享成果。学生可以通过实地调查、参观训练场馆、与专业运动员交流等方式，丰富自己的知识和体验。故事讲解法：利用故事来诠释和传递思政教育的内容，使学生能够获得情感共鸣与思维启发。例如，在体育与公平竞争课程中，教师可以讲述一则体育比赛中发生的公平与不公平的故事，并引导学生就其中的道德问题进行讨论和思考。多媒体技术应用：利用多媒体展示教学内容，创造多重感官体验，增强学生的学习效果。例如，在讲授体育技能时，可以使用视频教学、动画演示等形式，直观地展示正确的技术动作，加强学生对技能训练的理解和模仿能力。互联网资源利用：充分利用互联网资源提供学习材料和互动平台，拓宽学生的学习渠道和信息获取途径。

### （三）教师专业水平和思政能力的提升

为了解决中职体育与健康课程思政教学中教师专业水平和思政能力不足的问题，我们可以采取以下实践对策来提升教师的能力和素质。教师培训与学习：组织定期的专业培训班或研讨会，邀请专家学者进行讲座和指导，帮助教师深入理解和应用思政教育的核心内容和教育理念。例如，开设专门的思政课程培训，帮助教师掌握思政教育的基本要求和方法，并鼓励教师进行个人学术研究。教研与交流机制：建立定期的教研和交流机制，促进教师之间的互相学习、借鉴和交流。例如，组织教师定期走进彼此的课堂观摩、评课，共同研究、分

享教学经验与成果。此外，学校还可以建立学科教研团队，由多学科教师共同研究思政教育与体育与健康课程融合的方法和实践，形成集体智慧。项目参与与实践：鼓励教师积极参与项目研究和教学创新实践，提供充分的支持和资源保障。例如，学校可以设立教学创新基金，资助教师开展新颖的教学实践，同时对其进行评估和总结，并鼓励优秀实践事例的推广与分享。通过参与项目和实践活动，教师可以提高专业水平和思政能力，不断改进自己的教学方式和教育效果。自我反思与学习成长：鼓励教师进行自我反思和学习成长，寻求自身的教学不足和进步空间。例如，可以组织教师定期进行自我评估和教学反思，与同事进行交流和讨论，共同提高教育教学水平。学校还可以建立良好的教师评价与激励机制，激发教师的积极性和主动性。

#### （四）深入挖掘思政元素，丰富思政内容

为了深入挖掘思政元素，丰富中职体育与健康课程的思政内容，可以采取以下实践对策：意识形态教育：引导学生学习和理解中华优秀传统文化、社会主义核心价值观等思想，培养他们传承和发展中国特色社会主义的意识。例如，在健康教育课程中，可以组织学生学习和理解中国传统养生文化，如中医养生理论、太极拳等，引导他们关注身心健康，传承中华优秀传统文化。公民教育：培养学生积极参与社会和公共事务的意识，加强他们对公民权利和义务的认知。例如，在体育与公平竞争课程中，可以通过探讨运动公平和公正的现象、道德问题等，引导学生建立正确的公民观念，明确自己在社会中的责任和角色。社会实践与志愿服务：组织学生参与社会实践和志愿服务活动，让他们亲身体验社会现实，增加社会责任感和公益意识。例如，组织学生参加社区健康日活动、义工团队的服务项目等，让他们了解社会问题和需求，同时培养他们的团队合作、领导能力和社会关怀能力。思辨与批判思维培养：通过引导学生进行思辨和批判性思维训练，培养他们独立思考和解决问题的能力。例如，在讨论体育比赛结果时，教师可以引导学生从不同角度思考，分析胜负是否公平，并帮助他们形成自己的见解和观点。全球视野与国际交流：开展国际化的课程内容和交流活动，让学生了解国际体育与健康发展的新动态和全球议题。

#### （五）增设思政育人目标，明确融合教育任务

为了增强中职体育与健康课程的思政育人功能，可以增设思政育人目标，并明确融合教育任务。设定思政育人目标：制定明确的思政育人目标，将其纳入中职体育与健康课程的教学目标体系中。例如，思政育人目标可以包括培养学生的爱国情怀、社会责任感、道德品

质等方面的素养。融合思政教育内容：将思政教育元素融入体育与健康课程的具体内容和教学环节中。例如，在体育锻炼与团队合作课程中，加入团队协作、沟通合作、公平竞争等思政教育要素的讲解和引导，帮助学生理解和体验团队精神与集体荣誉的重要性。引导思政教育讨论与反思：通过开展讨论和个人反思等活动，引导学生深入思考与思政教育相关的问题和挑战。例如，在健康教育课程中，可以组织学生讨论社交媒体对身心健康的影响，引导他们审视自己的行为 and 价值观。强化思政教育评估：将思政育人目标纳入课程评估体系，通过作业、考试、课堂表现等方式对学生的思政素养进行评价。同时，也可以借助学校级或班级级的评比活动，激励学生树立正确的思想观念和行为规范。增加实践与社会服务环节：通过增加实践活动和社会服务项目，让学生亲身参与社会实践，感受社会问题，培养社会责任感和公民意识。

#### 结束语

中职体育与健康课程思政的实践策略对于培养学生的健康心理和正确价值观具有重要意义。教师应注重实践创新，结合学生的实际需求和兴趣爱好，多元化的教学手段和教育资源，激发学生的学习兴趣 and 积极参与度。我们将能够更好地发挥中职体育与健康课程思政的教育功能，为学生的全面发展和未来发展提供坚实的基础。

#### 参考文献

- [1] 糟吟梅. 健康评估课程中课程思政的应用探索[J]. 知识窗(教师版), 2023, (08): 48-50.
- [2] 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.
- [3] 黑晟斌. 课程思政视角下中职学校课程设计与实施策略分析——以“体育与健康”课程为例[J]. 湖南教育(C版), 2023, (07): 70-72.
- [4] 王宗华, 周厚秀, 鲜继淑等. 健康评估课程思政的设计与实践[J]. 中华护理教育, 2023, 20(05): 544-548.
- [5] 黄顺武. 中职“体育与健康”篮球教学案例的设计与反思[J]. 湖南教育(C版), 2021, (08): 40-41.
- [6] 赵引弟, 杨霞, 罗祺等. 课程思政视域下健康教育课程与思政教育融合研究[J]. 云南大学学报(自然科学版), 2020, 42(S1): 49-53.
- [7] 李桂波. 大健康形势下课程思政与教学改革初探[J]. 高教学刊, 2019, (21): 135-137.