

大健康背景下医学生体育教学的思考

葛伟明¹, 陈舒怀^{2*}, 郑波²

¹广西科技大学体育学院, 广西 柳州

²湖南医药学院体育教学研究部, 湖南 怀化

Email: *2423921016@qq.com

收稿日期: 2021年5月17日; 录用日期: 2021年6月18日; 发布日期: 2021年6月28日

摘要

医学生是“大健康”重要的参与者、建设者与保障者。体育教学是医学生体质的蓄水池, 心理情绪的调节剂, 健康管理的新处方。而医学生体育教学还存在许多现实问题, 教学理念的偏差性; 教学内容单一性; 考核评价普遍性; 教师资源非衡性; 教学模式单一性。未来医学生的体育教学则需要树立体医融合的教学理念; 强化多元性考核评价的引导; 丰富多样的教学内容; 提升教师的综合素养; 探索多轨制的教学模式。

关键词

大健康, 医学生, 体育教学, 体医融合

Thinking on Physical Education Teaching of Medical Students under the Background of Big Health

Weiming Ge¹, Shuhuai Chen^{2*}, Bo Zheng²

¹School of Physical Education, Guangxi University of Science and Technology, Liuzhou Guangxi

²Department of Physical Education and Research, Hunan Medical University, Huaihua Hunan

Email: *2423921016@qq.com

Received: May 17th, 2021; accepted: Jun. 18th, 2021; published: Jun. 28th, 2021

Abstract

Medical students are important participants, builders and guarantors of “Big Health”. Physical

*通讯作者。

文章引用: 葛伟明, 陈舒怀, 郑波. 大健康背景下医学生体育教学的思考[J]. 体育科学进展, 2021, 9(2): 358-362.

DOI: 10.12677/aps.2021.92052

education is the battery of medical students' constitution, the regulator of psychological mood and the new prescription of health management. However, there are still many practical problems in physical education teaching of medical students, such as deviation of teaching idea; the teaching content is single; assessment of universality; non-balance of teacher resources; the teaching mode is single. In the future, the physical education of medical students needs to establish the teaching concept of three-dimensional medical integration, strengthen the guidance of diversity assessment and evaluation, enrich diversified teaching content, enhance the comprehensive quality of teachers, explore the multi-track teaching mode.

Keywords

Big Health, Medical Students, Sports Teaching, Combine Sports with Medicine

Copyright © 2021 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

随着我国医疗卫生事业的不断发展, 医疗教育人才的需求也在不断扩大, 对于医学生的教育培养问题随即得到了社会各界的热切关注与广泛讨论。现如今医学生的教育规培体系更注重学生的医学专业技能与理论知识培养, 但忽视了以医学生的全方位培养, 其中与医学生自我健康直接挂钩的体育教学地位更是排在末位。体育教学与医学生的自我健康管理、良好心理建设、体育保健等都有着直接关系。全国卫生与健康大会中提出“没有全民健康就没有全面小康, 要把人民健康放在优先发展的战略地位, 以普及健康生活、优化健康服务、完善健康保障、建设健康环境、发展健康产业为重点, 加快推进健康中国建设, 努力全方位、全周期保障人民健康, 为实现“两个一百年”奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦打下坚实健康基础” [1]。医学生是“大健康”重要的参与者、建设者与保障者, 也是我国医疗卫生防护铸建高墙不可或缺的一员, 其自身健康更需关注与重视。体育教学是医学生体能体质的蓄电池, 心理情绪的调节剂, 健康管理的处方, 在其受教育阶段乃至今后走出校门走进工作岗位都影响深远。因此针对医学生的专业特征, 如何更具针对性、灵活性、实效性的体育教学则成为了首要思考问题。在此, 笔者通过了解现医学生的体育教学局限性, 旨在大健康背景下为促进医学生全方位、多方面发展的体育教学提出路径择选。

2. 大健康内涵阐释

随着我国经济的不断发展, 人民的物质生活水平不断提高, 人们在尽情享受时代文明成果的同时, 文明病也悄然流行起来, 处于亚健康状态的人群日益增长, 具体表现为: 慢性疾病问题突出, 不重视亚健康状态, 这已经严重影响了人民的健康状况。

新医改提倡预防为主, 国家中医药管理局明确提出“治未病”的医疗指导原则, 进而促生了我国大健康产业的快速成熟。生命健康是个全程呵护的过程, 面对现代病, 事后对抗性治疗往往为时已晚。大健康主要倡导的是一种健康的生活方式, 不仅是治病, 更重要的是“治未病”; 消除亚健康, 提高人民自身的身体素质、减少痛苦; 做好健康保障、健康管理、健康维护; 帮助民众从透支的健康、对抗疾病的方式转向呵护健康、预防疾病的新健康模式。

3. 大健康理念下体育教学的局限性分析

医学生的体育教学改革一直以来都是学者们研究的热点话题，是现实急需解决的现实问题，也是我国医学生教学改革重点。它存在着诸多诟病，例如医学生自身对于体育教学的抵触情绪、身体素质底子较差、学生男女比例悬殊较大、体育课程边缘化、教师应付性教学、体育教师配置非平衡性等现象。促成了现医学生的体育教学诸多问题。

3.1. 体育教学理念的偏差性

教育部和国家体育总局颁布《国家学生体质健康标准》关于树立健康第一的理念，培养锻炼习惯，树立终身锻炼的健康价值观，提高学生的自身体质与保健能力。党的十八届五中全会明确提出推进健康中国建设，把健康摆在优先发展的战略地位。高等教育中明确规定体育课程的课时量不低于 144 课时，但许多院校仅为了应付考核评估的课时指标，对于体育教学中的质量评估却没有落实具体细则与要求，这从根本上与高等教育体育教学要求——掌握一至两项体育技能，增强学生体质的核心理念具有偏差性。许多医学院校亦是如此，则造成了对体育教学进行了边缘化处理，非核心课程的归类，给体育教师和学生也形成了体育课程的本位轻视思想。在体育教学中逐渐形成了安全比健康重要；健康为辅，考核达标为主；体育技能教学为主导，健康理论知识教学、健康心理情感培养为从属的偏差性理念。

3.2. 体育教学模式的单一性

“高校体育教学模式”是在一定的体育教学思想指导下，为实现预定的体育教学目标，在明确教学组织形式和与之相适应的教学条件下，形成的相对稳定的教学程序以及教法体系。然而在医学院校乃至大多数高校体育教学中，体育教学模式仍具有单一性。教师常采用“满堂灌”的教学模式，以此让学生尽快的掌握课程知识及技术动作要领，完成教学目标与任务，完成学期教学计划，而对于学生情感价值的培养、知识来源与背景、功能与效果性的了解甚少。采用“满堂灌”的单一性体育教学模式使体育课堂成为单一乏味的技术动作灌输课，体育课的魅力值降低，学生的课堂积极性与运动兴趣也随之降低。久而久之学生会形成“应试心理”，以期末考试及格为目的进行学习，从而彻底失去对体育的兴趣，从而形成恶性循环。

3.3. 体育教学内容的特定性

课程的内容是课程的灵魂所在，是能否唤醒学生上课参与性、积极性、触动性的根本所在；是能否让学生学有所获，学有所悟的核心所在。大多医学院校的上课内容主要为球类的：篮、排、足、乒、羽、网、其中足球的开课率较低因其对抗性太强怕学生受伤，羽毛球、网球受学生热捧但受场地限制开课量；田径是提高学生身体素质重要体育项目，但因其枯燥无趣无法吸引学生注意力；太极拳、八段锦、五禽戏具有保健功能；体操、瑜伽、健美操锻炼身体柔韧性偏女性练习的课程又因师资结构不均衡。

3.4. 基于《标准》的考核评价的普遍性

体育课程考核评价由两个部分组成，出勤率、教师评价，二者按照一定比例得分构成。身体素质则是按照教育部和国家体育总局颁布《国家学生体质健康标准》，简称“新标准”。主要评价测试项目分别为 50 m 跑、坐位体前屈、立定跳远、男生引体向上、女生 1 min 的仰卧起坐、男生 1000 m 跑、女生 800 m 跑。医学生与其他高校在校生的考核评价没有任何区别性，不能因材施教，因专而定。

4. 深化大健康背景下医学生体育教学的路径择选

医学教育必须融进大健康“大健康”理念，树立以人为中心，疾病，健康，等现代医学核心要素融

入到大学医学教育全过程[2]。医学生体育教学要以大健康规划为契机,以培养新时代医学生为主导,全面贯彻医教改革纲领精神,全面落实医学生体育教学改革细则,全面深化德、智、体、美、劳素质教育,树立终身体育为价值导向,为我国早日实现“大健康”事业添砖加瓦。

4.1. 树立“体医融合”理念导向

“健康中国 2030 规划纲要”文件中的第六章,“加强体医融合和非医疗健康干预”中指出:根据不同人群的身体健康状况,推出因人而异的运动处方库,推动形成体医结合的疾病管理与健康服务模式,开展运动风险评估。医学生的体育教学应在树立“终身体育”的理念基础上,更应该牢靠“体医融合”的理念导向。走出一条医学生体育教学的特色道路,走出一条切合医学生自身发展的核心素养道路,走出一条能解决医学生实际问题的实效道路。再者,体育教学的主体-体育教师;学生接受教育的环境-学校,这二者也要全面树立以“体医融合”、“终身体育”、“大健康”等切身符合医学生体育教学的体育文化理念,为医学生的体育教学营造一个浓厚的体育文化氛围。

4.2. 强化多元性考核评价标准的引导性

在我国对于医学生的考核标准没有特定的文件出台,统一按照高等院校生的考核标准要求来评定。现医学生中男女比例不均衡,女多男少,身体素质考核对于医学生来说是一次大考,也是一次严考。新《标准》测试项目类别、分值和权重系数的设置方面调整合理,但在评价等级分不上存在男生不及格率偏高,优秀率偏低;女生优秀率和不及格率均偏低的问题[3]。首先,教师要充分利用新《标准》的考核项目及作为要求作为引导,不断深化体育教学内容,增强学生体能素质练习,增进体育技能掌握的熟练度。其次,对于体育课程评价要采用多元化的评价,学生自我评价、学生互评、教师评价、体育理论知识与技能交叉性评价。最后形成以多视角、多元化、多维度的评价标准,加深学生对体育热爱;强化学生对体育教学内容的理解与学习;树立学生“健康第一”、“终身体育”、“体医融合”的理念。

4.3. 深化多样化体育课程内容设置

大学生对体育锻炼的兴趣和重要性的认识是养成锻炼习惯的基础[4]。体育教学内容是能否激发学生体育锻炼,对体育知识的求知欲的根本。这就要求对我们不断深化多样化体育教学的内容,满足学生的对体育教学内容多样化的要求,激发学生对课程内容的求知欲。体育教学内容更要紧密联系医学生的专业属性,我们的授课内容还需理论与技能的理论联系实际结合、户外与室内的空间结合、线上与线下的跨时间结合。体育教学内容主要依照体育教学教材作为参考依据,但现在针对医学生的体育教学专有教材编写还较少。因此,这也对我国医学生专有的体育教材编写有着强烈的需求。

4.4. 探索多轨制教学模式

现我国对于体育教学的授课模式大多都是比较单一化,主要采取的是户外操场,以教师为主导的单项授课模式进行。今年受疫情影响,我们高等院校结合了互联网+的线上教学模式进行授课,但之前这种线上授课模式地开展还是属于小范围,这无疑也是体育教学模式多轨制的一种探索。2016~2017年,美国有76%左右的学位授予院校提供线上课程,其中,“商业与市场”类学科局与榜首,其次就是“健康”与“教育”类。针对医学生的体育教学的运动康复、健身保健的理论学习是很切合线上授课模式。线上模式授课的优势在于跨地域、跨时差、跨领域,将带给教师最新的教育理念与科学研究,带给学生最前沿的信息与知识。

基金项目

广西科技大学体育文化研究中心基金项目资助(GKDTYWH2006)。

参考文献

- [1] 新华社. 习近平: 把人民健康放在优先发展战略地位[EB/OL]. http://www.xinhuanet.com/politics/2016-08/20/c_1119425802.htm, 2016-08-20.
- [2] 闻德亮. 由新冠肺炎疫情防控引发的医学教育思考[J]. 中国高教研究, 2020(5): 43-47+77.
- [3] 岳得志. 阳光体育运动背景下大学生健康行为的培养[J]. 品牌(下半月), 2013(Z4): 86-87.
- [4] 刘静民, 邢钰, 郭惠珍. 《国家学生体质健康标准》大学生评价体系合理性的研究[J]. 体育文化导刊, 2012(3): 102-104+120.