

# 课程思政在高校体育课堂教学中的融合与渗透策略

蓝照光

(广西警察学院警察体育教研部, 广西南宁 530028)

**摘要:** 课程思政拓展了思政教育的范围, 也给思政教育增加了新的内涵, 改变了思政教育的格局。在课程思政背景下, 体育课程不但要落实身体素质教育功能, 也要落实思想素养培养功能。体育课程中包含丰富且深厚的人文精神, 有助于启发学生的智力, 强化学生的身体素质, 培养团结协作、进取创新。本文对高校体育课程中课程思政的渗透策略展开探究, 分析了体育课程思政的实施目标、原则, 并提出了几条相关对策, 以期对高校体育教育和思政教育贡献力量。

**关键词:** 高校教育; 体育教育; 课程思政

课程思政是指挖掘其他课程的思政元素, 在其他课程中渗透思政教育。课程思政教育理念拓展了思政教育格局, 也丰富了课程内容。在体育教学中融合思政教育有助于体育精神的弘扬, 能够增加体育课程的价值, 下文首先分析了体育课程实施课程思政的目标, 之后分析了体育课程实施课程思政的原则, 最后从培养体育精神、培养终身体育观念方面入手探讨了体育课程融入思政教育的策略。

奥林匹克运动不仅展现了人身体的极限能力, 也发扬了人类坚持、忍耐、合作、团结等优良体育。体育事业的发展不能仅仅依赖于体育硬件设施建设和体育运动本身, 还要弘扬体育人文精神。这种人文价值是体育运动的重要价值之一。体育与思政教育具有密不可分的联系, 体育深厚的人文价值对人的精神品质、价值取向具有潜移默化的影响。体育中蕴含的道德伦理、体育思维、体育价值观念都体现了现代社会发展所需要的人文精神。体育教育不仅可以磨炼学生身体, 也可以在磨炼身体过程中增强学生的精神品质。在体育教育中融合思政教育也是学生乐于接受的学习形式, 相较于机械思政说教教育模式, 在体育教学中渗透思政不容易引起学生的反感。

## 一、体育课程思政建设的目标

立德树人是教育的根本任务, 一切教育工作和教学活动都要围绕教育的根本任务和核心使命展开。体育课程以强化身体素质为主要目标, 通过合理的体育教育, 传授给学生体育技能、体育理论知识, 让学生在参与体育运动过程中增强体质。党的十八大以来, 体育教育教学改革紧紧围绕立德树人根本任务, 一方面突出体育课程教学的健体功能, 另一方面引入思政元素, 更加强调课程的育心功能, 综合育人的效果不断呈现。加强体育课程思政建设, 就是要在体育课程中引入思政元素, 使体育课程育人效果更加突出。所以, 体育课程思政建设要围绕立德树人根本任务谋篇布局, 为培养建设者和接班人夯基垒台, 确立发展目标。体育是学生的必修课, 是联系专业课程和兴趣爱好的桥梁, 其内容丰富, 彰显了拼搏、奋斗等体育精神, 是锻炼身体、启迪智慧、砥砺品行的重要手段。体育课程思政建设必须以立德树人根本任务为抓手和着力点, 突出“立德”和“树人”两项育人功能, 将综合育人确定为体育课程思政建设的目标。

## 二、体育课程思政建设的主体

课程思政的实施需要多主体协作, 体育课程思政建设目标的实现, 需要多主体参与, 共同促进体育课程思政建设。

宏观层面, 教育部门及学校领导把握着体育课程思政的方向, 对于体育课程思政的整体架构、开展范围具有重要影响, 为此教育行政部门和学校领导须承担起宏观主体责任, 发挥好对体育课

程思政建设国家意识引领和行政规范引导作用。学校应切实承担起体育课程思政建设的主体责任, 规划、引导、保障好体育课程思政建设, 发挥好综合育人功能。

微观层面, 教师是体育课程思政建设的主要力量。教师是课堂的主导者, 对课程思政的实施方法、实施效果具有直接影响。要建设高质量的体育课程思政体系, 必须要发挥好教师的主观能动性和引导作用, 做好课前教学资源收集整理、课堂活动组织、课后教研反思, 学校要打造一支高素质的教师队伍。发挥体育课程思政建设综合育人的积极作用, 着眼于培养学生思想意识, 帮助其形成正确的世界观、人生观、价值观, 树立社会责任感和科学态度, 有清晰的自我认识与正确评价, 与他人良性互动, 具有强烈的意识形态属性。

## 三、体育课程思政建设应遵循的原则

坚持正确的价值导向。体育课程思政建设的前提是坚持马克思主义思想, 坚持新时代中国特色社会主义思想, 吸收中华优秀传统文化, 弘扬社会主义核心价值观。坚持体育课程与思政元素充分融合。在实施课程思政前, 体育课教学以强化学生身体素质为目标, 突出体育技能教学, 而在课程思政背景下, 体育课程的思政教育功能凸现出来。体育课程思政建设就是要打破健体与育心的界限, 实现健体中的育心与育心时的健体高度融合。这就要求在体育课程思政建设中, 体育技能、体育与健康理论知识与思政元素融合交流, 在显性化的体育技能教育中, 融入隐性的思政元素。体育课程思政不是要向学生灌输枯燥的深刻原理, 也不要求学生背诵思政经典著作, 而是在体育课程教学中, 通过融入思政元素, 让学生实现价值观的提升和思想观念的升华, 反映育魂的实践要求, 最终实现综合育人、立德树人的根本目的。体育课程思政建设要让学生易于实践, 便于理解, 善于转化, 体现体育课程思政建设的独特作用。

## 四、体育教育中渗透课程思政的途径

### (一) 在体育运动中培养健全人格

科学研究表明, 体育活动能促进体内多酚类物质的产生, 多酚能缓解紧张和释放快乐, 因此长期参加体育活动能让人更加自信、阳光、充满激情。这与思政教育的塑造健康人格培养的教育内容是一致的。在体育课堂中, 教师可以合理地安排体育活动, 使学生充分发挥自己的潜能, 加快体内荷尔蒙的分泌, 享受健康快乐的生活。体育运动促进身心的协调发展, 有助于提高学生的生理功能, 增强学生的适应能力。将课程思政渗透到体育教学中, 可以从培养健康人格入手。教师可以将心理健康教育纳入到体育教学中, 指导学生解决情感问题、解决焦虑、抑郁等问题。高校体育教师要积极学习思政教育理论和心理健康知识, 丰富自身的

专业知识储备,关注大学生的心理状态和校园问题,并在体育课上根据学生的心理特点进行适当的运动教育。

比如,在体育课上,教师可以组织一些户外活动,诸如登山活动、远足活动,让学生们尽情释放自己的精力,感受运动的热情与喜悦,让自己的身心充分放松。充分利用体育拓展课对学生体能训练和心理疏导,环节学生长期积累的学习压力,有效地预防各种心理问题的发生,同时也可以丰富学生的生活,丰富体育课程的内容。在课程思政建设背景下,体育教师可以重视体育拓展活动。

#### (二) 体育精神融入体育教学中

在高校体育教学中,精神品质教育也是一项重要内容。体育活动不仅能增强大学生身体素质,还能弘扬体育精神,弘扬合作、拼搏、坚持等优秀体育精神。在体育教学中,教师可以通过设计竞赛活动来体现体育在精神教育方面的价值。体育竞赛强调了合作、竞赛的体育精神,使学生能够亲身体验到团队合作与竞赛,从而促进学生的内在精神品质的生成。

例如,在引体向上等手臂力量训练中,教师可以自行设计一种“拉绳”游戏,采用团体对抗的方式进行,将学生分成两组,双方各派出一人参加,如同拔河比赛,越过了边界则算输,赢的一方不换人,输的一方换下一个人,最后看哪个组的选手先消耗光哪个组就输了。这项活动充分体现了拼搏精神和团队精神,整个活动充满了趣味。以对抗形式组织运动,充分达到提高课堂教学效果的目的,有效地促进高效课堂的生成。再比如,在跑步运动中,教师也可以设计灵活的竞赛项目,让学生在体能、技术、耐力上进行比较,进而使得学生掌握体育运动的方法与技能,强化学生的体育意识,增强学生的团队意识、竞争意识和进取精神,挖掘学生的潜能。

#### (三) 营造体育教育氛围,促进学生养成终生健身观念

事实上,健康的体魄是一个人开展所有其他活动的基石。终身体育意识培养对于个人发展具有重要意义。生体育观念则是立足于人的生命周期来讨论体育运动问题。高校体育课培养学生的终身体育意识有助于学生健康全面发展。增强身体素质不仅是体育课程教学目标,也是学生在生活中必须要做的。学校领导和教师要大力倡导体育运动,在学校营造全民健身氛围,组织学生参加篮球、乒乓球等体育活动,提高学生的体育积极性,培养终身体育意识。同时,结合大学生的年龄特征,在体育活动中营造体育气氛,如开设运动会、开设体育选修课等,丰富了大学生的课外活动;利用广播、布告板等方式,营造运动氛围,引导大学生参与体育运动;同时,还可以开展体育知识竞赛来营造良好的体育教学氛围。

学校要加强体育器材投入,为开展体育运动提供必要的设备,强化场馆建设。在学校的场地条件允许的情况下,可以根据实际情况,投放一些简单的设备,尽可能地给学生提供良好的体育活动环境。增加运动设备,增加运动技能,鼓励家长参与,创造一个五彩缤纷的健身氛围。比如小羽毛球场、灯光球场等。

#### (四) 抓好体育课堂常规纪律

学生正值身体发育、骨骼发育的关键阶段,不良的生活习惯、体态等都会影响到骨骼的发育。而不良的体态习惯是由于有意模仿而形成的,教师要在课堂上对其进行引导,使其养成良好的行为习惯、良好的体态、增强其健康意识、纠正不良的姿态,从而使其健康成长。

要使学生养成好的行为习惯,教师需要不断引导学生,紧抓

日常训练,并建立合理有效的课堂常规制度。体育课堂常规可由师生共同建立,并贯彻到每一节课中。每次上课之前,教师提前三分钟到场等候,以便让同学们尽快地进入状态,排队集合要“快、静、齐”。每堂课先由体育委员整队,然后开展课堂体育活动。抓好课堂常规建设能够促进学生养成良好的行为习惯。

体育体现了进取精神和拼搏精神,鼓励学生参加体育活动,有利于他们克服心理障碍。对于体格较弱的学生,比如体格肥胖、瘦弱、胆小的学生,教师要注意挖掘他们的优势,发掘他们的长处,并在适当的时候给予鼓励,让他们逐渐建立自信,提高他们的运动兴趣,增强其身体素质。教师也可以教给他们一些基本的体育锻炼方法,使其养成良好的体育习惯。

#### (五) 突出体育教育的开放性

大学阶段学生思想比较成熟,因此,在教学中应采取“开放型”的教学方法。在教学实践中,教师要善于聆听,要成为一位能与学生交流的好教师;同时,在对学生的体育成绩进行评估时,应重视学生的个人特点,每位学生的学习和进步都是很有价值的。在考核中,可以通过“模糊量化”将学生的成绩分为优秀、优秀、及格三个等级。事实上,课程思政的成败取决于学生对体育课的兴趣。关注每个学生的需要让体育活动更加高效,每个人都能获得自己想要的运动,而传统的体育教学方法强调条理统一、步调统一,势必会限制学生的特长。

课程思政背景下体育教学与传统的体育教学相比,其关键之处是对一些约束条件放宽或者解除,尽量减少对学生的约束。例如,在准备阶段,让学生自由地做准备,播放一段美妙的音乐,让他们自己跑。在跳高时,不能过分限制跳高的高度,要让学生们按照自己的能力来进行判断。在体育教学中,按照学生的兴趣来安排教学内容,逐渐加大训练难度,这样既能充分尊重学生的主观意愿,又能充分考虑到他们的个性,使他们获得最佳的锻炼,进而使他们养成正确的体育意识。

#### 五、结语

体育教育作为思政教育的优良阵地,应该受到学校领导和教师的重视,贯彻在体育课程中渗透思政教育的理念,在校园内营造体育文化发挥体育教育在增强身体素质和提升学生思政素养的双重作用。校园体育文化属于校园文化的一种,通过构造校园体育文化可以在校内宣扬体育精神,拓展学生综合素养。在校园中营造体育氛围和人文精神相融合的氛围,有助于启发学生智力,增强学生的身体素质,培养团结协作、进取创新等一系列精神,使校园生活更加多姿多彩。

#### 参考文献:

- [1] 梁凯.课程思政环境下提升大学生体育核心素养的高校体育课程研究[J].武当,2022(07):91-93.
- [2] 张雯,付成林,何苗苗.新时代高校体育课程思政建设及实施路径解析[J].科幻画报,2022(07):237-239.
- [3] 袁博.高校体育教学与课程思政融合探究及对策分析[J].北京教育(高教),2022(07):63-65.
- [4] 赵富学.高校体育课程思政资源共建共享的区域性协作机制研究[J].北京体育大学学报,2022,45(06):1-11.
- [5] 张学军,何亚丽.中华体育精神融入高校体育课程思政建设的时代意蕴及路径研究[J].体育科技文献通报,2022,30(06):139-142.

本文系2021年度广西高校中青年骨干教师科研基础能力提升项目(编号2021KY0869)