

新时代高职院校体育与健康课程的浅议

孟广清

山东科技职业学院 山东 潍坊 261053

[摘要]体育课程作为高职院校教育的重要组成部分，对学生的身心健康、综合素质提升具有不可替代的作用。然而，在新时代背景下，高职院校体育与健康课程面临着诸多挑战，如教学理念滞后、教学方法单一、师资力量薄弱等。因此，对高职院校体育与健康课程的现状进行深入分析，并提出有效的应对策略，对于提升教学质量、促进学生全面发展具有重要意义。

[关键词]高职院校；体育与健康课程；教学改革；评价体系；校园文化

[中图分类号] G807.4 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1687-9534(2025)-0039-64 **[收稿日期]** 2025-04-11

一、新时代高职院校体育与健康课程现状

（一）课程重视程度不足

尽管国家对高职院校体育与健康课程的重视程度不断提高，但在实际操作中，仍存在重视程度不够的问题。一方面，部分高职院校对体育与健康课程的课时安排不足，导致学生难以获得足够的体育锻炼时间；另一方面，由于场地、器材等资源的限制，部分高职院校的体育与健康课程难以正常开展。

（二）教学内容单一

目前，高职院校体育与健康课程的教学内容多集中在跑、跳、投等基本技术和专项身体素质训练上，缺乏对学生综合能力的培养。这种单一的教学内容不仅难以满足学生的多样化需求，还容易导致学生对体育课程产生厌倦情绪，从而影响教学效果。

（三）教学方法陈旧

高职院校体育与健康课程的教学方法多

沿用传统的教学模式，如教师讲授、学生练习等。这种教学方法忽视了学生的主体地位，难以激发学生的学习兴趣 and 积极性。同时，由于教学方法的陈旧，部分教师难以精准把握学生的学习情况，导致教学效果不佳。

（四）教师专业素养有待提升

高职院校体育教师的专业素养直接影响到体育与健康课程的教学质量。然而，目前部分高职院校的体育教师存在理论知识掌握不足、实践经验匮乏等问题。这不仅限制了教师的教学能力，还影响了学生的学习效果。

（五）评价方式单一

高职院校体育与健康课程的评价方式多集中在理论知识考核上，缺乏对学生身体素质、技能掌握等方面的考核。这种单一的评价方式难以全面反映学生的学习成果，也无法有效激发学生的学习动力。

（六）运动场地与器材不足

高职院校学生人数众多，对运动场地和器材的需求较大。然而，部分高职院校由于资金、规划等原因，难以满足学生的需求。这不仅影响了学生参与体育活动的积极性，还限制了体育与健康课程的正常开展。

（七）课程资源匮乏

在新时代背景下，高职院校体育与健康课程需要紧跟时代发展步伐，不断更新课程资源。然而，目前部分高职院校在课程资源方面存在匮乏问题，如教材陈旧、教学资源不足等。这不仅限制了教师的教学手段，还影响了学生的学习体验。

二、新时代高职院校体育与健康课程问题分析

（一）教学理念滞后

在新时代背景下，高职院校体育与健康课程需要更新教学理念，注重培养学生的综合素质和创新能力。然而，部分高职院校仍沿用传统的教学理念，过分强调体能训练和竞技成绩，忽视了学生的身心健康和全面发展。这种滞后的教学理念难以适应新时代的要求，也无法满足学生的多样化需求。

（二）课程设置不合理

高职院校体育与健康课程的设置需要符合学生的身心发展规律和实际需求。然而，目前部分高职院校的课程设置存在不合理问题，如课程内容重复、缺乏针对性等。这不仅浪费了学生的时间和精力，还影响了教学效果的提升。

（三）教学方法缺乏创新

高职院校体育与健康课程的教学方法需要不断创新，以适应新时代的要求和学生的需求。然而，部分高职院校仍沿用传统的教学方法，忽视了学生的主体地位和个性差异。这种缺乏创新的教学方法难以激发学生的学习兴趣 and 积极性，也无法满足学生的多样化需求。

（四）师资队伍建设滞后

高职院校体育与健康课程的教学质量取决于教师的专业素养和教学能力。然而，目前部分高职院校的师资队伍建设滞后，存在教师数量不足、质量不高等问题。这不仅限制了教师的教学能力，还影响了学生的学习效果。

（五）评价体系不完善

高职院校体育与健康课程的评价体系需要完善，以全面反映学生的学习成果和激发学生的学习动力。然而，目前部分高职院校的评价体系存在不完善问题，如评价内容单一、评价方式不科学等。这不仅难以准确反映学生的学习成果，还无法有效激发学生的学习动力。

三、新时代高职院校体育与健康课程应对策略

（一）更新教学理念，注重全面发展

在新时代背景下，高职院校体育与健康课程需要更新教学理念，注重培养学生的综合素质和创新能力。具体而言，教师应树立以学生为中心的教学理念，关注学生的身心健康和全面发展；同时，还应注重培养学生的创新意识和实践能力，以适应新时代的要

求。

（二）优化课程设置，提升针对性

高职院校体育与健康课程的设置需要符合学生的身心发展规律和实际需求。因此，学校应优化课程设置，提升针对性。一方面，应根据学生的年龄、性别、兴趣等因素设置多样化的课程内容；另一方面，还应加强课程之间的衔接和整合，避免内容重复和浪费。

（三）创新教学方法，激发学习兴趣

高职院校体育与健康课程的教学方法需要不断创新，以适应新时代的要求和学生的需求。具体而言，教师应采用多样化的教学方法，如情景教学、案例教学、项目教学等，以激发学生的学习兴趣 and 积极性；同时，还应注重因材施教，关注学生的个体差异和需求。

（四）加强师资队伍建设，提升专业素养

高职院校体育与健康课程的教学质量取决于教师的专业素养和教学能力。因此，学校应加强师资队伍建设，提升专业素养。一方面，应加大对教师的培训力度，提高教师的理论水平和实践能力；另一方面，还应鼓励教师参加学术交流和研究活动，拓宽视野和思路。

（五）完善评价体系，全面反映学习成果

高职院校体育与健康课程的评价体系需要完善，以全面反映学生的学习成果和激发学生的学习动力。具体而言，学校应建立多

元化的评价体系，包括理论知识考核、技能掌握考核、身体素质考核等方面；同时，还应注重过程性评价和终结性评价相结合，以全面反映学生的学习过程和成果。

（六）加强运动场地与器材建设，满足学生需求

高职院校应加大对运动场地和器材的投入力度，以满足学生的需求。一方面，应合理规划运动场地和器材的布局和使用；另一方面，还应加强对运动场地和器材的维护和保养工作，确保其正常使用和安全性。

（七）丰富课程资源，提升教学质量

在新时代背景下，高职院校体育与健康课程需要不断丰富课程资源，以提升教学质量。具体而言，学校应引入新的教材和教学资源，如多媒体教学资源、网络教学资源等；同时，还应鼓励教师自主研发教材和教学资源，以满足学生的多样化需求。

（八）加强校园体育文化建设，营造良好氛围

高职院校应加强校园体育文化建设工作，营造良好的氛围。一方面，应广泛开展各种文体活动和体育竞赛活动，提高学生的参与度和兴趣；另一方面，还应加强对体育精神的宣传和教育工作，培养学生的体育意识和精神风貌。

四、结论

新时代背景下，高职院校体育与健康课程面临着新的机遇与挑战。通过深入分析现状和问题，本文提出了有效的应对策略。具体而言，高职院校应更新教学理念、优化课

程设置、创新教学方法、加强师资队伍建
设、完善评价体系、加强运动场地与器材建
设、丰富课程资源以及加强校园体育文化建
设等方面的工作。这些措施的实施将有助于
提升高职院校体育与健康课程的教学质量，
促进学生的身心健康发展。同时，也为其他
高职院校提供了有益的借鉴和参考。在未来的
发展中，高职院校应继续深化体育与健康
课程的教学改革工作，以适应新时代的要求
和学生的需求。

参考文献：

- [1]王健,王利国.义务教育体育与健康课程跨
学科主题学习之要义与推进策略[J].体育科学,
2023,43(07):37-45.
- [2]刘鼎伟,黄爱峰,庞俊鹏.百廿年学制变迁中

体育与健康课程的历史脉络、主要变化和未
来发展趋势[J].武汉体育学院学报,2024,58(0
5):89-96.

[3]周珂,乔石磊,周艳丽.体育与健康课程大单
元教学的理论适切和教学方略——基于课程
层次理论的分析[J].武汉体育学院学报,2023,
57(08):77-83.

[4]马卉君,马成亮,姚蕾.我国体育与健康课程
学业质量评价的学理逻辑与实践路向[J].北京
体育大学学报,2023,46(02):107-116.

[5]陈一林,张文鹏,刘斌.基于活动理论的体育
与健康课程跨学科主题学习活动设计路径研
究[J].体育学研究,2023,37(05):62-74.

[6]张文鹏,宣江鑫,谌平.我国 3 版义务教育体
育与健康课程标准量化比较[J].上海体育大学
学报,2024,48(02):14-24.

A Brief Discussion on Physical Education and Health Courses in Higher Vocational Colleges in the New Era

Meng Guangqing

Shandong Vocational College of Science and Technology, Weifang, Shandong 261053

Abstract:As an important component of vocational education, physical education courses play
an irreplaceable role in improving students' physical and mental health, as well as overall quality.
However, in the context of the new era, physical education and health courses in vocational colleges
face many challenges, such as outdated teaching concepts, single teaching methods, and weak
teaching staff. Therefore, conducting an in-depth analysis of the current situation of physical
education and health courses in vocational colleges and proposing effective response strategies is of
great significance for improving teaching quality and promoting students' comprehensive
development.

Keywords: vocational colleges; Physical education and health courses; reform in education;
Evaluation system; campus culture