

广州华南商贸职业学院

广州华南商贸职业学院公共体育课改革 实施方案

一、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的教育方针，落实《全国普通高等职业（专科）院校公共体育课程教学指导纲要（试行）》和教育部《高等学校体育工作基本标准》精神，坚持立德树人为根本任务，坚持“健康第一”的教育理念，突出体育课程在提升学生体质健康、促进专业适应、培育综合素养中的重要作用。通过课程体系重构、教学模式创新、师资队伍建设和校园体育文化培育，推动我校公共体育课改革走向系统化、科学化、特色化，形成具有“华贸特色”的体育育人模式。

二、工作原则

（一）改革创新，面向未来

立足高职教育发展新阶段，更新体育教育理念，推动教学方法和课程模式的系统性变革。坚持“健康第一”与“体专融合”并重，促进体育教学与职业教育深度对接，满足学生对多样化、高质量体育教育 and 专业适配性的需求。

（二）补齐短板，特色发展

着力加强师资队伍建设，改善场地设施条件，推进智慧体育平台和信息化资源建设，完善体育育人条件。依托商贸类专业特色和学校已有优势，打造“一院一品、一校多品”的体育课程与品牌项目，突出排舞、匹克球、太极拳等特色项目，彰显校园体育文化魅力。

（三）协同育人，全面发展

坚持体教融合与多方协同，构建“课堂教学—课外活动—校内外竞赛—社会实践”一体化育人机制。充分发挥家庭、学校、行业企业和社会体育资源的作用，推动校内外联动、师生共建、资源共享，引导学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，实现德智体美劳全面发展。

三、改革目标

（一）总体目标

坚持“健康第一”的教育理念，落实立德树人根本任务，充分发挥体育课程在增强学生体质、塑造健全人格、提升综合素养中的重要作用。通过公共体育课程改革，推动课程体系、教学模式、管理机制与信息化平台的深度融合，实现体育与德育、智育、美育、劳育的协同发展，培养德智体美劳全面发展的高素质技术技能人才。

（二）具体目标

1. 体质健康提升目标

坚持“健康第一”的教育理念，依托智慧体育平台和常态化体质监测，引导学生积极参与体育锻炼，增强心肺功能、力量和柔韧等基础体能。通过运动处方、分层教学与过程性管理，逐步提升体质健康达标率，确保毕业生整体健康水平稳步提高。

2. 运动技能与终身发展目标

以课程体系重构为契机，推动体育教学与专业需求深度结合，使学生在分层分类的学习中掌握科学锻炼方法与专项运动技能，毕业时至少熟练掌握 1 - 2 项运动项目。通过走班制、俱乐部制和线上线下融合模式，培养学生自主锻炼能力和运动习惯，树立终身体育意识。

3. 人格塑造与心理健康目标

发挥体育在立德树人中的独特作用，借助多样化的体育实践与竞赛活动，锻炼学生坚韧意志、合作精神和进取品质。通过体育社团、团队运动和心理健康导向的运动处方，改善学生心理状态，提升抗压能力与情绪调适水平，促进人格健全发展。

4. 职业能力与综合素养目标

强化“体专融合”导向，将体育教学与商贸类专业特点结合，突出职业体能与岗位适应性，帮助学生预防职业病、提升身体素质。通过团队项目和实践活动，培育学生团队合作、沟通交流与组织协调能力，推动综合素养与职业竞争力

同步提升。

5. 文化育人与价值引领目标

融入中华优秀传统体育与校园体育文化，开展太极拳、八段锦等项目，增强文化自信与归属感。依托智慧体育平台、校运会、阳光体育节和多样化赛事社团，营造积极向上的体育氛围，将体育与思想政治教育有机结合，实现体育课程的文化育人和价值引领功能。

四、课程设计方案

（一）课程定位

本课程为全体在校学生开设的必修课程，旨在通过科学、系统的体育教学与实践，提升学生体质健康水平，培养运动技能与终身锻炼习惯，增强心理调适与职业适应能力，塑造健全人格与积极进取的精神风貌，服务于学生全面发展与职业成长。

（二）课程目标

1. 健康目标

提升学生体质健康水平，体测达标率逐年提高。

2. 技能目标

使学生掌握 1 - 2 项专项运动技能，形成自主锻炼习惯。

3. 素养目标

通过体育实践锤炼意志品质，培养团队精神、合作能力和职业适应能力。

4. 文化目标

在课程中融入中华优秀传统文化体育和思政元素，增强文化自信与责任感。

（三）课程结构与模块设置

为落实“技能基础—身体素质—兴趣取向”三维画像下的卓越、发展、基础、保健四层动态分层，本课程按体力主导型、脑力对抗型、人际交互型专业类型映射项目库与考核重点，走班制实施。每学期第1-2周完成初次分层，期末统一测评与归档；保健层执行申请制。

模块类别	适配专业类型	课程内容设置	教学目标	教学模式与实施方式	师资配置
体能类与球类模块(选项必修)	体力主导型专业(信息技术、医药卫生、电子商务、城轨等)	田径、跳绳、匹克球、羽毛球、足球、乒乓球	强化核心力量与协调性，提升抗疲劳能力，契合岗位体能需求	走班制+俱乐部制；“发展层/基础层”学生为主	校内教师+引入专项运动员、裁判员
养护与传统体育模块(选项必修)	脑力对抗型专业(金融、传媒设计、文学等)	排舞、华尔兹、啦啦操、健美操、瑜伽、太极拳、八段锦	改善颈肩腰背功能，提升柔韧性与心理调适能力，预防职业病	走班制，注重“兴趣—康复—习惯”衔接；“基础层/保健层”重点	校内教师+外聘康复训练专家
合作与休闲体育模块(选项必修)	人际交互型专业(管理、营销、法律、教育等)	飞盘、体育游戏、篮球、跆拳道、排球	培养协作、沟通、组织与领导力，增强团队合作精神	团体教学+俱乐部活动；“发展层/卓越层”重点	校内教师+外聘团队运动教练

公共体育课“三维四层”个性化教学模式

学生层次	教学目标	教学内容与方法	实施方式	评价机制
卓越层 (运动队发展对象)	竞技引领、特长发展, 提升专项竞技水平	专项强化训练, 系统技能提升, 参加校队及高水平赛事	校队训练+俱乐部, 走班制	过程性评价+竞赛成绩+层内增值评价
发展层 (大多数学生)	掌握运动技能, 养成锻炼习惯	强化专项技能与多项目体验, 提升身体素质	课堂教学+社团活动, 走班制	过程性评价+技能考核+体质健康测试
基础层 (体测不达标者)	激发兴趣、建立信心, 逐步提升体能	低强度、循序渐进的体能训练与技能启蒙	小组化教学, 兴趣导向	层内增值评价+体测成绩改善情况
保健层 (伤病、不宜剧烈运动者)	健康干预、康复促进, 保障基本体能	康复运动、体医融合训练、健康管理知识	个别化教学+康复课程	过程性评价+健康指标改善+绝对标准评价豁免机制

(四) 课程评价

建立“过程性评价、层内增值评价、绝对标准评价”三元一体的综合评价体系, 突出发展性与公平性相结合。过程性评价注重学生学习态度、课堂表现和课外锻炼情况, 全面反映学习参与度; 层内增值评价聚焦学生在不同层次内的成长与进步, 强调以个人发展为导向; 绝对标准评价则以《国家学生体质健康标准》要求为依据, 确保学生基本体质与技能水平达标。同时, 针对保健层学生, 课程创新引入“体医融合”替代标准, 将健康改善作为主要考核指标。通过多元化、差异化的评价方式, 既保障了课程实施的科学性与规范性,

又有效激发了学生的学习动力与获得感。

评价维度	核心内容	适用层次	评价方式	权重建议
过程性评价	学习态度、课堂表现、参与度、出勤率、课外锻炼记录	全体学生 (卓越层、发展层、基础层、保健层)	平时成绩、课堂观察、锻炼打卡、学习日志	30%
层内增值评价	学生在原有基础上的进步幅度,突出个体成长	重点适用于发展层、基础层、保健层	体能测试对比、专项技能提升记录、康复效果跟踪	50%
绝对标准评价	依据《国家学生体质健康标准》考查达标情况	主要适用于卓越层、发展层;保健层设豁免与替代标准	国家体质健康测试、专项技能达标测试	20%

(五) 师资建设

本课程改革注重构建契合商贸特色的“体专结合”师资体系,实施“内外互补、育引结合”的建设路径。对内,设立专项技能提升补贴与教师培育计划,鼓励体育教师考取排舞、体适能等职业技能证书,不断提升教师的跨界融合能力,为“体专结合”教学提供服务;对外,依托多元引才机制,定向引进退役运动员和国家级裁判退休教师,精准补充特色项目与商贸类课程的师资缺口,满足电子商务、市场营销等专业对身体素质和职业适配性的特殊需求。同时,充分发挥集团化办学的资源共享优势,依托集团内高校和研究院构建“集团资源库”,搭建跨校体育师资共享平台,形成联合育人的长效机制。通过内培外引、共享共育,打造一支结构合

理、特色鲜明、能支撑课程改革的高水平体育教师队伍，为公共体育课程的持续创新与高质量发展提供坚实保障。

五、保障措施

（一）加强组织领导，完善工作机制

将体育课程改革纳入学校事业发展总体规划和人才培养方案，成立由校党委书记、校长任组长，分管领导、相关职能部门及各二级学院负责人参加的体育工作领导小组，统筹研究重大决策，定期召开专题会议，督导改革实施进度。体育工作部设立专门办公室，具体负责日常协调与落实，形成“学校统筹、部门协同、学院落实”的工作格局。

（二）加大经费支持，强化资源配置

将公共体育课程改革经费纳入年度预算，保证课程建设、教师培训、竞赛活动和场馆设施改造等需求。建立专项经费使用和绩效考核机制，做到专款专用，优先支持“体专结合”课程开发、数字化体育平台建设和特色项目推广。

（三）完善场馆设施，提升信息化水平

根据教育部《普通高等学校体育场馆设施、器材配备目录》要求，逐步改善和扩建体育场馆、运动场地和器材设备。健全场馆运行和管理机制，实行专人负责、定期检修和开放共享，提升使用效率。

（四）健全安全保障机制，强化风险防控

严格落实体育教学和活动的安全责任制，建立“课前风

险评估—课中安全管理—课后应急处置”全链条防控机制。加强学生运动安全教育，普及自我防护和急救知识。定期对场馆、器材进行安全检查，及时排查和消除隐患。完善运动损伤应急预案，配备必要的医疗设施和专业人员，保障体育活动安全有序开展。

（五）完善激励机制，增强教师与学生积极性

将体育工作纳入学校绩效考核体系，制定符合体育教学特点的评价标准。对在课程改革、科研创新、竞赛成绩和社会服务等方面表现突出的教师，给予表彰和奖励，提升教师荣誉感和积极性。将学生参与体育活动、体质健康水平、竞赛成绩作为综合素质评价和奖助学金评定的重要依据，引导学生积极投身体育锻炼，形成全员参与、共同推动的良好氛围。

（六）推动校企协同，拓展社会支持

依托学校商贸特色，积极与企业、行业协会、体育俱乐部合作，探索“校企共建课程—联合培养人才—共享资源平台”的新模式。通过举办校企联动赛事、实训项目和健康服务活动，增强体育教学的实践性与职业适配性，提升改革成果的社会影响力和可持续性。

附件：广州华南商贸职业学院公共体育课分类分层标准

(本页无正文)

广州华南商贸职业学院教学科研部

2021年8月20日

教学科研部