

# Research on Integration Path of “Fun, Scenario-based and Professionalization” in Physical Education Courses of Secondary Vocational Schools

Hong Xu

Chongqing Economic and Trade Secondary Professional School, Chongqing, 402160, China

## Abstract

Against the backdrop of high-quality development in vocational education, physical education instruction in secondary vocational schools must align with students' characteristics and career development needs while transcending limitations of traditional teaching models. Integrating playful, scenario-based, and professionalized approaches into physical education classes can not only enhance student engagement but also strengthen vocational physical fitness, professional competence, and athletic skills. The study indicates that the “three-integration” educational model requires leveraging playful design to stimulate intrinsic learning motivation, constructing scenario-based environments that mirror real-world professional practice, and implementing professional training to reinforce core job competencies. Only through establishing a synergistic mechanism among these three elements can the comprehensive educational value of physical education courses be maximized. This paper analyzes the significance and practical implementation pathways of integrating these three dimensions within the context of secondary vocational education, providing actionable insights for reforming physical education curricula in vocational schools.

## Keywords

Secondary vocational schools; Physical education teaching; Fun-oriented approach; Scenario-based learning; Professionalization

# 中职学校体育课“趣味化、场景化、专业化”融合路径研究

徐洪

重庆市经贸中等专业学校, 中国·重庆 402160

## 摘要

在职业教育高质量发展背景下, 中职体育教学需立足学生特点与职业发展需求, 突破传统教学模式局限。将趣味化、场景化、专业化理念融入体育课堂, 既能提升学生参与积极性, 又能强化职业体能、职业素养与运动技能培养。研究指出, “三化”融合育人模式需依托趣味化设计激发学生内生学习动力, 通过场景化构建衔接真实职业实践场域, 以专业化培养强化岗位核心胜任力, 唯有三者形成联动互促机制, 才能最大限度释放体育课程的综合育人价值。本文结合中职教育特点, 分析三者融合的价值与意义, 探索具体实施路径, 为中职体育教学改革提供参考。

## 关键词

中职学校; 体育教学; 趣味化; 场景化; 专业化

## 1 引言

中职教育以培养技术技能型人才为核心, 体育课程不仅承担增强学生体质的基本任务, 更需对接职业岗位要求, 塑造学生吃苦耐劳、团结协作的职业品质。当前部分中职体育课仍存在内容枯燥、形式单一、与专业脱节等问题, 导致学生学习兴趣不高、教学效果不佳。将趣味化、场景化、专业化融入教学全过程, 能够激活课堂活力, 贴合学生认知规律与职业成长需求, 实现“以体育人、以体强技”的教学目标。

## 2 研究背景与问题提出

伴随《国家职业教育改革实施方案》《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》等政策的落地实施, 中职体育教学正迎来由体质健康达标向职业能力赋能转型的阶段性使命。但多地实地调研结果表明, 当前中职体育教学实践普遍存在参与度偏低、场景化不足、职业化薄弱等突出问题, 学生自主参与意愿不强、课程内容与专业岗位脱节、职业体能训练缺乏精准靶向。部分院校体育课仍停留在松散化、自由化的活动模式, 既难以调动学生学习内驱力, 也无法有效支撑职业素养与岗位胜任力的培养。在此背景下, 对中职体育教学模式进行系统性重构, 已成为职业教育领域亟待破解的实践课题。

【作者简介】徐洪(1981-), 女, 中国重庆人, 硕士, 讲师, 从事体育教学研究。

## 2.1 国内外研究现状述评

国际层面，德国双元制职业教育体系已将体育课程与职业健康促进深度融合，开设职场体能训练、岗位工间舒缓、人体工学动作规范等模块化内容，日本高等职业学校则依托职场适配型体育课程体系，着重提升学生身体耐力、关节柔韧性及安全事故防范能力。国内学界近年虽逐步聚焦职业体能培育与情境化教学在中职体育领域的应用，但相关成果多局限于理论阐释与经验总结，尚未对趣味化、场景化、专业化三者的耦合机理与实施路径形成系统性架构。本研究在现有文献基础上，力求搭建一套具备实操性与推广价值的一体化教学模式。

## 2.2 研究目的与意义

本研究旨在厘清“三化”融合的核心内涵与实践边界，设计适配不同专业、具备梯度差异的实施路径，并构建与之衔接的综合评价机制。其理论价值在于，进一步拓展中职体育教学理论体系中关于产教融合的微观研究维度，完善职业教育体育课程的理论支撑；实践价值则体现为为一线教学工作者提供课程改革的具体操作路径，使体育课程切实成为技术技能型人才培养体系中不可或缺的隐性支撑载体。

## 3 中职体育课趣味化、场景化、专业化的内涵与价值

### 3.1 趣味化：激发学习内驱力

趣味化以学生兴趣为导向，通过游戏化教学、竞赛活动、互动体验等形式，改变传统机械训练模式，降低运动枯燥感，让学生主动参与体育锻炼，培养终身运动意识。趣味化教学的核心要义，在于降低学生参与体育活动的认知负荷与心理焦虑水平。依据自我决定理论，当学习者在学习过程中获得自主选择权、任务胜任感知与群体归属感时，其内在学习动机能够得到充分激发。中职学生群体常存在体育学习自卑心理与技能价值认知偏差，通过即时性评价反馈、多样化激励机制与小组协作互助等趣味化教学设计，可有效重塑其运动参与信心。

### 3.2 场景化：贴近职业与生活

场景化强调教学情境真实化，结合校园生活、岗位工作、社会实践创设运动场景，将体能训练、技能练习与实际应用结合，让学生学有所用、练有所得。情境学习理论强调，知识必须嵌入真实或仿真的实践场景并加以运用，学习者才能逐步实现“合法的边缘性参与”并完成意义建构。中职体育课程中的场景化教学并非形式化的模拟展示，而是将各专业岗位核心操作特征转化为专项体育练习内容，从而促进体育能力与职业技能之间的有效迁移。

### 3.3 专业化：对接职业发展需求

专业化立足中职各专业特点，针对性开展职业体能、姿态训练、防护技能教学，提升学生适应岗位的身体素质与运动能力，实现体育教学与职业教育深度融合。体育教学的

专业化培育可划分为三个递进层级：基础职业通用体能，涵盖了心肺功能、肌肉力量与身体柔韧度，岗位定向专项体能，如数控专业所需的抗振动持久力、学前教育专业侧重的弹跳力与身体平衡能力，以及职业性运动损伤防护，针对腰肌劳损、下肢静脉曲张等常见岗位劳损问题。三大层级相互支撑、有机衔接，共同构成中职体育专业化培养的完整目标框架。

## 3.4 “三化”融合的内在逻辑与理论基础

三者互为支撑、内在协同，趣味化构建实施根基，着力破解学生参与意愿不足的问题，场景化搭建实践载体，回应技能应用价值模糊的现实困惑，专业化锚定培育方向，明确能力提升的标准与层级。三者的融合机理可凝练为“以趣味激发学习主动性、以场景强化实践应用性、以专业提升岗位胜任力”。从课程理论视角审视，该融合模式契合整合型课程范式，核心在于突破传统学科界限，以职业岗位任务为逻辑主线对体育教学内容进行重构与优化。

## 4 中职体育课“三化”融合实施路径

### 4.1 坚持趣味化引领，丰富课堂教学形式

在教学内容设计上，将跑、跳、投等基础项目改编为趣味游戏、小组竞赛、闯关挑战等形式，增加互动性与娱乐性。合理运用音乐、道具、多媒体等手段，营造轻松愉悦的课堂氛围。尊重学生个体差异，设置分层任务，让不同体能水平的学生都能获得成就感，持续保持运动热情。一是推行“技能闯关认证手册”，每课时设定3至4项技能考核关卡，学生完成相应关卡即可获得认证印章，累计印章可兑换体育器材或课程激励权益。二是开展“主题积分竞赛”，将体能训练内容转化为职业场景模拟挑战赛，例如物资转运接力、应急救援竞速等项目，以团队积分形式展开竞技比拼。三是采用“动态编组机制”，依据学生当堂学习成效实时优化分组配置，使能力层级相近的学生同组竞技，有效降低学习挫败感。

### 4.2 依托场景化构建，强化实践应用体验

结合学生生活与专业特点创设教学场景，在球类、田径、体能训练中融入校园活动、团队协作、应急避险等真实情境。针对机械、汽修、茶学、学前教育等不同专业，设置岗位适配的运动场景，开展站姿、坐姿、耐力、柔韧性、协调性等专项训练，使体育训练与职业场景高度契合。针对汽车维修专业，设计轮胎转运接力竞技项目，侧重锻炼上肢力量与团队协作能力，开设底盘维修体位维持训练，强化核心肌群耐力并兼顾腰椎防护。针对烹饪专业，设置餐盘托举平衡竞速项目，提升腕部控制能力与动态平衡水平，编制久站岗位课间舒缓操，促进下肢血液循环以缓解疲劳。针对学前教育专业，创编幼儿韵律操设计展示活动，培养节奏感与肢体表现力，开展户外场景安全避险跑动训练，提升反应速度与应急处置能力。针对计算机与设计专业：研发肩颈肌群对抗性训练、腕关节灵活性闯关练习，针对性预防相关职业性

劳损问题。

#### 4.3 聚焦专业化导向，提升职业体能素养

根据各专业岗位核心能力需求，制定专业化体育教学内容。为工科专业强化力量、耐力与腰部防护训练；为服务类专业注重形体、礼仪与协调性训练；为医护、幼教专业加强心肺功能、应急运动技能训练。同时融入运动安全、职业防护、团队协作等专业化知识，全面提升学生职业综合素养。课程体系采用“基础体能模块+专项体能模块+职业健康防护”三级分层架构，其中基础体能训练占比40%，内容对标国家学生体质健康标准要求，专项体能训练占比40%，依据不同专业岗位群特征进行定制化设计，职业健康防护模块占比20%，涵盖科学热身方法、工作相关肌肉骨骼损伤预防等内容。每学期期初开展岗位体能基线测试，期末实施成效对比与差异分析，并依据测评结果动态优化训练内容与实施重点。

#### 4.4 完善评价机制，保障“三化”落地见效

建立过程性与综合性评价体系，将课堂参与、运动技能、职业素养、团队协作等纳入评价范围，改变单一以成绩论优劣的模式。通过学生自评、互评、教师评价相结合，全面反映教学效果，激励学生主动提升身体素质与专业能力。趣味化评价维度：涵盖课程到课率、自主练习参与时长、团队活动投入度等指标，采用同伴互评方式完成评定。场景化评价维度，侧重情境化任务完成质量、岗位操作动作标准程度，由教师通过现场观测与过程记录开展评估。专业化评价维度，包含职业体能测评合格率、岗位相关运动损伤防护理论与实操考核。

同步建立学生体育发展档案，逐月收录技能训练影像资料、岗位场景运动表现记录及自主反思总结，作为学期学业综合评价的核心依据。

### 5 中职体育课“三化”融合的保障机制与资源建设

为保障前述实施路径得以长效落地与常态化运转，需从师资队伍、场地设施、课时安排及制度建设四大维度构建全方位支撑保障体系。

#### 5.1 师资能力提升

系统推进中职体育教师双师素质培育工程，督促体育任课教师每学期进驻对应企业岗位开展实践调研，精准把握岗位实际体能需求特征与高发职业劳损类型，并将调研成果转化成为适配的体育教学案例。同时搭建体教融合教研共同体，推动体育教师与汽修、烹饪、护理等专业学科教师开展

协同备课，联合研发场景化教学任务与实训内容。

#### 5.2 场地与器材适配改造

传统田径场地与篮球运动场地在功能上难以适配场景化教学的实践要求。建议院校因地制宜打造“职业体能实训专区”，配备仿真汽车轮胎、烹饪负重托举器具、护理转运模拟器械等经济型教学器材。同时可推动实训场地资源共享，例如依托汽修专业举升设备开展抗阻训练，借助护理专业实训床位开展体位转移练习等。

#### 5.3 课时与课程结构优化

将原有每周2课时体育课程优化为“1+1”分段教学模式，1课时用于常规体能素养培育，突出趣味化教学导向，另1课时开展职业场景专项实训，侧重场景化应用与专业化能力培养。此外，每学期增设2次职业体育主题活动日，组织跨专业岗位体能竞技赛事，并将赛事参与成效纳入班级综合考评体系。

#### 5.4 制度与激励措施

把体育课程“三化”融合实施成效纳入教学质量督导评估体系，每学期开展优质场景化教学课例遴选与表彰。对学生层面，将体育课程综合表现与实习岗位推荐、评优评先等环节进行适度关联，同时设立职业体能提升专项奖励，重点激励基础水平较弱但进步幅度突出的学生群体。

### 6 结语

中职学校体育课推进趣味化、场景化、专业化融合，是新时代职业教育改革的必然要求。趣味化让体育课堂“活起来”，场景化让体育教学“实起来”，专业化让体育育人“强起来”。作为中职体育教师，应立足学生成长与职业需求，不断创新教学模式、优化教学内容、完善教学方法，让体育课程真正成为增强学生体质、塑造职业品格、助力职业发展的重要载体，为培养高素质技术技能人才提供坚实保障。未来，可深入探究智能可穿戴设备、岗位动作视觉识别系统等数字化工具与场景化教学的深度融合路径，助力中职体育教学向精准化、个性化方向转型升级。

### 参考文献

- [1] 翁晓民,毛翠丽.体育运动项目对中职学生运动习惯、学习行为的影响研究[J].娱乐体育,2025,(15):46-49.
- [2] 吴旭东.新时代背景下中职体育教师教学能力提升的困境与对策[J].职业技术,2025,24(04):48-54.
- [3] 许柯.基于职业导向的中职学校体育器材应用教学策略[J].文体用品与科技,2025,(18):167-169.