

# 人工智能融入中职体育教学的策略研究

王秀波

佳木斯技师学院 黑龙江 佳木斯 154002

**【摘要】**：在职业教育数字化转型的背景下，人工智能技术为中职体育教学改革提供了全新路径。中职体育教学兼具健身育人与职业素养培育的双重属性，当前存在教学针对性不足、个性化指导缺失、教学评价单一等现实困境。本文基于人工智能技术的核心优势，结合中职体育教学的独特需求，从教学内容重构、教学模式创新、教学评价优化、师资队伍建设的四个维度，探索人工智能融入中职体育教学的具体策略，旨在推动中职体育教学提质增效，助力高素质技术技能人才培养。

**【关键词】**：人工智能；中职体育；教学策略；个性化教学；教学改革

DOI:10.12417/2705-1358.26.03.068

## 引言

中职教育以培养高素质技术技能人才为核心目标，体育教学作为中职教育的重要组成部分，不仅承担着增强学生体质的基础任务，更肩负着培育学生团队协作、抗压耐磨等职业核心素养的重要使命。随着人工智能技术在教育领域的深度渗透，传统中职体育教学中存在的教学方式固化、学生个体差异关注不足、教学效果反馈滞后等问题逐渐凸显，难以适应新时代中职教育高质量发展的需求。在此背景下，探索人工智能融入中职体育教学的有效路径，实现技术赋能与教学提质的有机结合，成为当前中职体育教学改革的重要课题<sup>[1]</sup>。本文立足中职体育教学实际，结合人工智能技术的应用优势，从多维度构建融入策略，为推动中职体育教学现代化转型提供参考。

## 1 人工智能融入中职体育教学的核心优势

### 1.1 精准捕捉教学过程，提升教学针对性

人工智能技术通过动作捕捉、数据感知等核心功能，能够实时精准捕捉学生在体育学习中的动作细节与运动状态。在中职体育教学中，无论是田径、球类等基础项目，还是与职业岗位相关的体能训练，学生的动作规范性直接影响教学效果与训练安全。传统教学中，教师难以同时兼顾全体学生的动作表现，对个体动作偏差的判断多依赖主观经验，容易出现指导不精准的问题<sup>[2]</sup>。而人工智能设备可通过高清摄像头、运动传感器等终端，对学生的动作轨迹、发力角度、运动频率等数据进行实时采集与分析，快速定位动作偏差所在，并生成可视化分析报告。教师可基于这些精准数据，针对不同学生的问题进行个性化指导，有效提升教学的针对性与有效性。

### 1.2 实现个性化教学，适配学生个体差异

中职学生来源广泛，个体差异显著，在身体素质、运动基础、学习兴趣等方面存在较大不同。传统中职体育教学多采用“一刀切”的教学模式，统一的教学内容与教学进度难以适配学生的个体需求，容易导致基础好的学生“吃不饱”、基础差的学生“跟不上”的现象。人工智能技术能够基于学生的前期运动数据、身体素质测试结果、学习兴趣偏好等信息，构建个性化学习模型，为不同学生制定差异化的教学目标、教学内容与训练方案<sup>[3]</sup>。例如，对于身体素质较弱的学生，系统可推荐低强度的渐进式训练内容；对于有运动特长的学生，可定制专项提升训练计划；对于具备特定职业体能需求的专业学生，可针对性设计与岗位适配的体能训练模块，真正实现“因材施教”。

### 1.3 优化教学评价体系，完善反馈闭环

教学评价是检验教学效果、调整教学策略的重要依据。传统中职体育教学评价多以期末体能测试、技能达标等结果性评价为主，评价维度单一，难以全面反映学生的学习过程与进步幅度。人工智能技术能够实现对中学生体育学习全过程的动态评价，打破传统结果性评价的局限。通过实时采集学生的学习过程数据，包括课堂参与度、动作改进幅度、训练完成质量、团队协作表现等多维度信息，系统可自动生成全面的评价报告，既关注学生的最终成绩，也重视学生的学习过程与进步空间<sup>[4]</sup>。同时，评价结果能够实时反馈给教师与学生，教师可根据反馈及时调整教学策略，学生也能清晰了解自身不足，主动优化学习方法，形成“教学—评价—反馈—改进”的良性闭环。

## 2 人工智能融入中职体育教学的现实困境

### 2.1 教学理念滞后，技术融入意识不足

当前，部分中职体育教师仍秉持传统教学理念，将体育教学简单等同于体能训练与技能传授，对人工智能技术在教学中的应用价值认知不足。部分教师认为体育教学的核心是实践操作，技术介入会干扰教学的本质，对人工智能技术存在抵触心理。同时，由于缺乏系统的技术培训，不少教师对人工智能设备的操作方法、数据解读能力不足，难以将技术与教学实践有效结合<sup>[5]</sup>。这种滞后的教学理念与薄弱的技术应用意识，成为阻碍人工智能融入中职体育教学的首要障碍。

### 2.2 技术设备配置不足，硬件支撑薄弱

人工智能技术在体育教学中的应用需要依托一定的硬件设备，如动作捕捉系统、智能运动手环、高清摄像头、数据处理终端等。然而，部分中职院校由于资金投入不足，体育教学硬件设施陈旧，难以满足人工智能技术应用的基础需求。即使部分院校配备了相关设备，也存在设备数量不足、分布不均、维护不及时等问题，无法实现全体学生的全覆盖教学。硬件支撑的薄弱，直接限制了人工智能技术在中职体育教学中的规模化应用。

### 2.3 教学资源匮乏，技术与教学融合不深

目前，针对中职体育教学的人工智能教学资源相对匮乏，现有资源多为通用型体育教学内容，与中职专业特色、职业体能需求的适配度不高。同时，多数资源仅停留在动作演示、数据采集等基础层面，未能深入结合中职体育的教学目标与学生的职业发展需求，导致技术应用流于形式，难以实现与教学内容、教学过程的深度融合<sup>[6]</sup>。此外，资源之间缺乏有效整合，形成“信息孤岛”，无法为学生提供系统性、连贯性的学习支持。

### 2.4 师资队伍建设滞后，专业能力有待提升

人工智能融入体育教学对教师的专业能力提出了更高要求，需要教师既具备扎实的体育教学专业知识，又掌握一定的人工智能技术应用能力与数据解读能力。当前，中职体育教师队伍中，具备跨学科能力的复合型人才相对匮乏。多数教师缺乏系统的人工智能技术培训，对相关设备的操作、教学数据的分析与应用能力不足，难以设计出有效的人工智能融合教学方案。师资队伍专业能力的滞后，制约了人工智能技术在中职体育教学中的深度应用与推广。

## 3 人工智能融入中职体育教学的具体策略

### 3.1 更新教学理念，强化技术融入意识

理念更新是技术融入的前提。中职院校应加强对体育教师

的教学理念培训，通过专题讲座、教研活动、案例分享等形式，帮助教师正确认识人工智能技术在体育教学中的应用价值，打破传统教学思维的局限。引导教师树立“技术赋能教学”的理念，明确人工智能技术是提升教学质量、实现个性化教学的重要工具，而非替代教师的教学主体地位。同时，鼓励教师主动探索人工智能与体育教学的融合点，将技术应用意识融入教学设计、教学实施、教学评价的全过程，形成主动应用、积极创新的教學氛围。

### 3.2 完善硬件配置，强化技术支撑保障

硬件设施是人工智能技术落地中职体育教学的基础保障，缺乏完善的硬件支撑，技术赋能便无从谈起。中职院校应结合自身办学规模与体育教学实际需求，合理加大专项资金投入，将人工智能体育教学设备配置纳入院校整体发展规划，分阶段、有重点地完善硬件体系。在设备选型上，应优先挑选实用性强、操作简便、适配中职学生认知与操作水平的智能设备，比如可实时监测心率、运动强度的智能运动手环，能精准捕捉田径、球类等项目动作细节的动作捕捉摄像头，以及可根据学生体能水平自动调节阻力的智能健身器材等，逐步构建覆盖课堂教学、课后自主训练、体能监测等多场景的智能教学环境。同时，要建立健全硬件设备全生命周期管理制度，明确设备使用、维护、更新的责任主体，定期开展设备检修与校准，及时处理设备故障，确保设备始终处于稳定的运行状态。此外，单一院校的资金与技术实力有限，可积极探索校企协同合作模式，主动对接体育科技企业，联合共建智能体育教学实践基地，借助企业的技术研发优势优化设备配置，依托企业的资金支持弥补院校投入不足，形成“院校需求导向、企业技术支撑”的良性合作机制，全面提升硬件设施的智能化水平与应用效能，为人工智能深度融入体育教学筑牢硬件根基。

### 3.3 重构教学内容，推动技术与教学深度融合

结合中职体育教学目标与学生职业发展需求，依托人工智能技术重构教学内容体系，实现技术应用与教学内容的深度融合。一方面，优化基础体育教学内容，利用人工智能技术对传统体育项目进行数字化重构，通过三维动画、虚拟仿真等形式，直观展示动作要领与技术原理，帮助学生更好地理解与掌握。另一方面，突出职业特色，针对不同专业的职业岗位需求，借助人工智能技术设计个性化的职业体能训练内容。例如，针对制造类专业学生，设计提升肢体协调性与耐力的训练模块；针对服务类专业学生，设计提升形体礼仪与沟通协作能力的训练内容。同时，整合优质教学资源，构建智能化教学资源库，实现资源的共建共享，为学生提供多样化、个性化的学习资源支持。

### 3.4 创新教学模式，提升教学互动效果

依托人工智能技术创新中职体育教学模式，打破传统课堂的时空限制，构建线上线下融合的智能化教学模式。线上层面，利用智能教学平台推送个性化学习资源，如动作讲解视频、训练计划、学习任务单等，学生可随时随地进行自主学习；通过平台实现师生互动交流，教师可在线解答学生疑问，实时跟踪学生学习进度。线下层面，利用智能设备开展精准教学，通过动作捕捉系统实时纠正学生动作偏差，借助智能运动器材监测学生训练状态；组织小组协作学习活动，利用人工智能技术记录小组协作过程，评价小组协作效果，培养学生团队协作能力。此外，可引入虚拟仿真教学，通过虚拟仿真设备创设真实的运动场景与职业体能训练场景，提升学生的学习兴趣和训练效果。

### 3.5 优化评价体系，构建动态评价机制

借助人工智能技术构建多元化、动态化的中职体育教学评价体系，打破传统结果性评价的局限。评价内容上，不仅关注学生的体能达标情况与技能掌握程度，还应纳入学习过程、团队协作、职业素养等多维度指标；评价方式上，结合过程性评价与结果性评价，通过人工智能技术实时采集学生学习过程中的各类数据，自动生成过程性评价报告，结合期末技能测试、体能达标等结果性评价数据，形成全面的评价结果；评价主体上，实现教师评价、学生自评与互评相结合，利用智能教学平台为学生自评与互评提供便捷渠道，提升学生的参与度与自我反思能力。同时，评价结果应及时反馈给学生与教师，为学生优化学习方法、教师调整教学策略提供依据，形成良性的教学评价闭环。

### 参考文献：

- [1] 闭文超.基于 AI 技术的中职体育“智慧课堂”教学模式研究与实践[J].文体用品与科技,2025,(19):167-170.
- [2] 樊新慧,朱丽莲,谢素娜,蒙昭萍,李婷.信息技术对中职体育教学过程的优化与重塑的研究[J].体育风尚,2025,(18):92-94.
- [3] 闭文超.基于 AI 技术的中职体育“三阶段、三循环”的教学设计研究[J].体育风尚,2025,(17):77-79.
- [4] 张秀烘.中职体育课中人工智能辅助教学策略的实施[J].体育时空,2025,(14):40-42.
- [5] 陈佳栋.人工智能赋能中职校体育教学的路径研究[J].文体用品与科技,2025,(01):163-165.
- [6] 张人杰.基于大数据驱动的中职体育精准教学模式构建研究[J].内江科技,2023,44(10):139-140.

### 3.6 加强师资建设，提升教师专业能力

打造一支具备跨学科能力的复合型中职体育教师队伍，是推动人工智能融入体育教学的关键。中职院校应加强师资队伍建设，制定系统的培训计划，定期组织体育教师参加人工智能技术应用培训，内容包括智能设备操作、数据解读、教学资源开发、融合教学方案设计等方面；邀请体育科技领域的专家、学者开展专题讲座，分享人工智能在体育教学中的应用经验与前沿动态。同时，鼓励教师开展教学研究，支持教师参与人工智能与体育教学融合的课题研究，提升教师的科研能力与创新能力；建立校企合作培养机制，安排教师到体育科技企业实践学习，提升教师的技术应用能力与行业认知水平。此外，可引进具备人工智能技术背景的专业人才，充实体育教师队伍，优化教师队伍结构。

## 4 结论

人工智能技术融入中职体育教学，是新时代中职教育数字化转型的必然趋势，也是提升中职体育教学质量、培育高素质技术技能人才的重要路径。当前，人工智能融入中职体育教学仍面临教学理念滞后、硬件支撑薄弱、资源匮乏、师资不足等现实困境。为此，需要从更新教学理念、完善硬件配置、重构教学内容、创新教学模式、优化评价体系、加强师资建设等多维度发力，推动人工智能与中职体育教学的深度融合。通过技术赋能，打破传统教学的局限，实现个性化教学、精准化指导、多元化评价，全面提升中职体育教学质量，助力中职学生全面发展与职业素养培育。未来，随着人工智能技术的不断发展与完善，其中职体育教学中的应用将更加广泛与深入，为中职体育教学改革注入新的活力。