

基于职业体能特点的高职院校体育课程体系 创新研究

王 杰, 崔宏超

湖南商务职业技术学院体育课部, 湖南 长沙

收稿日期: 2023年5月7日; 录用日期: 2023年6月7日; 发布日期: 2023年6月14日

摘 要

围绕职业体能特点开展高职院校体育课程体系创新, 既是高职院校体育课程改革的重要内容, 也是高职院校学生专业学习和职业发展的有力保障。为推进职业体能教育的创新发展, 对高职院校职业体能教育的内涵、价值意蕴进行了阐述, 同时对当前高职院校体育课程设置的现实状况、存在的问题及高职院校体育课程体系开发原则进行了探讨, 在此基础上对基于职业体能特点的高职院校体育课程体系创新提出了几点建议。

关键词

职业体能, 高职体育, 课程体系

Research on the Innovation of Physical Education Curriculum System in Higher Vocational Colleges Based on the Characteristics of Professional Physical Fitness

Jie Wang, Hongchao Cui

Department of Physical Education, Hunan Vocational College of Commerce, Changsha Hunan

Received: May 7th, 2023; accepted: Jun. 7th, 2023; published: Jun. 14th, 2023

Abstract

The innovation of the physical education curriculum system in higher vocational colleges around

the characteristics of professional physical fitness is not only an important part of the reform of physical education curriculum in higher vocational colleges, but also a strong guarantee for students' professional learning and career development in higher vocational colleges. In order to promote the innovation and development of vocational physical education, this paper expounds the connotation and value implication of vocational physical education in higher vocational colleges. The present situation, existing problems and development principles of physical education curriculum system in higher vocational colleges are discussed, and on this basis, some suggestions are put forward for the innovation of physical education curriculum system in higher vocational colleges based on the characteristics of professional physical fitness.

Keywords

Professional Physical Fitness, Higher Vocational Sports, Curriculum System

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

在高职教育“提质培优，增值赋能”背景下，各职业对职业体能的特色化要求都有着前所未有的凸显，这对于在校“准岗位”高职院校学生来说提出了较高的身体体能要求。高职院校体育课程作为高职院校课程建设中的重要组成部分，对于提高高职院校学生的身体体能水平，推动高职院校学生掌握职业病的防治知识以及培养高职院校学生终身体育锻炼的意识都具有重要的现实意义。基于此，突出职业体能特色的高职院校体育课程体系创新研究就显得尤为重要。

2. 高职院校职业体能教育内涵与价值意蕴

2.1. 高职院校职业体能教育的内涵

职业体能是与职业(劳动)有关的身体素质以及在不良劳动环境条件的耐受力 and 适应能力,是经过特定的工作能力分析后所需具备的身体活动能力[1]。高职院校职业体能教育是将对职业重要的身体能力及其相关能力培养等纳入到高职体育课程教学中,以学生入职后的工作特点、职业环境为基础,安排学生完成体能训练的“工作”任务。高职院校职业体能教育能够让高职院校学生真正了解体育锻炼和未来职业的关联程度,提高高职院校学生的身体素质和心理抗压能力和社会适应能力,促进高职院校学生的未来健康成长和职业发展[2]。

2.2. 高职院校职业体能教育的价值意蕴

1) 微观价值: 增加高职院校毕业生在就业岗位中的竞争力

随着互联网时代的到来,尤其是高职院校学生,养成了喜欢坐着、躺着,不喜欢运动,爱上网的习惯,体育意识几乎为零。根据对近年来学生体质健康测试数据进行了统计和检验,从各方面健康指标来看,高职院校学生的身体素质呈现一定下降的趋势,尤其是高职院校毕业生身体素质。正所谓“好的身体是一切行为的前提和基础”,高职院校毕业生只有拥有良好的身体素质才能去竞聘和胜任各种工作。因此,剖析学生专业特点,打造职业体能教育教学体系,使高职院校学生拥有健康的体魄,增加高职院校毕业生在就业岗位中的竞争力。

2) 中观价值: 凸显高职院校体育课程的建设特色

高职院校体育教育兼顾双重属性, 即高等体育教育属性与职业体育教育属性。高职院校体育教育既要完成提升高职院校学生身体素质的本职工作, 也要强化发展对职业重要的身体能力及其相关能力培养的特职工作。对此, 高职院校应以就业为导向, 突出职业体能教学, 为一线企业培养职业型、应用型和劳动型人才, 构建高职院校职业实用性体育课程体系, 彰显高职院校体育课程的特色化建设, 从而有序提升高职院校体育课程教育教学质量。

3) 宏观价值: 培养高素质职业人, 为今后预防职业病提供保障

据《中国“工作倦怠指数”调查结果》显示, 世界范围内普遍存在的工作倦怠现象正袭扰我国, 比例最高的工作人员为普通一线职工[3], 而对于一线专业技术人员来说长年工作任务繁重, 更是饱受职业病所折磨着。前苏联专家马特维也夫在《体育理论与方法》一书中曾明确提到: “职业实用性身体训练水平是缩短掌握职业期限的因素之一, 同时也是对掌握职业工作质量的一种保证。”[4]因此, 作为将来一线专业技术人员的高职院校学生必须高度重视如何预防职业病, 通过将职业体能教学内容融入到高职院校体育课程体系, 以“预防为主、防治结合”作为准则, 引导高职院校学生进行职业实用性的身体训练, 督促高职院校学生养成自我锻炼、自我预防的习惯, 既为高职院校学生入职前打造良好的身体素质, 也为高职院校学生了解入职后可能会产生的职业病。

3. 当前高职院校体育课程设置的现状及存在的问题

根据调查发现, 当前高职院校大多数学生对自己将来的工作岗位并没有清晰的认识, 对职业体能总体认知不足, 高职院校体育课程教学目标缺乏差异性且不够明确, 导致体育课程设置的不合理, 忽视了高职院校体育课程职业教育的特殊性。高职院校的体育课程教学基本沿用传统的体育教学模式, 加之考核评价体系单一, 基本上将对高职院校学生基本身体素质的强化作为主要内容, 这不仅没有充分表现出高职院校体育教育的特殊性, 也对高职院校学生综合素质的提升以及未来职业发展有所忽视, 久而久之已经无法适应新时代岗位人才的需求, 因此高职院校必须在新时代结合新情况将职业体能融入到体育课程体系进行创新研究。

4. 基于职业体能特点的高职院校体育课程体系开发原则

4.1. 以职业体能为抓手, 确保人才培养符合岗位职业体能特点

高职院校在设置体育课程人才培养方案之前, 并没有深入一线岗位了解职业体能特点, 结果导致培养出的人才不能适应一线岗位职业体能的需求。因此, 高职院校体育课程在设置人才培养方案时, 要通过深入到一线企业岗位进行实地调查, 了解岗位职业体能的特点, 以职业体能为抓手, 制订符合岗位体能特点的人才培养目标, 有效地保证高职院校体育课程符合岗位职业体能的特点。

4.2. 充分发挥高职院校体育课程锻炼作用, 实现课程教学与岗位体能有效衔接

高职院校在开发设计体育课程体系之前, 要分析岗位体能发展需要, 了解不同就业岗位群所需要的体能, 比如坐姿型就业岗位群对应专业为会计、文秘、电子商务、软件技术等, 这类就业岗位群所需的职业体能则主要是有关颈肩部力量、上肢力量及指腕力量等。同时, 体育教师应加强与专业课教师进行沟通, 及时了解各专业的体能要求, 整合职业体能教学内容, 按照相应的体能要求编制出高职院校体育课程的教学大纲和评价体系, 构建岗位体能系统化的高职院校体育课程体系。

5. 基于职业体能特点的高职院校体育课程体系建设对策

5.1. 提升高职院校学生职业体能认知

长期以来绝大多数高职院校学生对体育课存在着片面性认识, 加之学生的兴趣与职业能力发展所需

的内容不对称, 导致高职院校学生对职业体能教学内容不一定感兴趣。对此, 在进行职业体能内容教学时一方面要重点引导学生提升对职业体能的认知能力, 引导学生在今后工作生活中如何合理、科学地进行体育锻炼、进行自我调节的能力, 为自身职业能力发展提供坚实的基础。另一方面, 通过构建有关职业体能教学内容的网络课堂学习交流平台, 建设体育精品课程, 让学生能够根据自己的兴趣选择体育理论知识的学习内容和学习时间从理论层面逐步提升学生对职业体能特点的认知。同时, 高职院校体育教师通过网络交流平台上与学生进行交流互动, 从而进一步调动学生认知职业体能的内在动力, 激发学生主动探究职业体能知识的欲望。

5.2. 合理安排职业体能教学内容

职业体能教学内容的制定与落实, 既是保障高职院校学生专业学习和职业发展的具体实践环节, 也是推动高职院校体育课程改革的实质性环节。高职院校可以结合自身专业设置和实用型人才培养需要, 以及学校实际办学状况, 科学系统地选择教学内容[5]。针对会计、文秘、电子商务等坐姿型专业学生的体育教学, 在日常体育教学中可以选择防身术、太极拳、瑜伽等内容教学; 而针对汽修、土木等工作变姿操作型专业学生的体育教学, 则可以选择健身跑、拓展训练等团队耐力内容教学。对此, 在安排职业体能作为体育教学内容时, 教学内容要具有实用性和科学性, 力争使高职院校学生在今后的岗位工作中能够大有作为。

5.3. 发掘高职院校体育课程内外一体化教学模式

全面提高学生体能和职业体能水平, 单凭每周两节体育课是不可能实现的, 只有当高职院校体育课堂教学与课外的体育活动有机结合, 形成课内外有机联系的课程结构, 才能有效促进高职院校学生职业体能水平的可持续发展。一方面, 高职院校体育课程在融入职业体能教学内容时还应该大力发展课外体育俱乐部, 以高职院校学生在体育方面的兴趣爱好和专业发展需要作为着力点, 以俱乐部的形式在课余时间组织高职院校学生进行锻炼并参与相关体育竞赛等, 使高职院校学生在运动参与过程中潜移默化的养成运动锻炼的习惯, 并逐渐树立起终身体育的理念; 另一方面, 高职院校应积极推动学生体育社团开展经常性的体育活动和运动竞赛, 高职院校学生通过身体力行的运动参与, 使高职院校学生养成经常自觉锻炼的习惯, 方能有效提升高职院校学生体能和职业体能水平。

5.4. 调整高职院校体育课程评价体系

体育课程评价是体育课程体系框架的核心内容, 又是检验体育课程实施效果的关键环节[6]。结合职业体能特点的体育教学评价不仅要对学生的体育运动意识、运动技能、运动知识、身体素质进行评价, 而且还要对学生在体育教学中表现出来的职业体能能力和体育人文精神等方面进行综合评价[7]。体育课程评价体系要实现学生自评、互评与体育教师评价相结合, 采取定量评价和定性评价、结果性考核评价和过程性考核评价相结合的考核评价方式, 明确不同评价方式所占比重, 以此来构建科学、合理、有效且符合职业体能需求的高职院校体育课程评价体系。同时, 将《国家学生体质健康标准》纳入到体育课程评价内容, 深入贯彻“学生《国家学生体质健康标准》测试不合格不能毕业”的政策, 为高职院校学生未来职业发展强“体”助“能”, 使高职院校毕业生能够满足岗位职业体能特点的实践型和应用型人才。

6. 结语

强健的体魄是高职院校学生专业学习和职业发展的有力保障, 这也是高职院校体育课程课程目标的最终体现。因此, 高职院校要以提升学生对于职业体能认知为出发点, 合理融入职业体能教学内容, 并

深入发掘高职院校体育课程内外一体化教学模式, 调整高职院校体育课程评价体系, 达到增强高职院校学生身体体能的目的是, 让高职院校毕业生拥有一个良好的身体素质。

基金项目

湖南省教育厅科学研究项目“基于职业体能特点的高职院校体育课程体系创新研究”(20C1068)。

参考文献

- [1] 翁惠根, 黄喆. 高职体育课程教学强化职业体能的对策分析[J]. 职业时空, 2008, 4(10): 230-231.
- [2] 杨琪, 滕金凤, 梁金娥, 等. 论高职体育课程教学融入职业体能的对策分析[J]. 当代体育科技, 2021, 11(2): 116-117+120.
- [3] 石卫锋. 五年制高职焊接专业推行职业体能的教学研究[D]: [硕士学位论文]. 苏州: 苏州大学, 2014: 4.
- [4] 王桂香. 优化体育课程, 助力“健康中国”战略——评《学校体育教育理论与方法——马特维也夫体育教育思想》[J]. 当代教育科学, 2018(7): 97.
- [5] 张剑. 以职业体能需求为背景的高职体育教学改革[J]. 佳木斯职业学院学报, 2023, 39(2): 140-142.
- [6] 于素梅. 一体化体育课程评价体系的建构[J]. 体育学刊, 2019, 26(5): 15-19.
- [7] 景明. 基于职业体能需求高职院校体育课程改革研究[J]. 南京工业职业技术学院学报, 2018, 18(2): 67-69+80.