

# “健康中国”背景下中职体育教学问题与对策

武金忠 郑永杰

(潍坊市经济学校 山东 诸城 262200)

**摘要:**“健康中国”是基于提高国民健康水平的重要战略措施,亦是新时代下实现国家体育强国目标的有力举措。基于“健康中国”背景下,为提升中职学生的身体素质,培育其终身体育思想理念,亟需不断改进和完善中职体育教学模式。通过对中职体育教学问题的审视,尚存传统教育观念难以改变、基础设施建设尚未完善、教学内容与方法单一化、师资队伍结构不够合理等问题。应通过做好顶层规划,树立大健康观、加强设施建设,奠定教学基础、树立人本理念,改进教学模式、加强师资建设,提高专业水平等对策,推动中职体育教学与时俱进发展。

**关键词:**“健康中国”;中职;体育教学

## Problems and Countermeasures of Physical Education Teaching in Secondary Vocational Schools under the Background of "Healthy China"

Wu Jinzhong, Zheng Yongjie

(Weifang Economic School, Zhucheng, Shandong 262200)

**Abstract:** "Healthy China" is an important strategic measure based on improving the national health level, and it is also a powerful measure to achieve the goal of national sports power in the new era. Based on the background of "healthy China", in order to improve the physical quality of secondary vocational students and cultivate their lifelong physical education ideas, it is urgent to constantly improve and perfect the physical education teaching mode of secondary vocational students. Through the examination of the problem of physical education teaching in secondary vocational schools, there are still problems such as the traditional education concept, the infrastructure construction is not perfect, the teaching content and method are single, and the teacher staff structure is not reasonable enough. We should do a good job in top-level planning, establish the big health concept, strengthen the construction of facilities, lay the teaching foundation, establish the concept of humanistic, improve the teaching mode, strengthen the construction of teachers, improve the professional level and other countermeasures, to promote the development of secondary vocational physical education teaching with The Times.

**Key words:** "Healthy China"; Secondary duty; physical education

### 引言

《“健康中国2030”规划纲要》引发以后,健康中国已然成为新时代的重要任务和目标。在此背景下,中职教育中应提高对体育教学的重视度,将发展体育教育放在重要位置,展开精准教学定位与深入教学改革,不断改进当前中职体育教学中存在的一系列问题,为大学生身心健康发展创设良好教学环境,改变当代青年学生体质健康水平不断下降的现状,推动中职体育教学的改革创新。

#### 一、“健康中国”背景下中职体育教学的问题

##### (一)传统教育观念难以改变

当前中职院校开展体育课程教学的过程中,所秉持的教育理念与健康中国理念中的整体性、全局性群众健康观有很大的差异性,中职体育教学的健康观念相对狭隘,具有唯知识性的特点,高度重视学生的个体体质健康,评估教学效果主要是学生是否掌握体育知识和技能,却忽视了学生在参与社会实践及往来中,可能出现的其他心理及身体健康危机,课程教学理念已然难以适应时代的发展需要。基于健康中国背景下,重新审视中职体育教学理念存在的问题,发现并未追求学生的身心健康发展,培育学生的健全人格与体育观

念,导致中职体育教学难以实现健康中国战略发挥应有作用。

##### (二)基础设施建设尚未完善

近些年,国家体育总局与教育部门对青少年体质健康展开多次调研工作,其调研的结果显示,当代青年学生的体质健康水平呈现明显下降趋势,许多中职学生的体质健康水平甚至低于中学生。基础设施建设作为中职体育教学的重要保障,宽敞的体育场地与充足的体育器材和硬件设施,对提升体育教学效果有积极作用。但是中职学校因教育经费有限,其体育基础设施建设尚未完善,整体水平仍有待进一步提高。主要体现在室内体育场馆的数量明显不足,致使中职体育教学受外部环境因素的影响极大,在雨雪、冰雹、大风、雾霾等天气时,户外体育活动很难展开。与此同时,还有许多体育器材建设时间较长,由于雨雪冲刷、年久失修等问题,已经出现了生锈、损坏的问题,且体育器材未及时引进和更新,难以满足中职体育教学开展的实际需要。

##### (三)教学内容与方法单一化

长期以来,中职体育教学的过程中,将学生的体质发展与身体机能达标率作为主要教学目标,所以课程教学过程中以课内授课

为主导,对学生的课外体育学习与体育锻炼的重视度较低。课堂内的教学内容局限于体育知识和技能的训练,教学模式则为体育教师为学生进行知识讲解,学生听讲后按照教师的演示和示范进行模仿练习,此过程中学生的学习态度较为被动,学习兴趣和学习动力严重不足。最重要的是,中职体育教师并未有效培养中职学生的价值观念、情感态度、理念和信仰等精神,不仅在很大程度上削弱了体育课堂教学实效性,亦深刻影响着学生的自我内在精神的发展,以及学生形成健全人格与坚强的意志品质。特别是在实施“健康中国”战略的大背景下,中职体育教师缺少健康第一的思想观念与价值取向,被动化、僵硬化、单一化的课堂教学内容与教学方法,无法激发学生的主动学习动机,影响学生的身心健康成长和发展。

#### (四)师资队伍结构不够合理

体育教师作为体育课堂授课者,是体育知识和技能与学生之间连接的纽带,在授课中体育教师的综合素质水平与教学能力,对教学效果有直接的影响作用。特别是教师在体育课堂教学中,不仅要为学生讲解体育专业知识和技能,同时需解读体育健康锻炼的原理,以及国家关于体育健康出台的各项战略。现阶段中职体育教师队伍的结构缺乏合理性,主要体现在以下两方面:一方面,老教师缺少与时俱进的思想理念,虽然在长期教学活动中累积了丰富教学经验,能够在课堂中灵活传授知识和技能,但接受新理念、新知识和新技术的能力较差,教学理念与教学模式发展较为滞后,很难满足新生代学生的喜好和需求,不利于达到体育教育目标。另一方面,青年教师数量不足,虽然掌握了先进的教学理念和教学技术,具备灵活的思维方式,但教学经验相对匮乏,课堂教学中难以把握教学节奏,教学重点和难点讲解深度不足,影响体育教学活动有序开展。除此之外,体育教师之间缺少定期沟通和交流,无法实现教学经验的交流与共享,中职体育教师数量与质量方面存在的问题,不利于落实健康中国战略。

### 二、“健康中国”背景下中职体育教学的对策

#### (一)做好顶层规划,树立大健康观

“健康中国”战略呼吁中职体育教学中,重塑体育教育观念,全面落实和推进“大健康观”,其中健康不仅包括大学生体质健康,亦覆盖了大学生的心理健康,以及中职学校体育教学环境、体育文化等要素的健康。在此基础上,构建全方位覆盖的健康教育理念,营造良好的体育教学环境、教学制度、体育校园文化等,保障中职体育教学活动的有序开展。中职学校应做好顶层规划与设计,在大健康观的指导下,持续更新中职体育教学内容、教学模式、教学环境等,打造具有中职特色的体育教育模式,使大学生积极参与体育锻炼活动,形成寓教于乐、身心健康发展的体育氛围。

#### (二)加强设施建设,奠定教学基础

体育基础设施建设是实现“健康中国”战略目标的坚实基础。在开展中职体育教学活动中,需结合中职场地面积、器材建设现状,采取针对性的建设方法。第一,中职学校可以展开学生体育需求、爱好的深入调查分析,在此基础上形成体育基础设施建设规划方案,按照需求引进体育基础设施。第二,聘请专业人士进行体育基础设施检修,针对已经老旧落后的体育器材,予以及时的维修和更新,排除其潜在的安全隐患。对于危险性较高的体育器材,可以张贴警示标语,使学生在使用体育器材时注意安全。第三,中职学校应积极获取政府、企业及其他结构的合作与帮助,通过双方资源互换、

政府支持等方式,拓宽体育基础设施建设的资金来源,打造更多室内体育运动场馆,继而摆脱恶劣天气对中职体育教学的影响,使学生无需受到外界因素影响,有更多机会参与体育运动,培养学生终身体育理念和健康体魄。

#### (三)树立人本理念,改进教学模式

中职体育教学改革的过程中,应积极按照“健康中国”发展战略,树立以人为本的教育理念,不断革新和改进传统体育教学模式,提升体育教学的科学性与有效性。一方面,重构中职体育教学目标,改变重知识技能的教学理念,将教学侧重点放在提高学生身体素质、培养学生良好道德情操与意志品质方面,通过教学目标的重新谋划,强调大学生的身心参与和体验,实现中职学生的综合素质全面发展。另一方面,中职体育教师应将“终身体育”、“健康第一”作为教育指导思想,引导学生认知体育健康的重要价值,使体育活动融入大学生日常生活,在大学生主动参与、身心愉悦的体验中,完成体育教学任务。此外,围绕终身体育定期组织体育课外活动,使学生在课外体育锻炼中,养成良好体育学习态度、体育精神和锻炼习惯。

#### (四)加强师资建设,提高专业水平

基于“健康中国”背景下,开展中职体育教学需加强师资队伍的建设,改善体育教学整体质量。首先,优化中职体育师资队伍结构。中职学校应加强青年体育教师引进力度,以优质的青年体育教师充实师资队伍,改善老教师队伍教学方面的不足。其次,中职学校应定期组织体育教师培训活动,将培训侧重点放在先进教育理念、教学方法、专业技能等方面,并讲解国家体育政策和战略,具体可以通过学术讲座、交流会、公开课、研讨会等形式。同时严格考察体育教师培训知识的掌握情况,督促体育教师不断完善自身知识体系,更新传统教育理念与教学模式。再次,结合中职学校的发展实际情况,做好体育教师的招聘把关工作,进一步提高体育教师准入门槛,主要选择具备较强责任意识、热爱体育事业、教学能力高超的教师,给予良好的薪资待遇水平,增强体育教育队伍的稳定性。

#### 结语

综上所述,基于“健康中国”背景下,国家对全民体育健康的重视度不断提高,中职体育教学中应改变重知识技能、轻身体素质的教育理念和模式,大力落实素质教育,以多样化教育措施培育学生健康意识、体育锻炼意识、终身体育理念,塑造大学生正确的体育价值观,为实现全民健康、健康中国战略夯实基础。

#### 参考文献

- [1] 牛峥,于雪梅,高妮娜.“健康中国”背景下西安市大学生体育锻炼行为的思考与建设[J].冰雪体育创新研究,2022(18):157-160.
- [2] 王鹤颖.“健康中国”背景下高校体育教学问题与对策[J].哈尔滨职业技术学院学报,2022(05):46-48.
- [3] 吴倩如,董青青.健康中国视域下高职学生体育核心素养的培养研究[J].内江科技,2022,43(08):93-94+97.
- [4] 王红梅.基于健康中国理念的转型发展高校体育教学改革[J].中国冶金教育,2022(04):30-34.
- [5] 谢容,杜鑫,吴鹏曦,王磊,武晋磊.健康中国背景下我国高校体育课程改革的路径探析[J].冰雪体育创新研究,2022(16):138-141.