



体专结合、三维四层、强师赋能： 高职院校公共体育课教学改革与实施 创新点

成果构建“专业需求、精准赋能、模块定制”的公共体育教学体系。基于职业特点将专业划分为体力主导型、脑力对抗型、人际交互型三类，定制对应体育项目，实现从“运动素质”向“赋能专业”的转变；建立以学生为中心的“三维四层”教学模式，依据技能、体能、兴趣将学生划分为卓越、发展、基础、保健四层，实施走班制授课，并采用“过程性、层内增值与绝对标准”的三元评价体系，实现个性化教学；通过“专业体验+岗位实践”路径强化师资建设，定点对接专业群，撰写体能需求报告；成立“体专结合教研中心”，撰写教学案例与实训指导书，制定“双师素质”管理办法，设立专项教学奖，打造“懂专业、善教学”的赋能型师资团队。其创新体现在以下几方面：

一、提出“赋能专业”的公共体育课教学改革理念

建立“专业身体素养”导向的课程范式，强化体育与专业之间的联系，推动“体”与“专”从割裂走向结合。将“专业身体素养”结合体育教学内容，形成“**专业—身体—教学**”三维联动设计。与企业共同开发“**专项抗疲劳训练模块**”“**颈肩康复运动包**”“**人际情境模拟体育游戏**”等校本教学资源，实现体育教学从“运动素质”向“赋能专业”转变，为公共体育课教学提供了全新的理论视角和实践框架。

二、研制基于“体专结合”的公共体育课分类分层标准

以“**技能基础—身体素质—兴趣取向**”的三维数据为入口，实施**卓越、发展、基础、保健**四层动态分层，实现因材施教；以“**过程—增值—绝对**”三元评价构建闭环，既衡量学期进步，又对标国家达标线，兼顾激励与公平。面向专业能力的体专结合，按专业类型将项目



库与考核重点精准映射，服务职业素养与岗位需求；对标国家体测标准，按照体测的绝对评价与折算，确保标准统一；增值评价差异化设阈，既保护高水平上升空间，也为基础层提供可达梯度；对伤病等群体设置保健层替代性考核与申请制，保障参与与合规；采用性别分表+技能类同表的公平框架，减少体型差异的隐性偏差。

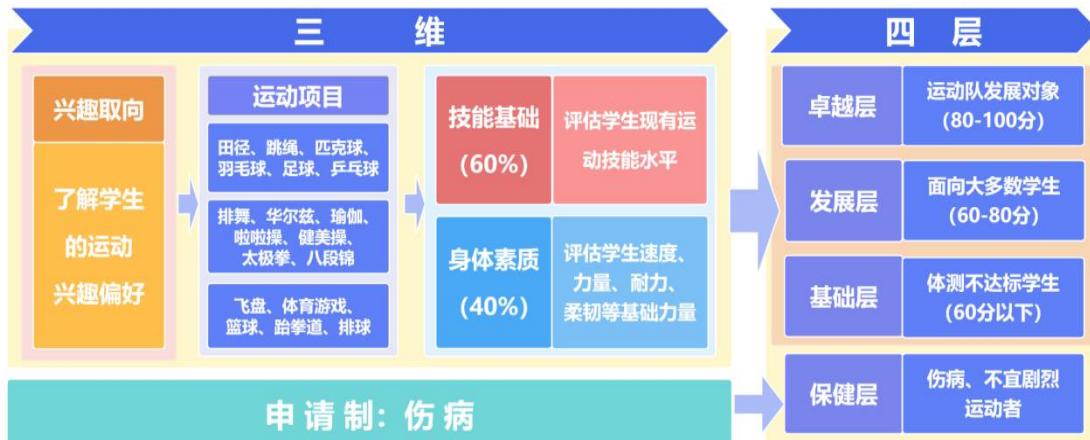


图 1 分类分层标准

三、构建“过程性评价+层内增值评价+绝对标准评价”三元评价体系

打破以往体育课评价以期末统一测试为主，忽视学生起点差异、进步过程与课堂表现的传统单一评价模式。三元评价体系关注学生出勤、课堂参与、合作精神，以学生**自身进步值**为依据，强调**“进步幅度”**，参照《国家学生体质健康标准》，确保体能底线要求，其中层内增值评价突出“进步即成功”的价值导向，以**“进步率”**为评价体系核心，以学生自身进步幅度为主要衡量标准，通过特定公式和标准分换算计算增值分数，保证公平性，让不同起点学生因努力进步都能获高分，实现“以学生为中心”的个性化评价。三元评价体系既**保底线**（绝对标准）、又**促发展**（增值评价）、更**重过程**（过程评价）。



图 2 三元评价体系