

The Feasibility Research on the Development of Sports Health Care Courses in Vocational Medical Schools under the Background of the Integration of Sports and Medicine

Fukun Huo¹ Hui Zhao²

1. Qufu School of Traditional Chinese Medicine, Qufu, Shandong, 273100, China

2. Qufu Mingde School, Qufu, Shandong, 273100, China

Abstract

Based on the current in-depth research on the integration of sports and medicine in China, the health care role of sports is more prominent than before. How to deal with the three cores of the effectiveness, safety and sustainability of sports in the context of the integration of sports and medicine, the problem is exactly the problem to be solved by the physical health curriculum. Through the literature method and logical analysis method, the current situation of the development of sports in secondary vocational medical schools is analyzed, in order to promote the development and application of this kind of school sports health curriculum.

Keywords

integration of sports and medicine; sports and health care; secondary vocational

体医融合背景下中职医校体育保健课程开发可行性研究

霍富坤¹ 赵慧²

1. 曲阜中医药学校, 中国·山东 曲阜 273100

2. 曲阜市明德学校, 中国·山东 曲阜 273100

摘要

基于当前中国对体医融合研究的不断深入, 体育运动的保健作用比以往更为突出, 如何在体医融合这一背景下处理好运动的有效性、安全性和可持续性三个核心问题, 正是体育保健课程所要解决的问题。通过文献资料法和逻辑分析法, 分析当前中职医校体育发展现状, 以期推进该类学校体育保健课程的开发与应用。

关键词

体医融合; 体育保健; 中职

1 引言

目前已有体医融合与学校体育发展的相关研究, 解释了体医融合对学校体育发展的重要性, 分析了体医融合人才在学校体育中的价值, 而体育保健课程的开发将会使体医融合落实到实际教学, 促进学校体育科学化发展。

2 体育保健课程开发是现实之需

2.1 健康中国战略的实施

2016年中华人民共和国国务院印发《健康中国2030规划纲要》提到, 要加强体医融合和非医疗健康干预^[1]。体医融合在政策文件中被提出, 一时间成为医疗和体育两大行业的研究热点, 预示着科学化的体育锻炼必将更好地服务于全

民, 目前已有研究表明有规律的体力活动对健康促进具有重要意义, 如促进青少年健康成长, 减少心脏病、糖尿病等慢性病风险, 延缓由于年龄增长带来的机能下降以及记忆力衰退等, 可以说体力活动对于任何年龄段个体都有益处。

2.2 中职医校发展的需要

2019年国务院印发《国家职业教育改革实施方案》, 提出了新时代职业教育发展的新目标、新论断、新要求, 体现了职业教育的重要性^[2]。而与高职院校的快速发展相比, 中职教育的发展却并不顺利, 中职医校肩负着为国家培养专业技术过硬、身体强健的基层医疗工作者, 但在用人单位反馈的信息来看, 学生工作中存在专业技术不足、懒散等问题, 中职医校想要得到社会的认可, 需要解决两方面问题, 第一是学校毕业生质量, 第二则是教师的水平, 因此从促进中职医校发展的角度出发, 进行体育保健课程开发与应用尤为重要。

【作者简介】霍富坤(1992-), 男, 中国山东曲阜人, 硕士, 助理讲师, 从事体育教学研究。

2.3 学生体质健康水平提高的需要

近年来多项研究报告指出,慢性病发展在青少年人群中具有增长态势,如青少年肥胖、近视等发生率逐年上涨,青少年人群中肩颈痛腰背痛的发病率分别达到41.1%和32.8%^[3]。中职生年龄段处于青春期后期,属于心理断乳期末段,此时身心发展尚不成熟,易出现不良习惯和生活方式,行为表现易情绪化,中职学生经历过中考的失败,自信心受挫,较为敏感,由于年龄太小接触职业教育,缺少人生规划,并且从近几年体测成绩来看学生体质呈下降态势,因此更需要体育教师加强对学生的健康引导,学校体育一直以来的目标就是增强学生体质健康水平,促进学生养成健康的生活方式,树立终身体育意识,这也正是体育保健课程的应用价值。

2.4 体育教师个人发展的需要

随着新课改中坚持健康第一指导思想,培养学生终身体育意识,以学生为中心,关注不同个体不同需求等基本理念的形成,学校体育对体育教师也提出了新的要求,体育教师作为传道授业解惑者,也必将向着课程标准的决策者,学习过程的引路人,课程资源的开发者等多元角色转变,体育教师想要更好完成健康促进任务就需要不断学习。体育保健知识作为指导人们科学锻炼的学科知识,随着体医融合的不断被越来越多的学者所关注,中职体育教师如何解决学生的健康问题,指导学生参与锻炼,对运动损伤做到从容应对,针对学生所学专业职业特点指导其进行职业体能训练,预防职业病等一系列问题。为解决好这一系列问题,需要体育教师参与体育保健课程开发与应用研究。

3 体育保健课程开发的可行性因素

3.1 人力资源优势

中职院校是以医学专业学习为主的中职类学校,学校有专业的医学类教师,为体育保健课程的开发提供了重要的理论保障,体育教师作为课程的执行者,拥有较为丰富的体育教学经验,为课程开发提供了专业技术支持,本身体育保健课程是具有“体医融合”特色的课程,不仅涵盖了运动人体科学专业的各基础理论学科知识,又涉足了预防医学、临床医学、康复医学三个医学领域,因此医学类教师和体育教师共同参与课程开发,既满足了课程开发的科学化,又使得课程具有针对性,由于医学类学生具有基础的生理及解剖学知识,对健康的认识更为深刻,因此体育保健课程可以使生理理论联系实际,用以指导个人进行科学锻炼。

3.2 体医融合理论不断发展

中国经济的不断持续发展伴随着人民生活水平的日益提高,百姓越来越关注自身健康问题,健身生活化也逐渐形成,而现实是老百姓只知道运动有益于健康,却缺乏科学的指导,往往使“健身”变“伤身”,随着健康中国建设中体医融合的提出,相关研究不断增多,人们对于体育融合的认识更为全面,目前相关研究成果主要集中在体医融合与高校人才培养、体医融合与增进健康、体医融合在社区中应用、体医融合发展路径以及其他相关研究。相信随着研究的不断进展,对于学生及教师的体医融合意识观念研究的深入,会给体育保健课程的开发带来更大的启示与帮助。

3.3 缺乏心理健康知识

心理健康是体育保健中极为重要的内容,任何的身体活动都离不开心理的参与,良好的心理状态是参与运动获取健康的关键,作为体育保健课程开发而言,需要涉及心理健康知识,由于学校心理学师资相对较少,特别是对于中职阶段学生而言,处于心理发育不成熟阶段,需要关注的心理知识相对更多,因此想要在课程开发中涵盖符合该年龄阶段的心理健康内容,具有一定的难度,可以在课程开发过程中寻求心理学专业学者的指导,以使体育保健课程的开发更符合学生的现实需求。

4 结语

新课标中强调“健康第一”的指导思想,培养学生的健康意识和体魄,这正是体育保健知识所要解决的问题。体育保健知识就是运用解剖学、生理学、卫生学和基础医学相关知识研究体育运动参与者身体发育、健康状况、锻炼效果以及运动损伤与防治的一门学科知识。体育保健课程的宗旨为“预防为主”,这与体育融合所要实现的防治关口前移不谋而合。因此在体医融合这一背景下体育保健课程的开发和应用具有一定的现实意义。

参考文献

- [1] 中国中央国务院.“健康中国2030”规划纲要[R].2016.
- [2] 袁旗.《国家职业教育改革实施方案》十大概念解读[J].职业技术教育,2019,40(33):44-47.
- [3] 邓国英,张永兴,蔡海峰,等.物理因素对青少年颈肩腰背痛的影响[J].中华医学杂志,2014,94(43):11-15.