

# 职业院校体育与健康课程思政融合的体系化构建与实践研究

罗艳

(平凉职业技术学院, 甘肃 平凉 744099)

**摘要:** 体育与健康课程是职业院校人才培养体系的重要组成部分, 其与课程思政的融合是落实立德树人根本任务的关键路径, 对提升职业教育育人质量具有重要意义。当前职业院校体育与健康课程思政融合实践已取得初步进展, 但仍存在体系化建设不足的问题, 影响了育人功能的充分发挥。基于此, 文章立足职业院校办学特色与学生发展需求, 明确了体育与健康课程思政融合的核心价值, 梳理了融合实践的现状特征, 从三个维度构建了科学完善的融合体系, 提出了具体实践路径, 并配套建立了保障机制, 旨在为推动职业院校体育与健康课程思政融合的规范化、长效化发展提供理论参考与实践指引。

**关键词:** 职业院校; 体育与健康; 课程思政融合

中图分类号: G711

文献标识码: A

文章编号: 3079-6741 (2025) 02-0011-10

DOI: 10.12462/PVE.issn3079-6741.2025.02.002

## Systematic Construction and Practical Research on the Integration of Ideological and Political Education into Physical Education and Health Courses in Vocational Colleges

Yan Luo

(Pingliang Vocational and Technical College, Pingliang, Gansu 744099)

**Abstract:** Physical education and health courses constitute a crucial component of the talent cultivation system in vocational colleges. Their integration with ideological and political education in the curriculum is a pivotal approach to fulfilling the fundamental task of fostering students' moral character, holding significant importance in enhancing the quality of vocational education. Currently, initial progress has been made in the integration of ideological and political education into physical education and health courses in vocational colleges. However, there remains a lack of systematic construction, hindering the full realization of the educational function. Based on this, the article, grounded in the educational characteristics of vocational colleges and the developmental needs of students, clarifies the core value of integrating ideological and political education into physical education and health courses. It outlines the current characteristics of integration practices, constructs a scientific and comprehensive integration system from three dimensions, proposes specific practical paths, and establishes supporting safeguard mechanisms. The aim is to provide theoretical reference and practical guidance for promoting the standardized and sustainable development of the integration of ideological and political education into physical education and health courses in vocational colleges.

**Keywords:** vocational colleges; physical education and health; integration of ideological and political education into courses

职业教育以培养德技并修的高素质技术技能人才为核心目标, 体育与健康课程作为职业院校公共基础课程的重要组成部分, 不仅承担着增强学生体质、传授体育技能的职责, 更蕴含着丰富的思政教育资源, 是实现价值塑造、知识传授与能力培养有机统一的重要载体。随着课程思政建设的不断推进, 将思政教育融入体育与健康课程教学全过程, 已成为职业院校教育教学改革的重要方向。然而当前多数职业院校的融合实践仍处于零散化、自发化阶段, 缺乏系

统的体系支撑, 导致思政元素与体育教学的融合度有待提高, 育人成效未能充分彰显。基于此, 开展职业院校体育与健康课程思政融合的体系化构建与实践研究, 明确融合的目标导向、内容框架、实施路径与保障措施, 对于提升体育课程的育人内涵, 推动职业院校课程思政建设向纵深发展, 培养符合新时代要求的高素质技术技能人才具有重要的现实意义。

**作者简介:** 罗艳, 本科, 助教, 研究方向为职业院校体育教育与课程思政融合。

## 一、职业院校体育与健康课程思政融合的价值

### (一) 有助于落实立德树人根本任务, 培养全面发展人才

立德树人是职业教育的根本任务, 其核心要求是培养兼具扎实技术技能与良好道德素养的全面发展人才, 这一目标的实现需要贯穿于各类课程教学的全过程, 体育与健康课程作为职业院校公共基础课程体系的重要支柱, 自然成为落实这一任务的关键载体。职业院校体育与健康课程通过田径、球类、体操、传统体育等各类体育教学活动的开展, 不仅能够系统提升学生的身体素质、运动技能与运动习惯, 更能够借助教学过程中规则遵守、团队协作、拼搏进取、抗挫折挑战等多个核心环节, 将思政教育的核心内涵潜移默化地融入其中, 实现“以体育人、以体育德”的育人效果。在具体的体育教学实践中, 教师通过引导学生严格遵守不同运动项目的竞赛规则与训练规范, 尊重对手的努力付出、服从裁判的公正判罚, 理性正视比赛过程中的胜负结果, 能够帮助学生逐步树立起清晰的规则意识与坚定的公平正义理念, 这种理念会进一步迁移到学生的专业学习与日常行为中, 助力其养成遵规守纪的良好品质; 通过组织篮球、排球、拔河、接力跑等团队类体育项目, 要求学生在训练与竞赛中明确自身角色定位、主动配合队友完成战术部署、共同应对比赛中的突发状况, 能够有效培养学生的集体荣誉感与高效协作精神, 让学生深刻理解“个体融入集体才能发挥更大价值”的道理; 通过鼓励学生在长跑、越野、力量训练等具有挑战性的项目中, 克服身体的疲惫感、心理的畏惧感, 坚持完成既定的训练任务与目标, 能够锤炼学生坚韧不拔的意志品质与较强的抗压能力, 为其未来应对职业岗位中的困难与挑战积累心理资本。这些由体育课程思政融合所培育的核心素养, 与立德树人根本任务的要求高度契合, 能够推动学生在身体素质、思想品质、价值观念、行为习惯等多个维度实现全面发展, 为培养符合职业教育目标的全面发展人才奠定坚实且全面的基础。

### (二) 有助于强化体育课程育人功能, 提升思政教育实效性

在传统的职业院校体育与健康课程教学中, 教学重心多集中于体育技能的传授与学生体质的提升, 教学内容设计、教学方法选择均围绕这一核心目标展开, 对体育课程所蕴含的丰富育人功能挖掘不够充分、运用不够到位, 导致课程的教育价值未能得到全面且深入的发挥, 体育课程的定位也多局限于“强身健体”的单一维度。而课程思政与体育与健康课程的深度融合, 为强化体育课程的综合育

人功能提供了有效路径, 也为提升思政教育的实效性开辟了新的阵地。体育课程本身具有实践性强、互动性高、体验感突出、参与度广泛的鲜明特点, 将思政元素有机融入体育教学的全过程, 能够让学生在亲身参与体育实践的过程中主动感知、深刻领悟思政内涵, 实现“主动悟”。例如, 在耐力跑教学中, 教师不仅关注学生的跑步速度与耐力提升, 更注重引导学生在漫长的奔跑过程中感受“坚持就是胜利”的道理, 体会突破自我极限时的成就感, 这种亲身体验能够让学生更深刻地理解拼搏精神、进取精神的核心内涵, 远比单纯的理论讲解更具感染力; 在篮球、足球等团队竞赛教学中, 学生通过与队友的密切配合、战术沟通, 共同攻克对手防线、完成比赛目标, 能够直观体会集体力量的强大, 理解“团结协作”在实现共同目标中的关键作用, 这种源于实践的认知会转化为学生内心的坚定认同。此外, 在体育教学中的分组训练、互帮互助环节, 能够培养学生的互助精神与责任意识; 在应对训练失误、比赛失利的过程中, 能够引导学生树立正确的成败观。这种沉浸式、体验式的思政教育模式, 能够有效提升学生对思政教育内容的认同感与接受度, 显著增强思政教育的吸引力与感染力, 进而全面提升思政教育的实效性, 让体育课程真正成为兼具“强体魄”与“育品德”双重功能的重要育人阵地。

### (三) 有助于促进学生身心健康与价值观塑造的协同发展

职业院校学生大多处于16岁~22岁的青年阶段, 这一时期既是其身体发育趋于成熟、运动能力快速提升的关键阶段, 也是其世界观、人生观、价值观形成的核心时期, 同时更是其面临专业知识学习、职业技能训练、未来职业规划等多重压力的阶段。在这一关键发展期, 学生不仅需要具备良好的身心健康状态以应对各类压力与挑战, 更需要树立正确的价值观以指引自身的职业发展与人生方向, 而体育与健康课程思政的深度融合, 恰好能够实现学生身心健康提升与价值观塑造的协同推进、良性互动。从身心健康提升层面来看, 系统的体育教学活动能够通过科学的训练方案, 有效增强学生的心肺功能、肌肉力量、身体协调性等核心身体素质, 提升学生的运动技能水平与运动安全意识; 同时, 体育锻炼能够有效促进人体多巴胺、内啡肽等神经递质的分泌, 帮助学生缓解专业学习与技能训练带来的心理压力, 释放负面情绪, 培养积极乐观的心理状态, 进而促进学生生理与心理的双重健康发展。更为重要的是, 体育教学中融入的健康管理理念, 能够引导学生养成规律运动、合理膳食、劳逸结合的良好生活习惯, 为其

终身健康奠定基础。从价值观塑造层面来看，体育课程中蕴含的拼搏进取、永不言弃、尊重他人、团队协作、公平竞争、责任担当等丰富思政元素，能够通过具体的体育实践场景转化为学生可感知、可学习的行为准则。例如，在坚持完成高强度训练任务的过程中，学生能够领悟“永不言弃”的精神内涵；在与不同专业、不同性格的同学组队训练的过程中，学生能够学会尊重差异、主动沟通、协作共赢；在担任体育活动志愿者、协助教师组织训练的过程中，学生能够培养责任担当意识。在融合实践中，身心健康的提升为价值观塑造提供了坚实的身体与心理基础——只有具备良好的身体素质与积极的心理状态，学生才能更主动地参与体育实践、感悟思政内涵；而正确价值观的树立又能够引导学生更加主动地参与体育锻炼，将体育精神转化为提升自身素质的内在动力，形成“健康体魄支撑价值塑造，正确价值观引领健康发展”的良性互动，最终实现两者的协同发展，为学生的长远职业发展与终身幸福生活提供双重保障。

#### （四）有助于推动职业院校课程思政改革的深化与创新

课程思政改革是新时代职业院校教育教学改革的核心内容之一，其核心目标是构建全员参与、全程覆盖、全方位融入的“三全育人”体系，实现各类课程与思政课程的协同育人。体育与健康课程作为职业院校公共基础课程的重要组成部分，覆盖所有专业、所有年级学生，具有受众广、实践性强、互动性高的独特优势，其与课程思政的融合实践，不仅能够丰富体育课程的育人内涵，更能够为职业院校整体的课程思政改革提供新的思路、新的路径与新的经验，有效推动改革的深化与创新。一方面，体育课程的实践性与综合性特点，能够显著丰富课程思政的实施载体与教学模式。传统的课程思政实践多集中于课堂理论讲授，而体育课程能够将思政教育融入训练实践、赛事组织、志愿服务、体育文化传播等多个场景，形成“实践+体验”的育人模式。这种模式能够为其他公共基础课程（如语文、数学、英语）以及专业技能课程的思政融合提供可借鉴的实践经验——例如，专业技能课程可以借鉴体育课程的“项目式实践育人”思路，将思政元素融入技能实训环节；公共基础课程可以借鉴体育课程的“互动式体验育人”模式，提升思政教育的吸引力。另一方面，体育与健康课程思政融合过程中的一系列探索，能够推动职业院校课程思政建设实现“全课程系统推进”。在融合实践中，教师需要系统挖掘体育课程中的思政元素，构建科学的融合目标体系、内容体系与评价体系，建立跨学科的协作机制，这些探索

能够为职业院校构建系统化的课程思政改革框架提供重要参考。例如，融合实践中形成的“元素挖掘—教学设计—实践实施—评价反馈”闭环流程，能够为其他课程的思政融合提供标准化的操作范式；融合实践中建立的体育教师与思政教师、专业教师的跨学科协作机制，能够为构建全校性的课程思政协作网络提供实践基础。同时，体育课程思政融合实践高度重视学生的主体地位，强调通过学生的主动参与、亲身体验实现价值认同，这种以学生为中心的育人理念，能够推动职业院校教育理念的更新，引导各类课程教学实现“师生协同的价值塑造”，进一步提升职业院校整体的育人质量，为课程思政改革的深化发展注入持续动力。

## 二、职业院校体育与健康课程思政融合的现状

### （一）课程思政理念在体育与健康课程中的融入程度有待提高

当前部分职业院校已逐步关注到课程思政的重要价值，开始在体育与健康课程教学中进行融合探索与尝试，但从整体推进情况来看，课程思政理念在体育与健康课程中的融入深度和广度仍有待进一步加强。部分体育教师对课程思政理念的理解存在一定局限性，未能充分把握其与体育教学融合的内在逻辑，有时会简单将课程思政等同于思政知识的传递，对体育课程自身所蕴含的丰富思政教育资源挖掘不够深入，使得融合实践的实效性有待提升。在教学目标设定环节，多数教师的关注点仍集中在体育技能传授与学生体质提升上，将思政育人目标系统纳入体育课程教学目标体系的意识和行动仍需强化；在教学内容设计过程中，对思政元素的梳理、筛选与有机融入缺乏系统性规划，教学内容仍以传统体育项目的技能训练为主，思政元素与教学内容的契合度有待提高；在教学实施过程中，教师引导学生在体育实践中感知、领悟思政内涵的方法和技巧存在提升空间，思政教育与体育教学的协同性有待增强。此外，部分职业院校对体育课程与思政融合工作的引导力度、资源支持力度仍需加大，这些因素在一定程度上影响了课程思政理念在体育与健康课程中的融入效果。

### （二）体育教师思政素养与教学能力有待提升

教师作为课程思政融合实践的核心实施者，其思政素养与教学能力对融合工作的推进效果具有关键影响，当前职业院校体育教师队伍在这两方面的能力仍存在较大提升空间。从思政素养来看，部分体育教师参与思政理论系统学习的机会相对有限，对思政教育的核心内涵、目标要求

的把握不够透彻,在体育课程中精准识别、挖掘思政元素的能力有待增强;部分教师在教学过程中发挥言传身教作用的意识需进一步强化,通过自身言行举止向学生传递积极向上价值观的主动性有待提升。从教学能力来看,多数体育教师长期习惯于传统的技能传授式教学模式,在教学设计中实现思政元素与体育教学有机融合的能力有待提高,难以根据不同体育项目的特点灵活设计融合教学环节;在教学方法创新方面,针对体育课程思政融合的特色教学方法探索不够充分,结合学生专业需求设计针对性强、实效性高的融合教学方案的能力存在不足;在学生思政表现的引导与评价环节,缺乏科学系统的方法和手段,对学生思政学习积极性的调动效果有待提升。

### （三）课程思政资源开发与整合机制有待完善

课程思政资源是保障体育与健康课程思政融合工作顺利推进的基础支撑,当前职业院校体育课程思政资源的开发力度与整合机制的完善程度仍有待提升。从资源开发来看,多数职业院校对体育课程思政资源的挖掘工作缺乏系统性规划,未能全面覆盖体育精神、体育文化、运动规则、团队协作、责任担当等多个核心维度;资源开发多以教师个体探索为主,团队协作开发的机制尚未完全形成,缺乏统一的资源开发标准和规划,导致开发的资源在质量、针对性等方面存在差异;对地方特色体育文化资源、校内体育活动蕴含的思政资源、行业体育实践中的思政元素挖掘不够充分,资源与学生学习需求、专业特色的适配性有待提高。从资源整合来看,职业院校尚未形成完善的体育课程思政资源整合机制,难以将分散在不同环节、不同场景的思政资源进行有效梳理与整合,未能构建起系统化的资源体系;不同学科、不同部门之间的资源共享渠道不够畅通,体育课程思政资源与其他课程的思政资源未能形成协同育人效应;资源的应用场景拓展不够充分,多集中于课堂教学环节,在课外体育活动、体育竞赛、社会实践等延伸场景中的应用力度不足,资源的育人价值未能得到充分释放。

### （四）课程思政评价体系与激励机制有待健全

科学完善的评价体系与激励机制是推动体育与健康课程思政融合工作长效推进的重要保障,当前职业院校在这两方面的建设仍需进一步加强。从评价体系来看,多数职业院校对体育课程思政融合成效的评价仍较多关注最终结果,对教学过程中的关键环节、学生思政素养的动态发展变化等方面的评价力度不足;评价指标体系的设计有待优化,指标内容多侧重于体育技能掌握程度与体质测试数据,

对学生规则意识、团队协作能力、意志品质、健康管理理念等思政素养相关的评价指标不够细化,难以全面、准确地反映融合育人的实际成效;评价主体的构成相对单一,以教师评价为主,学生自评、生生互评的参与度有待提高,行业相关主体参与评价的机制尚未完善,评价结果的全面性与客观性仍有提升空间。从激励机制来看,职业院校针对体育教师开展课程思政融合教学的专项激励政策有待健全,对教师参与融合教学改革的引导和支持力度需进一步加大,以更好地调动教师的积极性与主动性;激励方式的多样性有待提升,当前激励措施多以物质奖励为主,在教师专业发展支持、教学成果认可、教研能力提升等精神层面的激励力度不足;对学生在体育课程思政实践中的积极表现的激励机制不够完善,未能通过多元化的激励手段充分引导学生主动参与思政素养培育过程,有助于融合育人的良好氛围仍需进一步营造。

## 三、职业院校体育与健康课程思政融合的体系化构建

### （一）构建目标体系：明确思政育人方向与分层目标

构建科学合理的目标体系是实现职业院校体育与健康课程思政深度融合的重要前提与核心指引,该体系的构建必须牢牢立足职业院校“德技并修、工学结合”的核心育人目标,充分契合不同专业学生的认知规律与发展需求,既要明确思政育人的整体核心方向,又要结合学生的年级成长特点与专业岗位适配性,精准设定分层递进、衔接有序的育人目标。总体目标应聚焦于培养兼具扎实专业技能、良好职业素养与高尚道德情操的德技并修复合型人才,通过体育与健康课程思政的系统性融合实践,让学生在系统提升身体素质、掌握必备体育技能、养成终身锻炼习惯的同时,逐步树立正确的世界观、人生观、价值观,重点培育规则意识、团队协作精神、拼搏进取品质、抗挫折能力与健康管理能力,为学生未来的职业发展筑牢身心基础,为其终身发展提供核心素养支撑。分层目标的设定需严格遵循循序渐进、因材施教的原则,针对不同年级与不同专业的学生精准细化育人要求,确保目标落地的针对性与实效性。对于低年级学生,其核心任务是适应职业院校的学习生活节奏、培养基础行为规范,因此基础思政素养培育应作为重点,具体聚焦规则意识、纪律观念、集体归属感与团队协作基础能力的培养,通过基础体育项目的规范训练与集体活动参与,帮助学生快速融入集体,养成遵规守纪的良好习惯;对于高年级学生,其面临职业岗位对接与

实习就业的关键节点，因此需以职业素养与综合能力提升为核心，紧密结合专业岗位特点培养责任担当意识、岗位抗压能力、职业体能素养与职业沟通协作能力，通过针对性的体育训练与实践活动，助力学生更好地对接未来职业岗位需求。不同专业的分层目标更应突出专业适配性，实现体育思政育人与专业人才培养的精准对接，例如，服务类专业（如酒店管理、学前教育、护理等）应重点培养主动沟通协作能力、耐心服务意识与情绪管理能力，以适配未来服务岗位的人际互动需求；制造类专业（如机械制造、电工电子、汽车维修等）应重点培养严谨细致的工作态度、严格遵守安全规范的意识与精准操作的专注力，以契合工业生产岗位的安全与质量要求；技术研发类专业应重点培养攻坚克难的钻研精神、独立思考能力与团队创新协作能力，为未来技术攻关任务奠定素养基础，通过这种差异化的分层目标设定，切实提升思政育人的针对性与实效性。

在目标体系的具体构建过程中，需充分结合体育课程实践性、互动性的教学特点与思政教育价值引领的核心要求，将总体目标与分层目标进一步细化为可落地、可评估的具体课堂教学目标，无缝融入每一节体育课程的教学设计、教学实施与教学评价全过程，形成“总体目标—分层目标—课堂目标”的三级目标闭环。在目标细化过程中，需针对不同体育项目的核心特点与育人优势，精准匹配对应的思政育人侧重点，确保目标与教学内容的高度契合。例如，在篮球、排球等团队协作类体育课程的教学设计中，可将“培养主动沟通意识、强化团队协作精神与严格遵守竞赛规则的素养”作为核心具体教学目标，同时细化为“能够主动与队友沟通战术、在比赛中服从裁判判罚、为团队目标主动配合补位”等可观察的行为目标；在长跑、越野跑等耐力挑战类课程中，可将“锤炼拼搏进取精神、培养永不言弃的意志品质与自我激励能力”作为具体教学目标，进一步细化为“能够在身体疲惫时自我鼓励坚持完成训练任务、合理规划跑步节奏并逐步突破自身极限”等实践目标；在太极拳、八段锦等传统体育项目课程中，可将“传承中华优秀传统文化、培养修身养性的自律意识与沉稳专注的心态”作为具体教学目标，细化为“能够准确掌握动作要领、在训练中保持专注沉稳、主动了解传统体育项目的文化内涵”等能力目标。同时，目标体系的构建必须充分考虑学生的个体差异，尊重不同学生的体质状况、运动基础与兴趣爱好，为其设定个性化的发展目标，例如，对于运动基础薄弱的学生，可将“养成参与体育锻炼的习惯、提升运动自信心”作为核心目标；对于运动能力较强的学

生，可将“追求更高运动目标、培养竞技精神与帮助队友共同进步的协作意识”作为重点目标，通过个性化目标设定，确保每个学生都能在体育课程思政融合实践中获得符合自身需求的成长与提升。

科学完善的目标体系能够为体育与健康课程思政融合实践提供清晰、明确的方向指引，从根本上避免融合实践过程中的盲目性、随意性与形式化问题。通过总体目标的宏观引领，能够确保所有体育教学活动始终围绕“德技并修”的核心育人方向展开，实现思政教育与体育教学的价值同向、目标同频；通过分层目标的精准细化，能够让不同年级、不同专业的体育教学更具针对性，充分适配学生的成长规律与专业发展需求，实现“因材施教”的育人效果；通过课堂具体目标的落地实施，能够将抽象的思政育人要求转化为具体的教学行为，让教师清晰把握教学重点，让学生明确学习目标，切实提升融合教学的可操作性与可评估性。更为重要的是，目标体系的构建能够有效促进体育教学与思政教育的深度融合，让思政育人贯穿于体育技能训练、体育实践活动、体育文化传承的全过程，充分发挥体育课程“以体育人、以体育德”的独特育人功能，为培养德技并修的复合型人才提供坚实的目标支撑与方向保障，推动职业院校体育教育从“重技能、强体质”向“育素养、塑品格”的高质量发展转型。

## （二）构建内容体系：挖掘体育课程中的思政元素

内容体系是体育与健康课程思政融合的核心载体与关键支撑，构建科学系统的内容体系，其核心关键在于深入挖掘体育课程全链条中蕴含的思政元素，并按照“有机融入、自然融入”的原则，将其与体育教学内容进行精准对接、深度融合，最终形成兼具体育特色、思政内涵与专业适配性的一体化教学内容体系。内容体系的构建需立足体育教学的核心环节，围绕体育精神与价值观的隐性融入、体育技能学习中的规则意识与团队协作培养、体育文化传承中的文化认同与素养培育三个核心维度系统展开，确保思政元素的挖掘全面、深入、精准且具有实践可行性。其中，体育精神与价值观的隐性融入是内容体系的核心层面，需重点挖掘不同体育项目中蕴含的拼搏进取、永不言弃、尊重他人、公平竞争、超越自我等核心体育精神内涵，结合具体的训练与竞赛场景，将这些精神内涵转化为学生可感知、可践行的行为导向，融入各类体育项目的教学全过程；体育技能学习中的规则意识与团队协作培养是内容体系的实践层面，需紧密结合不同体育项目的技能特点与训练要求，将运动规则学习、战术配合训练与规则意识、协

作能力的培养有机结合,让学生在掌握体育技能的同时,深刻理解规则的重要性与协作的价值;体育文化传承中的文化认同与素养培育是内容体系的升华层面,需深入挖掘地方体育文化、传统体育项目、校园体育文化中的文化内涵与育人价值,引导学生在在学习体育文化的过程中提升文化自信,培育家国情怀与文化传承意识。

在具体的内容挖掘与融合过程中,需坚持“项目适配、专业对接、学生适配”的原则,结合不同体育项目的核心特点、学生的专业需求与认知规律,实现思政元素与教学内容的精准对接、自然融入,避免生硬植入与形式化融合。在竞技类体育项目(如田径、球类、游泳等)教学中,应重点融入拼搏进取、公平竞争、尊重对手、服从规则等思政元素,通过规范的竞赛规则讲解、模拟比赛场景的实践训练,让学生在竞技对抗中体会“尊重对手就是尊重自己”“公平竞争是竞技的核心准则”的内涵,在突破自身运动极限的过程中感悟拼搏进取、超越自我的精神价值;例如,在100米短跑训练中,引导学生在反复训练中克服肌肉酸痛、疲劳等困难,培养坚持不懈的品质;在足球比赛中,通过战术配合训练让学生理解“个体优势服务团队目标”的协作理念,通过判罚争议的合理处理引导学生树立尊重规则、理性看待结果的意识。在团队类体育项目(如篮球、排球、拔河、接力跑等)教学中,应重点融入团队协作、集体荣誉感、责任担当、沟通配合等思政元素,通过分组训练、团队对抗、战术研讨等环节,让学生在实践中学会倾听他人意见、主动沟通想法、合理分工协作,深刻体会“集体力量大于个体之和”的道理;例如,在篮球战术训练中,引导学生明确自身在团队中的角色定位,主动为队友创造进攻机会,在防守环节相互补位,培养责任担当与协作精神;在拔河比赛中,通过统一节奏、同步发力的训练,让学生直观感受团队协作的强大力量,增强集体荣誉感。在传统体育项目(如太极拳、八段锦、武术、舞龙舞狮等)教学中,应重点融入中华优秀传统文化传承、修身养性、沉稳专注、家国情怀等思政元素,通过讲解传统体育项目的历史渊源、文化内涵,让学生在在学习技能的同时,增强对中华优秀传统文化的认同与自信;例如,在太极拳教学中,结合动作的“刚柔并济、虚实结合”讲解中国传统哲学思想,引导学生培养沉稳专注的心态;在武术教学中,挖掘“尚武崇德”的精神内涵,引导学生树立“强身健体、保家卫国”的家国情怀。在健康管理类教学内容(如运动保健、健康评估、科学锻炼方法等)中,应重点融入自律意识、健康生活理念、生命至上、责任担当等思政元

素,通过讲解健康对个人发展、职业生活的重要性,引导学生养成规律运动、合理膳食、劳逸结合的良好生活习惯,培养对自身健康负责的责任意识。同时,应充分挖掘地方体育文化资源,将地方特色体育项目纳入教学内容,实现体育教学与地方文化的有机融合;例如,在具有武术传统的地区,可将地方特色武术项目(如崆峒武术、少林武术等)融入教学,挖掘其中的尚武精神与品德修养内涵,设计简单易学的武术基础动作教学模块;在具有民俗体育特色的地区,可将民俗体育活动(如端午赛龙舟、中秋投壶、地方秧歌等)纳入课程内容,挖掘其中的集体协作与文化传承意识,组织学生参与民俗体育活动的策划与实施;在具有体育名人资源的地区,可挖掘地方体育名人的拼搏进取与责任担当精神,整理成鲜活的案例故事融入课堂教学,让学生在身边榜样的过程中提升思政素养。

系统完善的内容体系能够为体育与健康课程思政融合实践提供丰富、优质的素材支撑,从根本上避免思政元素融入的生硬与牵强,确保融合教学的自然性与实效性。通过将思政元素与体育教学内容的有机融合,能够实现“体育技能学习”与“思政素养培育”的同频共振,让学生在在学习体育技能、参与体育实践的过程中,潜移默化地接受思政教育,实现知识学习、能力培养与价值塑造的有机统一。同时,内容体系的构建能够显著丰富体育课程的教学内涵,让体育课程不仅能够强健学生体魄,更能够滋养学生心灵、塑造学生品格,有效提升体育课程的吸引力、感染力与育人价值。更为重要的是,内容体系的构建能够推动体育课程从“重技能”向“育全人”的深刻转变,通过多样化的教学内容设计,满足不同专业、不同层次学生的发展需求,让体育课程真正成为培育德技并修复合型人才的重要阵地,为职业院校人才培养质量的提升提供有力支撑。此外,内容体系中地方体育文化、传统体育项目等素材的融入,能够增强体育课程的本土化、特色化,提升学生的学习兴趣与文化认同感,推动体育课程的特色化发展。

### (三) 构建实施体系: 创新教学方法与载体

实施体系是确保体育与健康课程思政融合目标与内容落地见效的关键环节,是连接理论构建与实践应用的桥梁,构建科学高效的实施体系,其核心在于立足体育教学的实践属性,创新教学方法与载体,将思政元素与体育教学过程进行全方位、深层次的有机融合,切实提升融合育人的实效性吸引力。实施体系的构建需围绕“学生主体、实践导向、创新驱动”的核心原则,重点

聚焦情境教学法、项目式学习、信息化手段三个核心维度系统展开,通过多样化的教学方法与丰富的教学载体,为学生营造沉浸式、体验式的思政学习氛围,引导学生在主动参与体育实践的过程中,主动感知、深刻领悟思政内涵,实现主动认同。其中,情境教学法通过构建贴近学生生活、契合教学目标的特定体育场景,能够有效激发学生的情感共鸣,让学生在身临其境的体验中深化对思政元素的理解与认同;项目式学习通过设计具有实践性、探究性的体育实践项目,能够充分调动学生的主观能动性,让学生在完成项目任务的过程中强化责任担当意识、提升综合能力;信息化手段通过运用丰富的数字资源与先进的技术平台,能够拓展思政教育的空间与渠道,提升教学的互动性、趣味性与覆盖面。

在具体的实施过程中,需坚持“灵活适配、精准施策”的原则,结合不同的教学内容、学生的专业特点与认知规律,灵活运用各类教学方法与载体,确保教学实施的针对性与实效性。在情境教学法的应用中,教师需立足教学目标与体育项目特点,精心构建具有思政育人内涵的体育场景,引导学生在场景体验中深化认知、升华情感。例如,在耐力跑教学中,可构建“挑战自我·突破极限”的主题情境,通过设置“阶段性目标打卡”“同伴互助陪跑”等环节,让学生在坚持跑步的过程中体会拼搏进取、永不言弃的精神,同时培养同伴间的互助精神;在团队竞赛教学中,可构建“团队协作·共克难关”的情境,通过设置“强弱分组对抗”“战术调整挑战”等任务,让学生在竞赛过程中感受集体力量的重要性,学会主动沟通、合理分工、协同攻坚;在传统体育项目教学中,可构建“文化传承·精神延续”的情境,通过播放传统体育项目的历史影像、邀请地方体育文化传承人现场授课等方式,让学生在浓厚的文化氛围中增强对中华优秀传统文化的认同与传承意识。在项目式学习的应用中,教师需结合学生的专业需求与体育教学内容,设计具有实践性、探究性与育人价值的体育实践项目,引导学生以小组为单位开展项目探究与实践,在完成项目任务的过程中提升综合素养。例如,针对管理类专业学生,可组织开展“校园体育赛事策划与组织”项目,让学生分组完成赛事方案设计、赛事宣传推广、现场组织协调、裁判工作执行等全流程任务,在项目实施过程中培养学生的团队协作、责任担当、沟通协调与统筹规划能力;针对服务类专业学生,可设计“校园健康体育推广”项目,让学生通过举办体育健康讲座、编制健康锻炼手册、开展校园体育健身指导等形式,传播体育文化与健康理

念,提升学生的社会服务意识与专业服务能力;针对技术专业学生,可设计“体育器材改良与创新”项目,让学生结合专业知识对现有体育器材进行改良设计或开发简易健身器材,在项目实践中培养学生的创新思维、实践能力与工匠精神。在信息化手段的应用中,教师需充分运用数字技术的优势,整合各类数字资源,拓展思政教育的渠道与形式,提升教学的互动性与趣味性。例如,可运用在线教学平台(如学习通、智慧树等)搭建体育课程思政线上学习模块,上传体育精神相关的短视频、优秀运动员励志案例、传统体育文化科普资料等,让学生运用课余时间自主学习,并通过线上答题、留言讨论等形式强化学习效果;可引入运动APP(如Keep、悦跑圈等)与可穿戴运动设备,让学生记录日常运动数据,教师通过平台对学生的运动情况进行跟踪指导,引导学生养成自律的运动习惯,同时通过设置“线上运动打卡赛”“健康运动分享会”等活动,激发学生的运动积极性;可运用短视频平台(如抖音、视频号等)鼓励学生拍摄“体育精神感悟”“传统体育项目展示”等短视频,通过校园官方账号进行展示传播,让学生在创作与分享的过程中深化对思政内涵的理解,同时提升文化传播能力;此外,还可运用虚拟仿真教学技术,构建虚拟体育竞赛场景、传统体育项目训练场景等,让学生在虚拟环境中进行安全、高效的训练,同时感受不同体育场景中的育人内涵。

科学完善的实施体系能够有效提升体育与健康课程思政融合的实效性,让思政育人真正融入体育教学的全过程。通过创新教学方法与载体,能够充分调动学生的学习积极性与主动性,让学生成为体育教学的“主动探究者”,在主动参与体育实践的过程中,潜移默化地接受思政教育,实现情感体验与价值认同的有机统一。情境教学法的应用能够让思政元素更具感染力,通过情感共鸣深化学生的认知认同;项目式学习的应用能够让思政素养的培育更具实践性,让学生在解决实际问题的过程中提升综合能力;信息化手段的应用能够让思政教育更具时代性与覆盖面,满足学生多样化的学习需求。同时,实施体系的构建能够推动体育教学模式的深刻创新,形成“实践体验+探究学习+线上线下融合”的多元化教学模式,显著提升体育课程的教学质量与育人水平。更为重要的是,实施体系的构建能够为构建全员全程全方位的育人体系提供有力支撑,通过体育教学与思政教育的深度融合,推动体育课程与其他专业课程、思政课程的协同育人,形成育人合力,为培养德技并修的复合型人才提供坚实的实践保障。

## 四、职业院校体育与健康课程思政融合的实践路径

### (一) 强化教师队伍建设：提升思政素养与教学能力

强化教师队伍建设是推动职业院校体育与健康课程思政融合实践的核心路径，该路径以提升体育教师的思政素养与教学能力为核心目标，通过系统的培训与协作机制，打造一支兼具扎实体育教学能力与深厚思政教育功底教师队伍。教师是融合实践的实施主体，教师的思政素养直接决定了思政元素挖掘的深度与准确性，教师的教学能力直接影响了思政元素与体育教学融合的实效性，因此，强化教师队伍建设是确保融合实践顺利推进的关键保障。

提升教师思政素养与教学能力可通过开展专题培训与教研活动、建立思政导师制度与跨学科协作机制两大具体措施推进。开展专题培训与教研活动是提升教师能力的基础措施，职业院校应定期组织体育教师参与思政理论专题培训，邀请思政教育专家、优秀体育教师开展讲座，帮助教师系统学习思政教育的核心内涵、目标要求与融合方法，提升教师的思政理论水平；定期开展体育课程思政融合教学教研活动，组织教师围绕思政元素挖掘、教学设计、教学实施等主题进行研讨，分享优秀教学案例与经验，通过集体备课、磨课等形式，提升教师的融合教学设计能力。建立思政导师制度与跨学科协作机制是提升教师能力的重要支撑，职业院校可为体育教师配备思政导师，由思政导师对体育教师的融合教学实践进行指导，帮助教师解决教学过程中遇到的思政教育难题；组建由体育教师、思政教师、专业课程教师组成的跨学科协作团队，开展联合教学研究，实现不同学科资源的共享与优势互补，让思政教师为体育教师提供思政理论支撑，专业课程教师为体育教师提供专业适配性指导，提升融合教学的针对性与专业性。此外，职业院校还可以鼓励体育教师参与课程思政相关的教学改革项目、课题研究，通过实践探索提升教师的融合教学能力与研究水平。

强化教师队伍建设能够为体育与健康课程思政融合实践提供坚实的人才支撑，通过提升教师的思政素养与教学能力，能够确保思政元素与体育教学的有机融合，避免融合实践的形式化与生硬化。同时，跨学科协作机制的建立能够推动不同学科之间的育人协同，丰富体育课程思政的教学思路与方法。一支高素质的体育教师队伍能够充分发挥言传身教的作用，在教学过程中为学生传递积极向上的价值观，引导学生在体育实践中提升思政素养，为培养德技并修的复合型人才提供有力保障。

### (二) 优化课程资源开发：整合校内外思政教育资源

优化课程资源开发是推动职业院校体育与健康课程思政融合实践的重要支撑路径，该路径以整合校内外思政教育资源为核心，通过系统开发与有效运用，构建丰富、多元的体育课程思政资源体系，为融合教学提供充足的素材支撑。课程资源是融合实践的基础，优质的课程资源能够提升融合教学的吸引力与实效性，因此，优化课程资源开发是提升融合育人质量的关键环节。

整合校内外思政教育资源、打造受学生喜爱的资源体系可完善融合课程、整合校园案例库、挖掘地方体育文化中的思政元素具体措施推进。整合校园案例库是整合校内资源的核心措施，职业院校应组织体育教师、思政教师、专业课程教师及学生代表联合完善体育与健康课程思政融合课程，课程内容不仅要结合学校的办学特色、学生的专业特点与体育教学需求，系统融入思政元素，明确不同体育项目的思政育人目标、内容与方法，更要充分考虑学生的兴趣爱好，增加“学生喜爱的体育项目思政案例”“趣味体育游戏中的思政元素”等板块，采用图文并茂、案例鲜活、语言生动的呈现形式，为融合教学提供系统且受学生喜爱的教学指引；同时，建立体育课程思政融合教学案例库，专门收集整理各类受学生喜爱的体育项目优秀融合教学案例，包括教学设计、教学实施过程、学生反馈、教学成效等内容，案例选择覆盖不同专业、不同体育项目类型，尤其侧重纳入球类、趣味运动、传统体育游戏等学生参与度高的项目案例，为教师开展融合教学提供可借鉴的经验与参考。挖掘地方体育文化中的思政元素是整合校外资源的重要措施，职业院校应充分结合所在地的体育文化特色，深入挖掘地方传统体育项目、特色体育活动、体育名人故事中的思政元素，优先选择那些在本地具有较高知名度、学生日常接触较多或易于参与的地方体育资源——例如，挖掘地方武术项目中的尚武精神与品德修养内涵，设计简单易学的武术基础动作教学模块；挖掘地方民俗体育活动（如舞龙舞狮、拔河比赛、踢毽子等）中的集体协作与传承意识，将这些民俗体育活动纳入课程内容；挖掘地方体育名人的拼搏进取与责任担当精神，整理成简短有趣的故事融入课堂教学；将挖掘的地方体育文化资源纳入课程资源体系，开发地方特色体育课程模块，让学生在学习熟悉且喜爱的地方体育文化的过程中，增强文化认同与归属感，同时提升思政素养。此外，职业院校还可整合校内体育场馆资源、校外体育培训机构资源、行业体育实践资源等，打造“趣味体育实践基地”“特色体育活动

平台”等，引入学生喜爱的新兴体育项目（如飞盘、旱地冰壶、趣味跑等）相关资源，构建校内外联动的课程资源体系，拓展融合教学的实践场景，让学生在多样化的体育实践中感受课程魅力。

优化课程资源开发能够丰富体育与健康课程思政融合教学的内容与形式，打造出更多受学生喜爱的教学素材与实践场景，显著提升教学的针对性、吸引力与学生参与度。校本教材与案例库的编写充分吸纳了学生的兴趣需求，能够为融合教学提供系统且贴合学生喜好的教学指引，帮助教师规范开展融合教学实践，让学生在喜爱的教材内容与案例故事中主动学习；地方体育文化资源的挖掘能够让融合教学更贴近学生的生活实际，新兴体育项目资源的引入能够满足学生的新鲜感与探索欲，这些都能增强学生的参与感、认同感与对课程的喜爱之情。校内外资源的整合能够拓展融合教学的空间与渠道，让学生在课堂教学、课外体育活动、社会实践等多个场景中参与喜爱的体育项目，接受思政教育，实现全程全方位育人。同时，课程资源的开发与整合能够推动体育课程的特色化、趣味化发展，让体育课程真正成为学生喜爱、能受益终身的课程，进一步提升职业院校体育教育的办学质量与育人内涵。

### （三）完善评价体系：构建多元化考核机制

完善评价体系是推动职业院校体育与健康课程思政融合实践长效发展的关键路径，该路径以构建多元化、人性化且能激发学生喜爱的考核机制为核心，通过科学的评价引导，确保融合育人目标的有效实现，充分激发教师与学生参与融合实践的积极性和主动性。评价体系是融合实践的“指挥棒”，科学合理、贴合

构建多元化考核机制可通过实施学生思政表现动态评价、开展教师课程思政成效量化评估两大具体措施推进。实施学生思政表现动态评价是评价体系的核心内容，职业院校应将学生的思政表现纳入评价范围，构建多维度、过程性的学生评价体系。评价指标应包括规则意识、团队协作、拼搏进取、尊重他人、健康管理等思政素养维度，每个维度细化为具体的可观察、可衡量的评价要点，例如，规则意识可细化为遵守运动规则、尊重裁判判罚等要点；团队协作可细化为主动配合队友、参与团队讨论等要点。评价方式应采用过程性评价与结果评价相结合的方式，过程性评价通过课堂观察、运动APP数据记录、小组评价等形式，跟踪记录学生在体育教学全过程的思政表现；结果评价通过体育竞赛表现、实践项目完成情况、思政素养自我总结等形式，综合评价学生的思政素养提升成效。评价主

体应实现多元化，包括教师评价、学生自评、学生互评等，确保评价结果的客观性与全面性。开展教师课程思政成效量化评估是评价体系的重要组成部分，职业院校应建立教师课程思政融合教学评价指标体系，指标包括思政元素挖掘的准确性、教学设计的合理性、教学实施的有效性、学生思政素养提升成效等维度；采用课堂观察、教学档案评审、学生满意度调查、同行评议等多种方式进行评估，全面、客观地评价教师的融合教学成效。

完善评价体系能够为体育与健康课程思政融合实践提供科学的导向与保障，多元化考核机制的构建能够全面、准确地反映融合育人成效。通过对学生思政表现的动态评价，能够引导学生主动关注自身思政素养的提升，激发学生参与融合实践的积极性；通过对教师课程思政成效的量化评估，能够激励教师不断优化融合教学方案，提升教学能力。同时，评价结果能够为融合实践的持续改进提供数据支撑，帮助职业院校及时发现融合实践中存在的问题，调整优化融合策略，推动融合实践的长效化、规范化发展，最终实现育人质量的全面提升。

## 五、职业院校体育与健康课程思政融合的保障机制

### （一）制度保障：完善课程思政管理制度与激励机制

制度保障是职业院校体育与健康课程思政融合实践顺利推进的基础，完善课程思政管理制度与激励机制能够为融合实践提供规范化的指引与强有力的动力支撑。职业院校应结合自身办学实际，制定完善的体育与健康课程思政融合管理制度，明确融合教学的目标要求、实施流程、责任分工等内容，将课程思政融合纳入体育课程教学质量评价体系，确保融合实践有章可循。管理制度应明确体育教师在融合教学中的职责，要求教师将思政育人目标纳入教学设计、教学实施与教学评价的全过程；明确教务处、学生处、体育教学部门等相关部门的协作职责，形成齐抓共管的工作格局。在激励机制方面，职业院校应建立针对体育教师课程思政融合教学的专项激励政策，将融合教学成效与教师的职称评定、绩效考核、评优评先等直接挂钩，对在融合教学改革中取得优异成绩的教师给予物质奖励与精神奖励；设立课程思政融合教学改革专项课题、教学成果奖等，鼓励教师积极参与融合教学研究与实践创新；建立教师专业发展支持机制，为教师参与思政培训、教研交流、跨学科协作等提供经费与时间保障，助力教师提升融合教学能力。

## （二）组织保障：成立专项工作组与跨部门协作平台

组织保障是推动职业院校体育与健康课程思政融合实践协同推进的关键，成立专项工作组与跨部门协作平台能够整合各方资源，形成融合育人的合力。职业院校应成立由学校领导牵头，教务处、学生处、体育教学部门、思政教学部门、各专业院系负责人组成的体育与健康课程思政融合专项工作组，负责统筹规划融合实践的整体推进，制定融合发展规划与实施方案，协调解决融合实践中遇到的问题，监督检查融合实践的实施成效。专项工作组应定期召开工作会议，总结融合实践经验，分析存在的问题，调整优化融合策略。同时，建立跨部门协作平台，整合体育教学部门、思政教学部门、各专业院系、图书馆、信息中心等部门的资源与力量，开展联合教学研究、课程资源开发、教学团队建设等工作。例如，体育教学部门与思政教学部门联合开展思政元素挖掘与教学设计研讨；体育教学部门与各专业院系联合开发适配专业需求的融合教学内容；信息中心为融合教学提供信息化技术支持；图书馆为教师与学生提供相关文献资源服务。通过跨部门协作平台的构建，实现资源共享、优势互补，形成融合育人的协同效应。

## （三）资源保障：加大经费投入与技术支持力度

资源保障是确保职业院校体育与健康课程思政融合实践顺利开展的物质基础，加大经费投入与技术支持力度能够为融合实践提供充足的资源支撑。在经费投入方面，职业院校应设立体育与健康课程思政融合专项经费，用于课程资源开发、教师培训、教学改革研究、教学设备购置等工作。专项经费应保障校本教材编写、案例库建设、地方体育文化资源挖掘等课程资源开发工作的顺利开展；保障教师参与思政专题培训、跨学科教研交流、教学改革项目等专业发展活动的经费需求；保障体育场馆设施升级、信息化教学设备购置等教学条件改善工作的实施。在技术支持方面，职业院校应加强信息化教学平台建设，搭建集教学资源共享、在线教学互动、学习数据记录、教学评价反馈等功能于一体的体育课程思政融合教学平台，为教师开展线上线下混合式教学提供技术支撑；引入运动APP、可穿

戴运动设备等数字化教学工具，帮助教师实时记录学生的运动数据与学习表现，为过程性评价提供数据支撑；加强对教师的信息化教学技能培训，提升教师运用数字化技术开展融合教学的能力。同时，职业院校应整合校内外体育资源，与地方体育部门、体育培训机构、行业企业等建立合作关系，拓展融合教学的实践场地与资源，为学生提供更多的体育实践与思政体验机会。

## 六、结束语

职业院校体育与健康课程思政融合是落实立德树人根本任务、提升职业教育育人质量的重要路径，其在培养德技并修的复合型人才、推动课程思政改革深化发展等方面具有不可替代的地位。本文构建的体育与健康课程思政融合体系，涵盖目标体系、内容体系、实施体系三个核心维度，提出的为职业院校开展融合实践提供了系统的理论参考与实践指引。下一步，职业院校应强化教师队伍建设、优化课程资源开发、完善评价体系等实践路径，以及配套的制度、组织、资源保障机制，形成了较为完整的融合发展框架，结合自身办学特色与学生发展需求，不断优化融合体系与实践路径，加强融合教学的实践探索与经验总结。通过持续深化体育与健康课程思政融合，充分发挥体育课程的育人功能，实现学生身体素质提升与价值观塑造的协同发展，培养更多兼具扎实技术技能与良好道德素养的高素质技术技能人才，为职业教育的高质量发展与人才培养体系的完善提供有力支撑。

## 参考文献：

- [1] 沙言春.职业院校体育与健康课程中融入思政教育的实践研究[J].教育思想理论研究, 2025, 3(03): 10-12.
- [2] 任智亮.刍议体质健康测试对高职体育教学改革的作用研究[J].国家通用语言文字教学与研究, 2021(09): 82-83.
- [3] 颜晴.中等职业学校体育与健康课程融合思政教育的路径探析[J].健与美, 2025(12): 146-148.
- [4] 董翠香, 熊明亮, 王乐.职业院校“体育与健康”课程思政元素融入教学的实践探索[J].湖南教育(C版), 2021(09): 23-26.