

项目驱动式教学在体育教育专业《健康教育学》课程中的设计与实践

尤艺虹

滁州学院体育学院，安徽滁州

DOI: 10.62836/jer.v4n9.1436

摘要：在健康中国建设的大背景下，健康教育能力已经成为体育教师的重要专业素养之一。针对体育教育专业学生在《健康教育学》课程中表现出的理论学习兴趣不足、知识应用能力较弱等问题，本文将项目驱动式教学方法引入课程实践。教学实践表明，该方法在一定程度上增强了学生的学习兴趣，使学生的健康教育实践能力得到了一定锻炼，并使其对健康教育项目设计的基本流程及其各阶段之间的关系形成了初步认识。但与此同时，实施中仍然存在项目指导时间有限、学生前置能力不足、小组合作质量不均以及主动探究意识不足等问题。基于此，本文提出优化课时配置、加强项目能力训练、完善小组合作机制与过程评价等改进措施，以期为后续的《健康教育学》课程改革提供参考。

关键词：健康教育学；项目驱动式教学；体育教育

Design and Practice of Project-Driven Teaching in the Health Education Course for Physical Education Major

Yihong You

College of Physical Education, Chuzhou University, Chuzhou, Anhui

Abstract: Health education competence has become an important competence of physical education teachers under the backdrop of the Healthy China Initiative. To increase physical education students' interest in theoretical learning and improve their ability to apply knowledge to practice, project-driven teaching was introduced into the Health Education course. One semester practice indicated that students' interest in theoretical learning was increased to some extent, in the meanwhile, they gained some experience of putting their knowledge into practice and developed a preliminary understanding of the basic process of health education project design. However, there are several challenges to be addressed, such as limited time for project guidance, insufficient prerequisite skills, uneven quality of group collaboration, and limited engagement in active inquiry. Accordingly, further reform of the Health Education course is suggested to focus on optimizing the allocation of class time, strengthening training in project-related skills, improving group collaboration mechanisms, and refining process-based assessment.

Keywords: health education; project-driven teaching; physical education

*基金项目：滁州学院教学研究项目资助（项目编号：2025jyc065）。

1 引言

2016年中共中央、国务院印发的《“健康中国2030”规划纲要》将健康教育正式提升至国家战略层面[1]。在此背景下,体育教师作为学校《体育与健康》课程的主导者与实施者,不仅应承担原本的体育教学任务,同时还肩负着健康教育的历史使命。因此,作为未来的体育教师,体育教育专业学生应具备较为系统的健康教育知识与实践能力。但目前《健康教育学》课程中存在教学手段单一、实践部分不足等诸多问题[2,3],在一定程度上制约了学生理论学习的兴趣与理论知识向实践转化的能力。这些都迫切要求《健康教育学》课程教学的转型与创新,以提升课程教学质量与学生的实践能力。因此,本文尝试将项目驱动式教学引入《健康教育学》课程,通过一学期的健康教育项目设计实施,探索促进体育教育专业学生理论知识理解与实践应用的教学路径。

2 项目驱动式教学与《健康教育学》课程的适配性

项目驱动式教学要求学生在具体情境中,运用已有的知识和经验,通过亲身实践与自主解决实际问题,从而促进综合能力的发展。具体来说,该方法是指在教师指导下,以学生为中心,围绕一个完整的、具有实践性的项目组织教学活动的过程[4]。与传统教学方法相比,该模式更注重学生在任务完成过程中的主动参与、团队协作以及知识迁移,有助于增强学生的实践能力[4]。因此,近年来已被广泛应用于多个高校的课程教学改革中[5,6]。

《健康教育学》课程本身具有较强的实践性与应用性,其教学内容不仅涉及健康教育与健康促进等基本理论,还包括系统的健康教育与健康促进项目设计等实践性内容。这些实践性内容与项目驱动式教学中“项目选择、活动探究、制定计划、成果形成”等基本实施环节具有较强的对应关系[7],可以为项目驱动式教学与课程内容的融合提供良好的基础。此外,将健康教育项目设

计贯穿课程教学,可以使原本分散于不同章节中的理论知识围绕同一实践任务建立逻辑联系,为学生运用理论知识分析与解决实际健康问题的机会,从而促进其理论知识的理解与健康教育实践能力的发展。

3 项目驱动式教学的实施设计

3.1 设计思路

考虑到本轮教学改革为项目驱动式教学在《健康教育学》课程中的首次实践,本轮教学改革旨在不改变原有课程大纲和基本教学内容的前提下,引入项目驱动式教学,并对教学组织与过程评价进行适当调整。课程整体上,主要以学生健康教育实践能力培养为核心,以健康教育项目设计为主线,将课程理论学习与项目实践相结合,引导学生在完成项目任务的过程中理解和运用相关知识,促进理论知识向实践应用转化。

在教学组织上,课程按照“理论学习—项目实践—反馈修正”的思路逐步推进。授课教师在课堂上首先完成与当前项目阶段相关的理论知识讲授,在此基础上讲解项目任务的具体要求、实施方法与注意事项;学生利用课外时间以小组合作形式完成项目任务,并针对实施过程中遇到的问题与教师交流;教师根据学生的反馈给予针对性指导,学生据此对阶段性成果进行修改与完善。由此形成理论教学与项目实践相互衔接的教学过程。

3.2 项目任务与课程内容的衔接设计

本研究围绕健康教育项目设计过程,将项目分解为八个相互衔接的阶段性任务,分别为:选择项目主题、选择测量工具、设计问卷调查、开展数据收集、进行问题诊断、制定项目目标、设计健康教育方案以及最终成果汇报。

这种阶段性推进方式主要基于两方面考虑:一是将相对复杂的项目分解为若干阶段性任务,引导学生循序渐进地完成,从而降低一次性完成健康教育项目设计的压力;二是使相关理论知识的教学进度与项目任务相衔接,尽可能在学生完成相

关理论学习后再开展对应的项目实践，从而为项目任务的完成提供必要的知识基础，并促进理论知识的及时应用。

在保持原有课程教学内容基本框架的基础上，本文根据健康教育项目设计的进程，对部分教学内容的教学时间安排及其与项目任务的衔接方式进行调整。其中，健康教育、健康促进等基础知识主要用于帮助学生建立项目认知；健康行为、健康测量、目标制定等方法性知识直接支撑项目各阶段任务；健康体能、心理健康、健康饮食、健康睡眠、体重控制等专题知识则作为学生分析具体健康问题和设计干预内容的重要知识来源。

3.3 课程考核

在课程考核方面，本研究遵循原有教学大纲规定的课程考核框架与评价构成，但在过程性评价部分对原有考核内容进行适当调整。即以健康教育项目设计评价替代原过程性评价中的阶段测验。健康教育项目设计评价主要关注阶段性任务完成情况、最终项目成果与汇报质量以及小组合作与参与表现，并与原有的出勤、课堂表现及期末考试等评价内容共同构成这门课程的综合成绩。通过这一调整，在保持原有课程评价体系总体稳定的基础上，将学生对理论知识的实际应用过程纳入评价。

4 项目驱动式教学的实施过程

4.1 教学对象与项目组织

本次教学改革以体育教育专业一个班级的学生为实施对象，周期为一个学期，共16周。课程开始的第一周，教师向学生介绍本学期健康教育项目设计的总体要求、实施流程以及考核方式，学生自行组队，最终形成6个小组。各小组分别从睡眠、饮食、压力、手机使用、久坐行为、酒精使用六个大学生常见的健康问题中选择一个作为项目主题。在教师指导下，学生以小组合作形式围绕所选择的项目主题依次完成八个阶段性任务，最终形成较为完整的健康教

育方案。

4.2 课堂教学组织方式

在具体的教学过程中，教师围绕当前项目阶段所需要的理论知识组织课堂教学。每进入新的阶段，先讲授完成该阶段任务所需要的理论知识，再进行当前项目阶段的任务说明与方法指导，并结合具体案例讲解相关理论知识在项目中的应用，为学生完成后续项目任务提供参考。

例如，在学生开展工具选择之前，教师首先讲解健康测量、问卷与量表的区别等相关知识，在此基础上指导学生根据项目主题选择合适的测量工具作为问题诊断的依据之一；在学生开展问卷设计前，教师首先讲授健康行为及其影响因素等相关知识，再结合项目需要说明问卷应包含健康现状、行为表现及可能的影响因素等内容；在项目目标制定阶段，教师重点讲解SMART原则，引导学生根据前期问题诊断结果制定具体、可测量的项目目标；在健康教育方案设计阶段，结合健康行为理论以及相关专题健康知识，指导学生依据前期调查结果、问题诊断及项目目标设计具体的健康教育活动方案。

阶段任务布置后，学生利用课外时间以小组为单位完成项目阶段性任务。实施过程中如遇问题，可及时通过线上（如学习通）或线下方式向教师反馈，教师根据不同小组的具体问题给予针对性指导，并对共性问题进行集中说明。而后，学生根据反馈对阶段性成果进行修改与完善，并通过学习通上传各阶段的最终阶段性成果。

4.3 最终项目成果展示

学期最后一次课，各小组围绕本学期完成的健康教育项目设计进行成果汇报。汇报内容主要包括项目选题依据、调查工具选择、问卷设计、数据收集与问题诊断、目标制定、健康教育方案设计等内容。通过完整呈现项目设计过程，引导学生重新梳理各阶段之间的逻辑关系，并进一步理解健康教育理论知识在实际健康教育项目中的具体应用。

5 项目驱动式教学的实施效果

由于本轮教学改革项目驱动式教学在《健康教育学》课程中的初次探索,且体育教育专业三个班级分别由不同教师承担教学任务,不同班级的教学组织方式、课堂推进节奏以及教师教学风格等方面存在差异,因此本文不通过班级间期末考试成绩的比较来评价本轮教学改革效果,而主要结合小组阶段性成果、最终项目汇报以及学生过程性表现,对本轮教学实践效果进行分析。

从教学过程与完成阶段性任务的过程来看,部分学生在完成项目过程中能够围绕测量工具选择、问卷设计、目标制定以及方案设计等具体问题主动与教师沟通交流。由此可见,项目驱动式教学在一定程度上增加了部分学生对相关理论内容的学习兴趣,并促进了其学习主动性的提升。

从最终项目汇报来看,大部分小组能够按照基本项目流程形成较为完整的健康教育方案,并能够在期末汇报中呈现从调查、诊断到目标与方案设计的基本过程。通过参与项目各阶段任务,学生在测量工具选择、问卷设计、问题诊断、目标制定以及方案设计等方面得到了一定的实践锻炼,同时也逐步认识到项目各阶段之间并非彼此独立,而是存在前后衔接的逻辑关系。由此可见,多数学生已对健康教育项目设计的基本流程形成了初步的认识。

6 项目驱动式教学实施中的问题与改进

虽然项目驱动式教学的引入在一定程度上增强了学生的学习兴趣,并为其提供了健康教育项目设计实践的机会,但教学实施过程中仍暴露出一些问题,主要表现为小组合作质量不均、部分学生问题意识与主动探究意识不足,以及任务拖延、依赖人工智能与应付完成项目等现象。究其原因,一方面,原有课程课时主要按照理论教学需求设置,引入项目后还需增加任务说明、方法指导和问题反馈,课堂时间相对紧张;另一方面,部分学生理论基础、自主学习能力及问卷设计、数据

分析、方案设计等前置能力不足,面对综合性项目任务时容易产生畏惧心理。此外,首次实施中教师对项目整体框架、组内分工和阶段评价标准的设计也不够完善,一定程度上影响了部分学生对项目的持续参与。

针对上述问题,下一轮教学可进一步优化理论教学与项目指导的时间配置,将部分适合自主学习的内容转移至课前和课后,并借助学习通等线上平台提供学习资料与章节测验,将更多课堂时间用于问卷设计、数据分析、方案设计等关键能力训练和针对性指导。同时,教师应在首堂课中明确项目整体的流程、阶段任务及相应的评价要求,完善小组负责人和成员分工的机制,并在课堂上适当增加具有明确任务要求的小组讨论。此外,教师还应规范人工智能工具的使用,引导学生将其作为辅助学习工具而非替代独立思考与项目完成的手段。

7 结语

综上所述,本轮项目驱动式教学实践通过将课程理论学习与健康教育项目设计有机结合,为学生学习与应用相关理论知识提供了真实的实践情境。尽管首次实施过程中仍存在项目指导时间有限、学生前置能力不足、小组合作质量不均等问题,但也为后续课程教学的改进与优化提供了重要的方向。

参考文献

- [1]项云.参与式教学法在体育教育专业健康教育课程中的应用[J].成才,2025,(12):155-157.
- [2]彭晶.基于“任务驱动,三堂融合”的体育专业《健康教育学》教学改革研究[J].体育风尚,2025,(15):107-109.
- [3]陈伟华.高校体育教育专业《健康教育学》课程教学改革的思考[J].体育世界,2023,(3):145-147.
- [4]齐卫,王文青.项目式教学过程与效果评价[J].河北师范大学学报(教育科学版),2020,22(06):119-121.
- [5]姚佳云.项目驱动式教学在体育教育专业学生《运动生理学》“运动性疲劳”章节中的应用[D].山东体育学院,2020.

- [6]刘瑞莲,顿文军,屈红林.基于项目驱动式教学法教学效果检验及考核评价指标体系实践研究——以运动生理学课程教学为例[J].宜春学院学报,2021,43(12):118-122.
- [7]陈大保.宁夏大学《健康教育学》课程项目教学法的设计及实施研究[D].宁夏大学,2022.

