

技能大赛与产教融合“双引领”下的健身指导 与管理专业“三教改革”探索与实践 ——以青岛职业技术学院为例

陈曦

青岛职业技术学院 体育健康学院, 山东 青岛 266555

DOI:10.61369/EST.2026060016

摘 要： 本研究以技能大赛与产教融合为双引领，聚焦健身指导与管理专业的教师、教材、教法“三教改革”实践路径探索。研究综合采用文献研究法、案例分析法、调查研究法，梳理职业教育核心理论与国内外相关研究成果，调研行业企业人才需求，剖析专业教学现存问题。实践表明，技能大赛与产教融合协同引领模式，可有效优化专业教学内容、强化师资实践能力、创新课堂教学方法。通过改革实践，本专业构建了适配行业岗位需求、对标技能大赛标准的课程体系，打造了高水平“双师型”师资队伍，形成了多元化学生主体教学模式，可为同类职业院校健身相关专业教学改革提供参考与借鉴。

关 键 词： 技能大赛；产教融合；健身指导与管理专业；三教改革

Exploration and Practice of the "Three Educational Reforms" in the Fitness Instruction and Management Major under the "Dual Guidance" of Skills Competitions and Industry-Education Integration — A Case Study of Qingdao Technical College

Chen Xi

School of Sports and Health, Qingdao Technical College, Qingdao, Shandong 266555

Abstract： This study guided by the dual principles of skills competitions and industry-education integration, focuses on exploring practical pathways for the "three educational reforms"—teacher, teaching material, and teaching method reforms—in the Fitness Instruction and Management major. The research employs a combination of literature review, case analysis, and survey methods to systematically examine core theories in vocational education and relevant research findings both domestically and internationally. It investigates talent demands within the industry and enterprises and analyzes existing issues in professional teaching. The practice demonstrates that the collaborative guidance model of skills competitions and industry-education integration can effectively optimize professional teaching content, enhance teachers' practical abilities, and innovate classroom teaching methods. Through reform efforts, the major has developed a curriculum system that aligns with industry job requirements and meets the standards of skills competitions, cultivated a high-caliber "dual-qualified" teaching staff, and established a diversified student-centered teaching model. This provides valuable references and insights for teaching reforms in fitness-related majors at similar vocational colleges.

Keywords： skills competitions; industry-education integration; fitness instruction and management major; three educational reforms

引言

（一）研究背景

伴随国民健康意识持续提升，国内健身产业高速扩容，市场规模稳居万亿级别且保持稳步增长态势，行业对高素质、复合型技术技

能健身人才的需求持续攀升。当前职业教育领域，技能大赛与产教融合已成为推动专业建设、提质人才培养质量的核心抓手，是落实“岗课赛证”综合育人的重要载体。技能大赛以“以赛促教、以赛促学、以赛促改”为核心，推动课程内容与职业标准、行业规范精准对接；产教融合依托校企深度协同，打通教育链、人才链与产业链的衔接壁垒，为专业教学改革赋能。

反观健身指导与管理专业传统教学体系，仍存在明显滞后性，教学内容、师资能力、教学模式难以适配行业快速发展需求。在此背景下，聚焦教师、教材、教法的“三教改革”，成为破解专业发展瓶颈、提升职业教育教学质量、精准匹配行业人才需求的关键举措，具备重要的实践价值与现实意义。

（二）问题陈述

目前健身指导与管理专业“三教改革”落地实施仍存在诸多短板。其一，教学内容与行业实际脱节，现有课程体系更新滞后，未能及时融入健身行业智能化、数字化、精细化发展的新技术、新规范、新岗位要求，学生所学知识技能难以适配职场实际工作场景。其二，师资队伍实践能力薄弱，多数专任教师以理论教学为主，缺乏一线企业实践经验，难以将行业前沿技术、真实工作案例融入课堂，制约教学实用性与专业性提升。其三，教学模式固化单一，传统填鸭式讲授教学仍占主导，互动式、项目式、实战化教学应用不足，无法有效激发学生自主学习主动性，难以锻炼学生的问题解决能力与团队协作能力。基于以上问题，探索双引领视角下的“三教改革”落地路径极具必要性。

（三）研究目标

本研究以青岛职业技术学院体育健康学院健身指导与管理专业为研究载体，探索技能大赛与产教融合双驱动下“三教改革”的科学实施路径。核心研究目标分为三点：一是对标技能大赛赛项标准、贴合企业岗位技能需求，优化重构专业课程体系，更新迭代教学内容；二是依托大赛培训、企业挂职、校企共建项目等载体，强化教师实践能力，打造技精善教的“双师型”师资队伍；三是借鉴大赛竞赛模式与企业真实项目场景，创新多元化教学方法，构建以学生为中心的教学体系，提升学生综合职业素养。本研究旨在形成可落地、可复制的专业改革方案，助力人才培养质量提升，为同类院校专业改革提供参考范式。

一、文献综述

（一）理论基础

产教融合、赛教融合是职业教育改革的核心理论支撑，为本次专业“三教改革”提供了明确指导。产教融合理论核心在于校企资源整合、优势互补，推动职业教育以产业需求为导向，将企业工作流程、技术标准、岗位规范融入教学全过程，实现人才培养与产业需求无缝对接，切实提升学生就业竞争力。赛教融合理论则依托职业技能大赛平台，打通赛事标准与教学体系的壁垒，以赛事前沿性、规范性引领教学内容、教学方法、教学评价的全方位优化。两大理论相辅相成，可从课程重构、师资建设、教法创新三个维度，指导健身指导与管理专业开展系统化、精准化的教学改革。

（二）国内外研究进展

国内外学界围绕职业教育产教融合、赛教融合及三教改革已形成丰富研究成果。国外典型模式如德国“双元制”、澳大利亚TAFE模式，核心优势在于校企深度共治，共同制定课程标准、设计教学内容、开展实训教学，全面强化学生实操能力与职业素养。国内研究多聚焦技能大赛的育人价值，证实赛教融合可有效推动“岗课赛证”融合落地，助力课程体系优化与教学模式创新。

现有研究仍存在明显短板：一是多聚焦技能大赛或产教融合单一维度研究，忽视二者的协同育人效应；二是针对健身指导与管理专业的专项研究较少，缺乏贴合行业特性与区域产业需求的深度探索；三是研究多停留在理论层面，实证研究、落地性案例研究匮乏，实践指导价值有限。

（三）研究空白

结合现有研究成果，当前相关领域研究空白主要体现在三方面。第一，缺乏双要素协同研究，现有成果多割裂赛教融合与产教融合，未系统分析二者协同赋能“三教改革”的互补机制与实施路径。第二，专业针对性不足，通用化改革理论难以适配健身行业智能化、服务化的发展特性，缺乏可落地的专业改革方案。第三，研究方法单一，多以理论推导、定性分析为主，缺少基于院校实操实践的实证研究，改革成效与路径的真实性、可复制性不足。本研究立足院校真实改革实践，填补上述研究空白，构建双引领下的专业改革体系。

二、专业现状分析

（一）师资队伍现状

本专业师资队伍学历、职称结构整体良好，专任教师多具备体育教育、运动训练相关专业背景，理论教学功底扎实，本科及以上学历占比超90%，副教授及以上高级职称教师占比较高。但适配新时代职业教育改革与行业发展的短板较为突出：多数教师长期深耕课堂教学，缺乏健身企业一线挂职、项目实操经验，行业前沿技术、智能健身设备应用、俱乐部运营管理等实操知识储备不足；持有行业高级职业资格证书、参与企业横向项目的教师数量偏少，难以精准对接技能大赛标准与企业岗位需求，无法充分支撑实战化、项目化教学改革。

（二）教学内容现状

当前专业课程涵盖运动生理学、健身理论、运动损伤防护、

器械实操等基础与核心内容，可满足基础人才培养需求，但适配改革与行业发展的短板显著。课程内容更新滞后，未及时融入智能健身、健康大数据分析、客户精细化管理等行业新兴内容；教材以传统统编教材为主，时效性、针对性不足，缺少贴合赛事标准、企业真实项目的校本教材与活页式教材。同时，课程体系与职业岗位、技能大赛赛项的匹配度较低，理论课程占比偏高，实操性、项目化教学内容不足，学生所学知识与职场需求、赛事要求脱节明显。

（三）教学方法现状

本专业目前主要采用讲授法、基础实操法、经典案例分析法开展教学，能够完成基础教学任务，但创新性与实效性不足。传统讲授法以单向知识输出为主，学生参与度低，难以培养创新思维与问题解决能力；实操教学受限于实训资源，学生人均实操时长不足，训练效果参差不齐；案例教学多采用陈旧经典案例，缺少行业前沿案例与真实商业项目支撑，无法适配技能大赛实战化、企业岗位场景化的能力培养要求，整体教学模式难以激发学生自主学习动力。

三、技能大赛引领下的“三教改革”探索

（一）以技能大赛内容优化教学内容

职业技能大赛赛项设置、考核标准深度对接行业最新规范与岗位核心能力要求，是优化教学内容的核心依据。专业深度拆解健身类技能大赛理论考核、实操考核、综合能力考核三大模块核心知识点与技能点，将赛事标准分层融入各年级、各核心课程，实现教学内容精准迭代。同时，对标赛事评分规范与行业标准，开发活页式、工作手册式立体化校本教材，动态更新赛事新技术、新流程、新规范，摒弃陈旧教学内容，构建“赛事标准+课程内容+职业规范”一体化教学体系，实现以赛促改、以赛促学。

（二）以技能大赛标准提升教师能力

依托技能大赛育人体系，构建系统化教师能力提升机制。一方面，定期组织教师参与赛事专项培训、专家讲座、赛事观摩，精准掌握最新赛项规则、评分标准与实操技术要点；另一方面，鼓励教师全程参与学生赛事指导工作，在实战指导中积累经验、补齐实操短板。同时，搭建教师教研交流平台，推动赛事指导经验共享互通，打造专业化赛事指导教学团队，全面提升教师的实操教学能力与专业素养，夯实“双师型”师资建设基础。

（三）借鉴技能大赛模式创新教学方法

借鉴技能大赛项目化、竞技化、实战化模式，创新课堂教学形态。将专业教学内容拆解为模块化项目任务，推行项目式、任务驱动式教学，以小组合作形式完成实操训练、方案设计、问题处置等任务，锻炼学生团队协作与实战能力。引入课堂模拟竞赛模式，复刻赛事场景与考核流程，营造竞技学习氛围，激发学生学习主动性。同时，借鉴赛事“过程考核+结果考核”的评价体系，优化课堂评价机制，建立多元化考核指标，全面评价学生的知识掌握、实操能力与综合素养。

四、产教融合引领下的“三教改革”探索

（一）基于企业需求优化教学内容

立足健身行业企业岗位需求，深化教学内容重构与优化。通过走访调研本地健身龙头企业、连锁俱乐部，明确当下行业对人才的核心需求，重点新增智能设备操作、健康数据分析、客户关系管理、健身营销策划等适配行业发展的教学内容，增设实用性核心课程。精简陈旧理论内容，大幅提升实操教学、项目化教学占比，将企业真实运营案例、客户服务场景、岗位工作流程全面融入课堂教学，实现教学内容与企业岗位需求精准匹配，缩短学生职场适应周期。

（二）引企入校提升教师实践教学能力

依托校企深度合作机制，搭建教师实践能力提升平台。通过引企入校、共建实训基地、联合研发项目等方式，为教师提供常态化企业实践渠道，鼓励教师参与企业健身指导、客户服务、场馆运营等真实工作项目。定期邀请企业资深教练、运营专家入校开展专题讲座、参与课堂教学、指导实训项目，帮助教师更新行业认知、补齐实操短板。同时，落实教师企业挂职锻炼制度，将企业实践成果、校企合作项目经验纳入教师能力考核，全面提升教师实践教学水平。

（三）校企合作创新教学方法

依托校企协同育人平台，打破传统单一教学模式，推行实战化、场景化教学改革。引入企业真实运营、客户服务、健身方案定制等项目，开展案例教学与任务驱动教学，让学生在解决真实职场问题中掌握专业技能。借助VR、AR等信息化技术，模拟真实健身服务场景，开展沉浸式实操教学，提升教学趣味性与实效性。同时，校企联合开发线上课程资源，构建线上线下混合式教学模式，兼顾理论夯实与实操训练，全方位培养学生的职业综合能力。

五、“三教改革”实践中的困难与解决策略

（一）资源整合难题与应对

改革实践中存在在校内外资源整合不畅的问题，赛事实训设备、场地与日常教学资源存在冲突，校企双方育人目标、利益诉求存在差异，导致资源利用效率偏低。针对该问题，建立动态资源调配机制，明确教学、赛事、实训资源分配标准与优先级，统筹校内实训资源；搭建校企常态化沟通平台，成立专项改革工作组，协调校企资源投入，平衡双方利益诉求，实现校企资源共享、高效复用。

（二）改革推进阻碍与突破

部分教师固化教学思维，对新型教学模式、改革举措接受度不高，存在抵触情绪；同时学校原有考核评价体系侧重传统教学成果，对赛教融合、产教融合改革工作激励不足，制约改革推进。对此，通过专题培训、教研研讨、优秀案例观摩等方式，引导教师转变教学理念；完善学校绩效考核与激励制度，将赛事指导、企业实践、校企教改成果纳入教师考核，设立专项奖励，充

分调动教师改革积极性。同时推行试点改革模式，以点带面逐步推广，降低改革风险。

（三）其他问题及解决办法

改革过程中，新型教学模式对学生自主学习、团队协作能力要求更高，部分学生出现适配困难、学习压力增大等问题；多元化教学模式也增加了教学质量管控难度。针对以上问题，通过开设学习指导讲座、组建学习帮扶小组，引导学生适应新型教学模式。同时重构多元化教学质量评价体系，引入企业专家、学生互评、过程性考核等评价主体与指标，结合大赛成绩、项目完成质量综合评定教学效果，保障改革教学质量。

六、结论

（一）改革成效总结

本专业以技能大赛与产教融合为双引领的“三教改革”实践成效显著。师资层面，教师行业实践能力、赛事指导能力、创新教学能力全面提升，双师型师资队伍建设的成效突出。教学内容层面，重构了适配行业需求、对标赛事标准的课程体系，更新迭代教学内容，开发新型校本教材，彻底解决了教学与行业、赛事脱节的问题。教学模式层面，形成了项目式、竞赛式、沉浸式等多

元化教学方法，有效激发学生学习主动性，大幅提升学生实操能力与职业综合素养，人才培养质量显著提升。

（二）经验与启示

本次改革实践为同类专业教学改革提供了可复制经验。首先，赛教融合与产教融合协同赋能，是推动“三教改革”落地的核心路径，可实现教学标准、岗位标准、赛事标准的全方位对接。其次，高效的资源整合机制是改革推进的重要保障，通过统筹校企资源、优化资源配置，可为教学改革提供坚实支撑。最后，完善的制度激励与教师培养体系，能够有效破除改革阻力，调动师生参与改革的积极性，保障改革持续深化。

（三）未来展望

未来将持续深化双引领改革模式，推动“三教改革”提质增效。一是建立课程动态更新机制，联合行业专家、企业骨干定期修订课程标准，持续融入行业新技术、新规范。二是完善常态化师资培养体系，深化教师企业挂职、赛事研修机制，优化师资结构，充实企业兼职教师队伍。三是创新校企合作模式，共建产学研实训平台、联合开发教学项目，深化产教深度融合。同时，持续优化多元化教学质量监控体系，全方位保障人才培养质量，助力专业持续高质量发展，为健身行业输送更多优质技术技能人才。

参考文献

- [1] 修辉平；徐敏. 高职院校三教互促育人模式的研究与实践 [J]. 时代汽车, 2022, (14): 49-51.
- [2] 马楠；谢兵. “三教”改革视域下职业院校技能大赛资源转化实践探索 [J]. 科技风, 2022, (23): 38-40.
- [3] 朱清智；靳果. “三教”改革背景下以职业技能大赛为引领的课程改革研究与实践 [J]. 装备制造与教育, 2022, 36(1): 30-34.
- [4] 井新宇. 技能大赛引领课程体系与“课赛”融合的改革与实践 [J]. 潍坊工程职业学院学报, 2023, 36(2): 77-81.
- [5] 邓景茹. 产教融合视域下岗课赛证融通育人模式 [J]. 湖北开放职业学院学报, 2024, 37(2): 47-49.
- [6] 毕长飞. “创产赛教”深度融合提升三教改革新途径——以辽宁地质工程职业学院机械设计与制造专业为例 [J]. 内江科技, 2022, 43(11): 155-156.
- [7] 吴凤娇；陈琳菲. “1+X”制度背景下产教融合引领“三教”改革探析 [J]. 现代商贸工业, 2023, 44(9): 213-215.
- [8] 赵婵娟；徐小容；陈章. 以赛为枢：职业院校“产赛教”深度融合的逻辑理路与路径创新 [J]. 教育与职业, 2022, (3): 54-59.
- [9] 王庚. 高职院校“赛教融合”育人模式的内涵、困境与破解对策 [J]. 南方职业教育学刊, 2021, 11(4): 89-94.
- [10] 朱德全；杨易昆. 职业教育“产赛教”融合：机理、问题与治理 [J]. 陕西现代职业教育研究, 2020, (3): 27-32.
- [11] 孙翠改；施冬梅；盛雪丰. 基于技能大赛的高职院校专业课程建设 [J]. 计算机教育, 2022, (5): 72-75.