

新职教法背景下高职院校体育课程教法改革探究

李瑗民, 王宝舟

浙江体育职业技术学院 浙江 杭州 311215

[摘要]鉴于传统体育课程教学法存在的问题,并紧密结合新职教法的核心要求,我们深入探讨了高职院校体育课程教法改革的迫切性与可行性。研究聚焦于通过实施分层教学、个性化教学、模块化教学以及项目化教学等一系列多元化教学策略,以期显著提升体育课程的教学效果,并全面促进学生的德、智、体、美、劳综合发展。本研究不仅为高职院校体育课程的教法改革提供了有力的理论支撑,同时也具有重要的实践指导意义,旨在推动体育教学质量迈向新的高度。

[关键词]新职教法;高职院校;体育课程;教法改革;分层教学

[中图分类号]G712 **[文献标识码]**A **[文章编号]**1823-9635(2026)-0094-67 **[收稿日期]**2025-09-14

一、引言

随着职业教育的不断发展,职业教育在国民教育体系中的地位和作用日益凸显。体育课程作为高职院校学生在校期间必修的一门公共基础课程,其教学质量直接关系到学生的身体素质、运动技能、健康水平以及社会适应能力。然而,当前高职院校体育课程教学中普遍存在着对体育课程重要性认识不足、课程内容设置单一、学生基础较差、教学方法单一等问题,严重影响了体育课程教学效果。因此,在新职教法背景下,对高职院校体育课程教法进行改革与创新,具有重要的现实意义。

二、传统教学法与新职教法要求的冲突

(一)传统体育课程教学法存在的问题

1. 对体育课程重要性认识不足

长期以来,部分高职院校对体育课程的重要性认识不足,认为体育课程可有可无,

甚至将其与德育课合并成大课进行教学。这种观念导致体育课程在高职院校中的地位被边缘化,体育课程的教学质量难以得到保障。

2. 体育课程内容设置单一

由于我国体育基础设施建设相对滞后,高职院校的体育场地设施难以满足学生多样化的需求。同时,体育课程内容设置单一,缺乏创新性和趣味性,难以激发学生的学习兴趣 and 积极性。

3. 学生基础较差、学习能力不足

高职院校学生普遍存在着基础较差、学习能力不足的问题。部分学生对体育课程缺乏兴趣,学习热情低,导致体育课程教学效果不佳。

4. 教学方法单一

传统体育课程教学方法单一,主要以教师讲授为主,学生被动接受知识。这种教学

方式忽视了学生的主体地位和个体差异，难以满足学生多样化的学习需求。

（二）新职教法对传统体育课程教学法的挑战

新职教法对职业院校体育课程教法提出了新的要求，主要体现在以下几个方面：

1. 建立健全职业学校学生素质评价体系和质量监控体系

新职教法要求建立健全职业学校学生素质评价体系和质量监控体系，实现从单一成绩评价向多元化评价转变。这要求体育课程教法必须关注学生的个体差异和全面发展需求，采用多元化的评价方式和手段来评估学生的学习成果。

2. 推动职业学校与企业深度合作

新职教法提出要推动职业学校与企业深度合作，加强产教融合和校企合作。这要求体育课程教法必须注重培养学生的实践能力和职业素养，将体育课程与职业岗位需求相结合，提高学生的就业竞争力。

三、体育课程教学方法改革策略与实施路径

（一）分层教学

分层教学是根据学生的学习情况将其分为不同层次，再对不同层次的学生采用不同的授课方式和考核方法。分层教学能够充分考虑学生的个体差异和学习需求，使每个学生都能在适合自己的层次上获得最佳的学习效果。

1. 分层教学策略

（1）学生分层

通过对学生的体育基础、学习兴趣、学习能力等方面的综合评估，将学生分为不同的层次。对于基础较差的学生，可以采取较低层次的起点进行教学；对于基础较好的学生，则可以采取较高层次的起点进行教学。

（2）教学目标分层

针对不同层次的学生制定不同的教学目标。对于基础较差的学生，主要以掌握基本的体育知识和技能为主；对于基础较好的学生，则可以在掌握基本知识和技能的基础上进一步提高其运动能力和竞技水平。

（3）教学内容分层

根据不同层次的教学目标选择相应的教学内容。对于基础较差的学生，可以选择一些简单易学、易于掌握的体育项目和技能进行教学；对于基础较好的学生，则可以选择一些技术难度较高、挑战性较大的体育项目和技能进行教学。

（4）教学方法分层

针对不同层次的学生采用不同的教学方法。对于基础较差的学生，可以采取直观演示、重复练习等方法；对于基础较好的学生，则可以采用启发式教学、探究式教学等方法。

2. 分层教学实施路径

（1）制定分层教学方案

在充分调研和分析的基础上，制定分层教学方案。方案应明确分层教学的目标、内容、方法和评价方式等。

（2）加强教师培训

对教师进行分层教学理念和方法的培

训,提高教师的分层教学能力和水平。

(3) 实施分层教学

按照分层教学方案进行教学实施。在教学过程中,教师应关注学生的个体差异和学习需求,及时调整教学策略和方法。

(4) 进行分层教学评估

对分层教学进行评估和总结。评估应关注学生的学习成果、学习态度和兴趣等方面的变化以及教师的分层教学能力和水平等方面的提高。

(二) 个性化教学

个性化教学是根据每个学生的实际情况制定相应的体育课程计划,对体育课程内容进行适当调整和调整。个性化教学能够充分考虑学生的个体差异和学习需求,使每个学生都能在适合自己的教学计划和教学内容中获得最佳的学习效果。

1. 个性化教学策略

(1) 了解学生情况

通过问卷调查、访谈等方式了解学生的体育基础、学习兴趣、身体状况等方面的信息。

(2) 制定个性化教学计划

根据学生的实际情况制定个性化的教学计划。计划应明确教学目标、教学内容、教学方法和评价方式等。

(3) 实施个性化教学

按照个性化教学计划进行教学实施。在教学过程中,教师应关注学生的个体差异和学习需求,及时调整教学策略和方法。

(4) 进行个性化教学评价

对个性化教学评价进行评估和总结。评价应关注学生的学习成果、学习态度和兴趣等方面的变化以及教师的个性化教学能力和水平等方面的提高。

2. 个性化教学实施路径

(1) 建立学生档案

为学生的体育学习建立档案,记录学生的体育基础、学习兴趣、身体状况等方面的信息。

(2) 制定个性化教学方案

根据学生的档案信息和教师的教学经验制定个性化教学方案。方案应明确教学目标、教学内容、教学方法和评价方式等。

(3) 实施个性化教学

按照个性化教学方案进行教学实施。在教学过程中,教师应关注学生的个体差异和学习需求,及时调整教学策略和方法。

(4) 进行个性化教学评估

对个性化教学评价进行评估和总结。评估应关注学生的学习成果、学习态度和兴趣等方面的变化以及教师的个性化教学能力和水平等方面的提高。

(三) 模块化教学

模块化教学是根据每个学生的学习基础和学习能力进行合理安排和区分。模块化教学能够充分考虑学生的个体差异和学习需求,使每个学生都能在适合自己的教学模块中获得最佳的学习效果。

1. 模块化教学策略

(1) 划分教学模块

根据体育课程的特点和学生的学习需求

将体育课程划分为不同的教学模块。每个模块应具有相对独立性和完整性，能够满足学生的不同学习需求。

（2）制定模块教学计划

针对每个教学模块制定相应的教学计划。计划应明确教学目标、教学内容、教学方法和评价方式等。

（3）实施模块教学

按照模块教学计划进行教学实施。在教学过程中，教师应关注学生的个体差异和学习需求，及时调整教学策略和方法。

（4）进行模块教学评价

对模块教学评价进行评估和总结。评价应关注学生的学习成果、学习态度和兴趣等方面的变化以及教师的模块化教学能力和水平等方面的提高。

2. 模块化教学实施路径

（1）确定模块划分标准

根据体育课程的特点和学生的学习需求确定模块划分标准。标准应具有科学性、合理性和可操作性。

（2）制定模块教学计划

根据模块划分标准和教师的教学经验制定模块教学计划。计划应明确教学目标、教学内容、教学方法和评价方式等。

（3）实施模块教学

按照模块教学计划进行教学实施。在教学过程中，教师应关注学生的个体差异和学习需求，及时调整教学策略和方法。

（4）进行模块教学评价

对模块教学评价进行评估和总结。评估

应关注学生的学习成果、学习态度和兴趣等方面的变化以及教师的模块化教学能力和水平等方面的提高。

（四）项目化教学

项目化教学是以具体的体育项目为载体，通过项目的实施来促进学生的体育学习和技能掌握。项目化教学能够充分考虑学生的实践能力和职业素养需求，使学生在完成项目的过程中获得知识和技能的提升。

1. 项目化教学策略

（1）选择体育项目

根据体育课程的特点和学生的学习需求选择适合的体育项目。项目应具有趣味性、挑战性和实用性。

（2）制定项目实施计划

针对每个项目制定相应的实施计划。计划应明确项目目标、项目内容、项目实施方法和评价方式等。

（3）实施项目教学

按照项目实施计划进行教学实施。在教学过程中，教师应关注学生的实践能力和职业素养需求，及时调整教学策略和方法。

（4）进行项目教学评价

对项目教学评价进行评估和总结。评价应关注学生的学习成果、实践能力和职业素养等方面的变化以及教师的项目化教学能力和水平等方面的提高。

2. 项目化教学实施路径

（1）确定项目选择原则

根据项目化教学的特点和学生的学习需求确定项目选择原则。原则应具有科学性、

合理性和可操作性。

（2）制定项目实施方案

根据项目选择原则和教师的教学经验制定项目实施方案。方案应明确项目目标、项目内容、项目实施方法和评价方式等。

（3）实施项目教学

按照项目实施方案进行教学实施。在教学过程中，教师应关注学生的实践能力和职业素养需求，及时调整教学策略和方法。

（4）进行项目教学评价

对项目教学评价进行评估和总结。评估应关注学生的学习成果、实践能力和职业素养等方面的变化以及教师的项目化教学能力和水平等方面的提高。

四、体育课程教学方法改革成效与展望

（一）体育课程教学方法改革成效

通过实施分层教学、个性化教学、模块化教学和项目化教学等多元化教学方式，高职院校体育课程教学方法改革取得了显著的成效。

1. 学生学习兴趣明显提高

多元化教学方式充分考虑了学生的个体差异和学习需求，激发了学生的学习兴趣 and 积极性。学生在学习过程中能够主动参与到教学活动中来，体验到了体育学习的乐趣和成就感。

2. 学生体育技能显著提升

多元化教学方式注重学生的实践能力和职业素养培养，使学生在掌握基本体育知识和技能的基础上进一步提高了专业技能水平。通过分层教学，不同层次的学生能够在

适合自己的难度和挑战中逐步成长；个性化教学则针对学生的特长和弱点进行有针对性的指导，促进了学生个性化发展；模块化教学让学生根据自己的兴趣和职业规划选择学习内容，增强了学习的针对性和实效性；项目化教学通过模拟真实的工作场景和任务，使学生在实践中学习和应用体育技能，提高了解决实际问题的能力。

（二）体育课程教学方法改革展望

深化多元化教学方式的应用

未来，高职院校应继续深化分层教学、个性化教学、模块化教学和项目化教学等多元化教学方式的应用，进一步完善教学体系和课程内容，以满足学生多样化的学习需求。同时，可以探索更多创新的教学方式，如线上线下混合式教学、虚拟现实（VR）和增强现实（AR）技术在体育教学中的应用等，以丰富教学手段和形式。

加强师资队伍建设

高职院校应加强对体育教师的培训和支持力度，提高教师的专业素养和教学能力。可以组织教师参加各类培训和学习交流活动，拓宽教师的视野和知识面；同时，鼓励教师积极参与教学改革和科研项目，提升教师的创新能力和实践能力。此外，还可以引进具有丰富实践经验和专业技能体育教师，优化师资结构。

完善评价体系和激励机制

为了更好地推动体育课程教学方法改革的发展，高职院校应完善评价体系和激励机制。可以建立多元化的评价体系，包括学生

评价、同行评价、自我评价等多种评价方式，以全面、客观地反映教师的教学水平和学生的学习成果。同时，可以设立教学奖励和科研成果奖励等激励机制，激发教师的教学积极性和创新精神。

加强校企合作和产教融合

高职院校应加强与企业和行业的合作与交流，推动产教融合的发展。可以与企业共同开发体育课程和教学资源，邀请企业专家参与体育教学和科研工作；同时，可以组织学生到企业实习实训或参加体育活动和比赛等实践活动，提高学生的职业素养和实践能力。通过校企合作和产教融合的方式，推动体育课程教学方法改革与产业发展紧密结合，为培养高素质技能型人才提供有力支撑。

参考文献：

[1]吕相宜.高职院校对音乐欣赏教学中实施“三美”教法的探究[J].丝路视野,2019,(06):94-94+96.

[2]袁振丰.高职院校排球课教学中阶梯式教法的应用分析[J].产业与科技论坛,2021,20(12):211-212.

[3]王益义,徐晓燕,张碧瑜,等.体育职业技能大赛引领高职院校教学改革与实践[C].第十三届全国体育科学大会论文摘要集——墙报交流(学校体育分会)(四).中国天津市天津市,2023:21-23.

Exploration of the Reform of Physical Education Curriculum and Teaching Methods in Higher Vocational Colleges under the Background of New Vocational Education Law

Li Yuanmin, Wang Baozhou

Zhejiang Sports Vocational and Technical College, Hangzhou 311215, Zhejiang

Abstract: In view of the problems existing in traditional physical education teaching methods and closely combined with the core requirements of new vocational education methods, we have deeply explored the urgency and feasibility of reforming physical education teaching methods in vocational colleges. The research focuses on implementing a series of diversified teaching strategies such as layered teaching, personalized teaching, modular teaching, and project-based teaching, in order to significantly improve the teaching effectiveness of physical education courses and comprehensively promote the comprehensive development of students' morality, intelligence, physical fitness, aesthetics, and labor skills. This study not only provides strong theoretical support for the reform of teaching methods in physical education courses in vocational colleges, but also has important practical guidance significance, aiming to promote the quality of physical education teaching to a new height.

Keywords: New Vocational Education Law; Vocational colleges; Physical education curriculum; Reform of teaching methods; stratified teaching