

医学类高等职业学校“体医结合”教育模式探究

李朝

南阳医学高等专科学校

DOI:10.12238/jief.v5i1.6110

[摘要] 以医学类高等职业学校为调研对象,概述了“体医结合”的内涵,以及实施“体医结合”教育模式改革的重要意义,调查了存在的不足,从信息化教学视角提出改革的策略,促进医学类高等职业学校体育教育改革。

[关键词] 医学类高等职业学校;体医结合;体育教育模式;创新

中图分类号: G807 文献标识码: A

Research on the "Integration of Physical Education and Medicine" Education Mode in Medical Higher Vocational Schools

Zhao Li

Nanyang Medical College

[Abstract] Taking medical higher vocational schools as the research object, this paper summarizes the connotation of "integration of physical education and medicine", as well as the important significance of implementing the reform of "integration of physical education and medicine" education mode, investigates the existing shortcomings, and proposes reform strategies from the perspective of information based teaching to promote the reform of physical education in medical higher vocational schools.

[Key words] medical higher vocational school; integration of physical education and medicine; physical education mode; innovate

引言

“体医结合”就是将体育与医学相融合,通过体育增强、提高人体健康水平,把体育变成“医疗手段”。《健康中国2030规划纲要》^[1]提出,要在高职院校加强“体医结合”教育,加强对学生的身体素质教育,注重对学生进行身体、心理、生理等方面的综合训练,加强对大学生身体素质的锻炼。医学类高职要关注医学领域对专门人才的职业需求,正确定位体育的独特功用,深入发掘体育与医学教育之间的关系,推动两者的融合。

1 “体医结合”的含义

“体医结合”是一种突破了体育与医学的壁垒,将二者最尖端的理论思想与最行之有效的经验相互渗透、相互补充,使体育界与医务界在医学检验、健康评价、运动健身、康复等领域相互融合的新型健康服务方式。一是以体育辅助医学,将“体育是最好的医学”这一观念进行了延伸;二是“以医为本”,扩大和扩展医学职能,充分利用我国各大医院在人员、技术、装备以及体育健康评估、体育健康监测等领域的技术力量,提升我国国民体育的科学性、实效性和安全水平^[2]。

2 医学类高等职业学校实施“体医结合”教育模式改革的重要意义

2.1 医学类高等职业学校实施“体医结合”教育模式改革是贯彻全民健康国家方针的重大措施

国家领导人指出:应当全面倡导健康文明的生活方式,在全社会树立大卫生健康理念,将以治病为中心理念转变为维护人民健康为核心,构建健康全面的人才教育体系,从而有效提升综合健康素养水平,并推进全民健康及健身的充分深入融合。医学与体育相融合,其实质就是可以用“体育”这门课来给学生们带来一些新的教育理念和教学模式变革,让他们可以利用医学的相关理论来引导他们的体育训练,让他们在体育和医学的结合上达到更好的效果,从而达到培养复合型医学专业人才的目。[3]

2.2 医学类高等职业学校实施“体医结合”教育模式改革是实施素质教育的关键举措

当前,在医药类高职教育的过程中,人们还没有深入地认识到“以学生的全面发展为核心”的教育理念。“体医结合”课程的实施,是为了使其符合医学生将来的就业需要,并与其自身的专业特长紧密地联系在一起,使其扎实地学习和运用基本的医学理论,并在此过程中,对其进行知识和技能的拓展,从而达到培养德智体美劳全面发展人才的目的。

2.3 医学类高等职业学校实施“体医结合”教育模式改革是促进全民健康与社会卫生事业协调发展的需要

目前,对身体进行的健康的影响因子和康复方法呈现出多元化趋势,环境、行为、生物遗传和生活方式以及医学保健是对人们的身体进行健康产生干预的主要原因。随着生活节奏的不断加快以及信息化时代的影响,处于亚健康状况的人群也在不断增加。因此,人们对健康的要求也有了新的、更高的期待。运动可以提高人们的生活质量,减少人们的不良生活习惯所带来的影响。^[4]我国将大众健身提升到了国家战略,提出:基础社区医疗及大众健身运动是人民群众身体健康得到保障的重要组成部分。^[5]“体医结合”教学方式的改革,符合我国的“全民健康”发展的要求。

2.4 医学类高等职业学校实施“体医结合”教育模式改革有助于更好地达到体育教育的目的

通过“体医结合”的方式,可以提高高职院校的教师和学生对体育的认识,提高他们的身体素质,增强他们的健康观念,提高他们对健康的认识和能力,激发他们以医药的视角来分析体育,使医药知识与体育运动进行互补和借鉴,从而更好地实现医药类高职体育的教学目标。

3 医学类高等职业学校实施“体医结合”教育模式改革存在的问题

3.1 “体医结合”的观念尚未形成共识

当前,人们都有一个普遍的认识:要治疗自己的病,只能靠药品和大夫。运动是一种竞争,一种锻炼。对于“体医结合”这个概念,大多数人都是不认可的。教师和学生没有对“体医结合”理论学习的重要性有足够的认识,他们对“体医结合”的体育教学理论活动存在抗拒的情绪,这严重地影响了“体医结合”教学改革的深入发展。

3.2 医学院校体育课的医学特色不够明显

高职医学院校体育教育的目的不应该与专业的整体要求相背离,也不应该“只体不医”。而在体育教学中,体育老师的主要任务依然是传授学生运动技巧,提升他们的体质,并没有将医药类高职体育的医学特点凸显出来,他们对于运动处方、运动生理、体育保健等有关的交叉学科的了解,还仅仅局限在体育锻炼的科学原理与方法等基本层面^[6]。

3.3 “体医结合”课程设计不合理

通过对医学院校的调研发现,大部分医学院校的体育课程设置以篮球、乒乓球、武术和健身健美操为主,缺少“体医结合”课程设计和运动康复课程设置。又存在着教学形式单一等问题,更多地关注如何提高学生的身体素质,而忽略了“体医结合”教学内容的开展^[1]。

3.4 “体医结合”复合型教师人才缺乏

通过对医学院校体育教学的现状进行调研,发现体育教学的主要内容大多是体育项目训练、体育科学和体育人文科学。绝大多数高校的体育老师没有运动医学的相关知识,也缺少医学类的运动医学和运动康复类的教学师资。传统的体育与医疗

专业型的培训方式,仅侧重于其中某一专业的培训,而缺乏交叉学科内容的培训。由此产生了“学体育的不懂医,学医的不懂体育”的问题,对“体医结合”的发展造成了很大的阻碍。

4 医学类高等职业学校实施“体医结合”教育模式改革的策略

4.1 改革医学类高职院校的体育教学观念

作为医科类高职学校的体育教师,不能还停留在单纯的对运动技术的强调上,要将体育与医学之间存在的内部联系进行充分地发掘。并根据体育、医疗等学科的特征,着重对学生的身体健康、运动康复等方面进行详细的阐述。在具体的运动技能教学过程中,不忘记发掘其具有的医学价值。^[6]

4.2 转变医学类高职院校体育教育的传统目标

体育课程目标是指导学生通过体育学习与锻炼达到强身健体、终身体育的目的。在“体医结合”的大背景下,医学类高职院校的公共体育课程应该朝着多样化的培养目标方向发展,将传统的课程目标(身体健康目标、心理健康目标、运动参与目标、运动能力目标及社会适应目标)转化为以具有医学特点为基础的教学目标。在体育教学中适当增加一些医疗保健知识、运动康复理论和技能,培养学生“体育+医疗”的能力,培养既了解医学知识技能,又掌握运动、健身、保健、康复等技能的复合型医学人才^[2]。

4.3 增加具有医学特色的体育教学内容

要根据医学专业学生将来的就业市场需要,设置与医学专业有关的课程,凸显医学专业的教学特征。要提高健康护理、运动等方面的教学时间比例,重视对运动医学专业知识的学习,使学生在学会一些医疗体育技巧(健身操、养生功法等)的同时,能够在实践中运用体育康复手段,并能够向别人提供体育治疗方案,初步构建由传统武术养生、学生自选体育课程、理论教学及课外运动训练(以运动队为主)组成的医科类院校的公共体育课程体系。

4.4 加强体育教师综合素质培养

大力引入体育医疗方面的优秀人才,还可以引入一些体育医学方面的专家开展培训,提高老师们的体育与医疗水平。要注重对教师基础医学、运动医学和传统健康教育等方面的培养。制定相关的课程纲要和教学计划,深入地发掘出在体育与医疗领域的交叉领域中所包含的深层次的运动治疗和康复防治知识。让广大体育教师了解体育与健康相融合的基础知识,掌握体育运动损伤的科学防治和体育恢复的相关理论和技能,提升体育教师的医疗体育能力^[3]。

4.5 注重发挥体育的预防、保健、康复功能

导引术、五禽戏、易筋经、八段锦、太极拳、气功等各种健康锻炼方法,已经成了我们国家的一笔珍贵的财富,也是人们预防疾病、增强体质、延长寿命的重要方法,越来越广泛地用于临床。医学类高职高专拥有丰富的医疗资源,能够利用其他高校无法比拟的条件,深入挖掘和发挥体育的预防、保健、康复的功能,开展与“体医结合”有关的专业教育。例如,可以设立一门

运动处方的选修课程, 制定出高血压病、高血脂、糖尿病等慢性疾病的体育配方; 将瑜伽、普拉提和拓展训练等运动项目列为健身养生项目。

4.6 改革学校体育考核评价体系

体育课程学习评价应围绕学科核心素养, 依据医学专业学业要求选择评价内容, 既包括健康基础知识、运动技能、体育精神, 还要涵盖运动康复方面的知识和技能。要注重过程性评价与终结性评价、定量评价与定性评价、相对性评价与绝对性评价等多种评价方式的有机结合与运用。应强调多元评价主体的参与, 以获取更为全面的评价信息, 可以通过学生自评、互评、教师评价、家庭反馈等方式进行评价。要注重对学生的增值评价, 通过学生的能力发展、心理发展、职业发展来进行综合考量^[4]。

4.7 采用与高职学生身心特点相适应的体育教学方法

高职学生正处在青春期, 在生理学上主要特点有: 心脏快速扩张, 身体代谢速率快, 精力旺盛; 大脑皮质中活跃的神经元数目迅速增多, 并且具有一定的自控能力; 自信心比较强大, 自尊心也比较成熟, 会有一些自卑的情绪。在体育教学过程中, 一些性格内向的同学不擅长表达自己, 缺乏竞争意识和团队合作精神; 部分同学存在着“怕苦、怕累、怕难”的心理, 对新技术不能进行积极的探索。根据高职学生生理和心理特征, 采取适当的教学方法^[5]。

一是分组选项教学。以课程内容为依据, 设置一些不同的教学项目, 让同学们以自己的兴趣喜好选择不同的学习内容, 建立协同学习小组。二是讲解与示范法。讲解要做到言简意赅, 具体形象, 以精确的、简洁的言语和适当的方式表述清楚, 让同学们更好地把握动作要领。同时, 辅以准确、轻松、优美的动作演示, 让学生有一种很好的体验, 有一种美的感觉, 从而激起他们的锻炼欲望, 让他们能够积极地进行学习。三是游戏化教学方法。将教学内容编排成小游戏, 增加课堂的趣味性和娱乐性, 让同学们在快乐中获得知识和技能。四是分组竞赛教学。把同学们分为几个不同的学习小组, 互相指导, 互相帮助, 共同完成任务。随后, 进行小组间的竞赛, 并给予相应的奖励和惩罚。这样不仅可以培养学生的集体精神, 还可以增进友情, 更好地调动学生学习的主动能动性, 提升教学效果。

4.8 充分运用信息技术优势

将新媒体平台应用到体医结合教育方式的改革中, 可以充分利用其巨大的传播资源的优点, 实现对教学的实时的支持。还可以通过文字、视频、图片等方式来实现教学信息的有效展示。还可以利用教育辅助智能化设备, 例如, 利用智能手机可以有效地保证学生查找有关的资料。实行线上线下相结合的教学方式。

构建网络在线课程, 推广体育治疗与健康的基本知识与技巧将中医运动、时序养生等方面的知识融合到平台内容; 引进《导引术》《八段锦》等体育与健康的训练方式, 吸收中华中医健康的精华。利用线上平台, 指导学生预习基础知识和技术要领主; 线下根据学员的职业需要, 进行针对性的技能指导和实践训练, 培育能够应用运动处方的新一代优秀医疗人才^[6]。

5 结语

在“健康中国”建设的“顶层设计”的大背景下, 医学类高职院校必须高度重视“体育”在慢性病防治中的重要性, 在健康因素多元化、居民的亚健康、人口的老龄化、慢性病的迅速发展的大趋势下, 进行“体医结合”的教育, 改变以“体育”为主的教育方式, 健全考核制度, 强化身体素质, 提高学生对健康的认识, 提高其自身的身体素质和健康水平, 培养良好的医德和精神状态。在信息化背景下, 通过对“体医结合”的教育方式进行改革, 利用多媒体技术, 优化“体医结合”的理论, 为“体医结合”的教育提供新的思想, 提高医学与体育的比重, 增加“体医结合”的实践性教育内容, 以适应“健康中国”建设对高质量复合型医学人才的需求。

[基金项目]

南阳医学高等专科学校2021年度教育教学改革研究与实践项目: 医学类高等职业学校“体医结合”体育教育模式创新研究(JGXM202124)。

[参考文献]

- [1] 中共中央, 国务院. 《“健康中国2030”规划纲要》[Z]. 2016.10.
- [2] 黄明, 顾丹东. 信息化时代开展高校体育教学改革的思路和途径分析[J]. 吉林省教育学院学报, 2019(10):118-119.
- [3] 曾钦梅, 张维, 李婷, 等. 体医结合研究现状分析及思考[J]. 医学信息, 2019(5):4-5.
- [4] 尹航. “体医结合”背景下高等医学类高等职业学校体育特色项目的构建[J]. 开封教育学院学报, 2018(11):75-77.
- [5] 张安骏. “体医融合”背景下的医学院校体育教学改革——以昆明医科大学为例[J]. 《教育教学论坛》, 2021(8):17-18.
- [6] 余自华. 基于信息化视角的医学高职院校“体医融合”创新路径研究[J]. 《兰州文理学院学报(自然科学版)》, 2020(14):207-208.

作者简介:

李朝(1973—), 男, 汉族, 河南南阳人, 硕士, 副教授, 研究方向: 体育教育。