

# 高职院校户外拓展中体育教学与课程思政融合的探索与实践

陈高如

(江苏海事职业技术学院, 江苏 南京 211100)

**摘要:** 在“大思政”的教育背景下, 越来越多的高职教师将体育教学与课程思政融合。事实上, 体育教学过程中包含了很多思政元素, 教师若能将思政与体育相结合, 将会在很大程度上提升自身教学质量。此外, 两者的协同育人还可帮学生树立正确的世界观、人生观和价值观, 对其未来的进一步发展有非常大的促进作用。本文将针对高职院校户外拓展中体育教学与课程思政融合进行分析, 并提出一些策略, 仅供各位同仁参考。

**关键词:** 户外拓展; 体育教学; 课程思政

## 一、户外拓展中体育教学与课程思政融合的意义

### (一) 有利于学生的身心健康, 增强其自信心和成就感

当前, 高职教师会将大部分精力放在教授学生体育知识和动作技能上, 很少主动了解学生的思想状况、心态问题等, 这很容易使学生在负面情绪中进行体育学习, 难以取得理想效果。为此, 教师应将课程思政与体育教学融合, 将德育教育渗入学生的心中, 促进其身体、心理共同发展。同时, 高职学生的精力较为旺盛, 需要体育活动等方式进行释放, 户外拓展体育活动便是一种有效途径。学生通过体育课程, 能够在锻炼身体的同时愉悦心情, 对学生的发展有非常大的帮助。学生通过参加户外拓展体育活动掌握多种运动技能, 了解丰富的体育健康知识, 每当学生顺利完成一个动作技巧, 都会获得一种发自内心的成就感, 长此以往, 学生的自信心将得到大幅增强。例如, 学生在练习长跑时, 随着跑步距离的增加、速度的增快, 他们会获得难以言表的成就感, 同时, 在此过程中, 学生还会养成坚韧不拔、永不言弃的优秀品质, 对其未来的发展有非常大的帮助。

### (二) 有利于学生更好地融入集体, 加深师生间的情感联系

高职学生之所以喜欢参与到体育课程中, 很大程度上是因为他们能从体育活动中发现自身的闪光点, 满足自己自我发展的心理需求。同时, 课外拓展体育活动是一种有利于学生进行交往的途径。学生通过体育活动中的互相配合, 能够较为深刻地感受到生命的魅力, 体会到友谊对自己人生的价值。学生进行进行体育活动通常是在体育课或者是体育比赛中, 这就要求学生在进行运动的时候, 需要和其他学生进行及时沟通, 此外, 教师也应积极融入学生的体育活动中, 借此帮他们更好地完成相应的体育动作。学生在进行体育运动时, 需要和其他学生进行良好的互动, 有利于学生间友情的发展。在此过程中, 教师可更全面地了解学生的性格特征、思想状况, 对提升以后自己的体育教学工作质量也有非常大的帮助。师生之间积极互动能在无形中将师生间的情感提

升到一个新的高度。

### (三) 有利于学生养成危机意识, 保持积极向上的态度

高职学生即将步入社会, 当前社会上的竞争压力和生存挑战非常严峻。为提升学生对社会的适应能力, 帮助他们养成良好的危机意识, 教师可利用户外拓展体育活动具有的竞赛性, 给学生构建一个锻炼自身能力的平台。通过体育课程, 教师可对学生开展针对性训练, 不断磨练学生的意志, 利用多变的体育运动形式增强学生的信心和应对挑战的勇气, 从而在无形帮学生树立危机意识。基于此, 学生可通过体育课程养成一种积极向上的态度, 有利于他们未来更加全面的发展。

## 二、户外拓展中体育教学与课程思政融合存在的问题

当前, 部分高职院校的学生为独生子女, 他们在家没有受到过什么大的委屈, 平时家长对他们也是非常溺爱, 导致这部分学生经常以自我为中心。出现这种状况的原因在于, 他们对自身认知不足, 另外, 学校缺乏相应的思政教育。当前, 很多高职教师会将大部分精力放在教授语数外等文化课和专业课上, 并未把体育、音乐等课程放在教学工作的重要位置。一些学生甚至长期不上体育课, 这种情况不仅严重阻碍了学生运动能力的发展, 还会在无形中加速体育课边缘化的速度, 对体育教学与课程思政融合非常不利。

当前很多高职院校的体育教师缺乏对思政教学的深入探究, 致使难以将课程思政理念融入到体育教学中, 这对学生来说非常不利, 也是从侧面表现出教师内心对思政教学不够重视。基于此种心理, 高职体育教师很难主动探究将体育教学与课程思政融合的方法。此外, 部分教师认为思政教学时文化课教师应做的工作, 与体育教学无关, 这种想法是非常片面且不正确的。将课堂思政与户外拓展体育教学融合不是一个简单的事情, 需要各科教师共同努力, 这样可为学生的全面发展打下坚实基础。另外, 从专业角度讲, 如果缺乏对思政理念的深入理解, 那么难以将自身体育教学工作与课程思政融合, 这就需要他们花费一些时间观察身边实例, 借此优化体育教学内容, 从而促进思政与体育教学融合。

## 三、高职体育教学与课程思政融合的策略

### (一) 借助多元化渠道, 提升体育教师对课程思政的理解

高职教师在进行体育教学时, 不仅应为学生讲授专业的运动知识, 帮助他们联系运动技巧, 还应在此过程中渗入集体主义、爱国精神、艰苦奋斗等思政元素, 从而使两者互相影响、相互促进、共同发展。在我国传统文化中, 教师的职责主要分为三点“传

道”“授业”和“解惑”。其中“传道”“授业”，通常是指将自身的知识、技能，通过科学、合理的教学手段教授给学生，增长学生的见识，提升他们的专业能力。通常情况下，这两点教师都可较好地完成。

当前，教师缺乏的是为学生“解惑”的能力。教师若想帮学生解惑，首先要做到让自己“不惑”。基于此，教师若想将课程思政与体育教学完美融合，自己要先深入理解思政教学的含义，提升自身的思想政治水平，这样才能在未来的教学中事半功倍。为实现这一目标，体育教师可借助多元化渠道进行学习，深入理解社会主义核心价值观的内涵。在开展教学时，教师可将生活中的时事融入到教学过程中，借此提升学生的思政水平。此外，教师应积极参与学校组织的思政研讨会，借此明确“体育思政”在当前时代的重要意义，并不断丰富体育思政教学内容，优化户外拓展体育活动的形式，从而在整体提升增强教师的综合素养，为体育教学与课程思政的融合奠定坚实的基础。

(二) 积极开展户外拓展体育活动，促进课程思政与体育教学进一步融合

高职体育教师若想将课程思政与体育教学完美融合，需充分提起对户外拓展体育活动的重视。在开展户外体育活动前，教师需做到以下两点。

其一，结合学生具体情况，选择适合的户外拓展项目。教师选择户外拓展体育活动项目前，要针对学情进行具体分析，需充分了解学生的体育运动能力和综合水平。此外，教师还应应对高职院校周边的自然环境、可利用的教学资源进行分析，并探究其与体育课程融合的可行性。同时，体育教师应对学生的整体体育学习情况做到心中有数，明白学生需要突破的教学点在哪里，并以此为突破点选择适合的户外拓展项目。利用此模式，学生可将自身的体育学习屏障突破，有利于他们的进一步发展。为提升户外拓展体育活动的有效性，教师可引入一些有趣的教学内容。例如，在培养学生团队合作精神时，教师除了开展基础体育教学外，还课引导学生玩一些小游戏，像是信任背摔等项目，借此提升学生对集体精神的理解，从而在无形中增加班级的凝聚力。

其二，教师可结合学情以及自己对课程思政的理解对高职户外拓展项目进行合理改编。当前，我国课程思政与户外拓展体育教学融合才刚刚起步，很多优秀的拓展项目教师还未发现，因此，部分教师在为学生甄选户外拓展项目时会按自己的喜好进行选择。以此方式选出的项目难以受到学生的喜爱，在实际活动中学生甚至会感觉非常吃力，严重影响了学生的体育学习热情。基于此，教师若想更好地选择适合的户外拓展项目，可尝试结合实际情况对户外拓展体育教学的活动项目进行改编。户外拓展体育课程的授课时间有限，教师在安排拓展活动时应着重注意这一点，这也要求教师需对体育教学有较强的把控性，能在一定程度上控制户外拓展体育活动的进程。此外，体育教师应加强户外拓展体育教

学项目的针对性，借此有效提升学生的思政水平。在开展户外拓展教学时，教师不能脱离教材，这样才能让学生更加系统化学习相应的运动技巧和相关知识。教师若能做到以上内容，体育教学与课程思政的融合将会得到进一步发展。

(三) 优化教学评价体系，实现课程思政与户外拓展体育教学融合

在以往高职体育教学中，教师通常会结合学生对体育知识的掌握程度和运动技巧的熟练度对学生进行评价，这是一种较为片面的评价方式。教师若想利用户外拓展体育项目增强学生的思政水平，需转变教学评价方式，应由单一的成绩评价转变为考察学生的整体思想政治。为更好地实现户外拓展体育教学与课程思政融合，教师可结合学生的实际情况为他们制定适合的发展目标，并分成不同时期对他们的思想政治状态和体育能力水平做相应的评测，借此验证他们与目标的差距。体育教师通过构建合理的思政课程与体育教学的教学目标，能在很大程度上提升自身的教学效率，进而促进学生得到进一步发展。在评价学生的体育成绩时，教师在重视学生身体状况的同时，也应将对学生的思想政治水平进行考察，这样可有效提升户外拓展体育教学与课程思政的融合质量，从而实现让高职学生全面发展的教学目的。在实际教学中，教师可对评价渠道进行拓展，借此提升自己对学生的了解程度。例如，笔者曾组织学生开展了一场户外拓展活动，在活动后，我随机选取了几名学生，并让他们谈一下参加本次活动的感觉。一位学生说：“通过这个户外拓展活动，我感觉户外的空气更清新了，以后我要好好保护环境。”由此可见，户外拓展体育活动能在无形中提升学生的思想道德素质，这不仅有利于学生自己，更由于与祖国的长久发展。

#### 四、结语

综上所述，高校户外拓展活动可有效促进课程思政与体育教学的融合，在此过程中，教师需不断提升自身思政水平，丰富户外拓展活动项目，优化高职体育教学评价体系。通过此方式，学生将在户外拓展体育课程养成更加良好的思想品德，从而树立起更加健康、向上的价值观、人生观。由此可见，教师若能充分利用户外拓展体育教学，将会在不知不觉间将学生的思政水平提升到一个新的高度，从而为后期高职体育教学工作的开展打下更加坚实的基础。

#### 参考文献：

- [1] 回延庆. 高职院校体育课开展课程思政“一二三四”方法的实践与探索[J]. 辽宁广播电视大学学报, 2018(004): 117-118.
- [2] 金小梅, 毛本清. 课程思政在概率统计教学中的探索与实践[J]. 教育教学论坛, 2020(18).
- [3] 张洋. 高职院校辅导员工作与课程思政深度融合之研究[J]. 河北青年管理干部学院学报, 2020(3): 52-55.