

“课程思政”背景下，拓展训练在高校体育教学中的价值体现及实施探究

韩 孟

(天津大学仁爱学院 天津 301636)

【摘要】在“课程思政”背景下，高校公共体育课教学应与思想政治紧密结合，协同育人。拓展训练以独特创意和训练方式在高校体育教学中逐渐扩大开展，呈现出极其重要的应用价值，对于落实高等院校体育课程思政改革，发挥拓展训练课程价值引领育人功能，提高大学生体育素养和个人综合素质有至关重要的作用。本文简述了拓展训练的含义，探析了“课程思政”背景下，拓展训练在高校体育教学中的重要价值，并提出了此背景下拓展训练课程实施的策略。

【关键词】“课程思政” 拓展训练 体育教学 高校

前言

习近平总书记在全国高校思想政治工作会议上强调要坚持把立德树人作为中心环节，把思想政治工作贯穿教育教学全过程，努力开创我国高等教育事业发展新局面，并强调“其他各门课都要守好一段渠、种好责任田，使各类课程与思想政治理论课同向同行，形成协同效应”。高校体育教学要顺应“课程思政”的要求，挖掘体育课程教学中蕴含的思想政治教育资源，自觉与思政课同向同行、协同育人。拓展训练作为高校公共体育课程之一，应充分发挥育人功能，立德树人，培养具有正确世界观、人生观和价值观的能为社会做出贡献的有用人才。

1. 拓展训练概述

拓展训练起源于第二次世界大战期间的英国，凭借着自身独特的创意和训练方法逐渐被推广发展起来，训练对象由海员扩大到军人、学生、企业员工、社会群体。拓展训练的目标也从原本的身体素质训练、生存训练扩展到心理训练、管理训练、素养训练、人格训练等一系列的综合性训练。拓展训练课程按照项目本身特点可分为水上课程、场地课程、野外课程，由于条件的限制，学校拓展训练课程的开设主要以场地项目训练为主。

拓展训练不是单纯的体育活动和游戏，而是对我国正统体育教学的全面提炼和综合补充。通过拓展训练体验式的教育方法对学生进行体育教学，能激发学生的潜能，提高和增强学生的心灵素质，增强对集体的参与意识和责任感，与群体合作更加融洽。进一步提升个人素质，培养家国情怀，树立社会主义核心价值观。

2. “课程思政”背景下，拓展训练课程在高校体育教学中的价值体现

2.1 提高素质教育质量，培养核心素养

在“三全育人”“五育并举”人才综合培养改革方案中，学校体育是“五育”中的重要环节，是全面发展素质教育和培养高水平人才的关键一维。与正统的体育教学相比，拓展训练自身的独特创意和培训方式符合高校学生成长发展特点，丰富了高校体育课程体系，这种教育行为方式更加接近素质教育的教学目标。

核心素养是学生在接受相应学段的教育过程中，逐步形成的适应个人终身发展和社会发展需要的必备品格和关键能力。拓展训练作为体育教学的一门课程与培养学生的核心素养有很高的契合度，它将知识、技能、情感、态度、价值观等多方面因素汇集到拓展训练的项目中，学生在拓展训练中全心投入、克服困难、自我总结评价，提高自身能力，自身得到全面发展。

2.2 能增强学生体质、增进健康

党的事业需要一代代有文化、有追求、有道德、有理想、有纪律的优秀年轻人艰苦奋斗。实现民族伟大复兴需要合格的社会主义建设者和可靠的接班人继续奋斗，需要每一代青年人跑好自己的历史接力棒。有远大的抱负也要有强健的体魄来支持优秀的年轻人艰苦奋斗。拓展训练内容丰富多彩，能够有效满足不同运动水平学生参加体育活动的个性化需求，提高学生的身体素质。调动起学生运动的积极性，让学生参与到体育运动中来，学生体魄得到有效锻炼，身体素质得到提高。

2.3 有利于提升和优化高校大学生心理素质

高校学生所处的阶段是人生的“拔节孕穗期”，最需要精心引导和栽培，大学时光虽然短暂，但对人生的发展影响却具有决定性作用。这一阶段学生活容易充满困惑和烦恼，如果处理不妥当，会对学生的心理健康产生不良影响。通过拓展训练教学，可以加强心理健康方面的教育，树立良好的心理去面对生活中的烦恼和困惑。形式多样的拓展训练项目可以帮助学生在紧张、刺激的对抗和竞争环境中释放不良情绪和心理压力。在提高学生身体素质的同时，还可以提高心理承受能力，培养学生积极乐观的心态，促进大学生人格的完善，优化大学生的心理素质。

2.4 增进学生对集体的参与意识与团队协作能力

学生在结束大学学习生活之后将要步入社会。社会是一个团队，我们中国人更是一支体量巨大的团队。如果我们的团队成员不能互相帮助，我们的国家能有多大的竞争力？如何能实现中华民族的伟大复兴？当代大学生大多是独生子女，家庭条件优越。特殊的成长环境造成学生自我意识较强，缺乏集体参与意识与团队协作能力。高校体育拓展训练能帮助学生放松并乐于与人交往，拉近团队之间的距离，建立和谐的氛围。多数的拓展训练项目需要团队之间的成员相互信任，团结协作才能完成任务和挑战，单纯靠一个人的力量是无法成功的。这也激发了学生的团队精神，增强了集体参与感和责任感，更加和谐的与团队合作。让学生无论在以后的学习生活还是社会工作中，能够与他人建立信任、友好合作。拓展训练课程为学生和社会之间架起桥梁，让学生尽快的适应社会，发挥价值，早日实现自己的抱负。

3. “课程思政”背景下拓展训练课程在高校体育教学中实施策略

3.1 强化拓展训练教师的职业素养与家国情怀

体育教师在学校开展体育活动中发挥着主导作用，是学校体育活动的组织者和管理者，体育教师的职业素养水平直接决定了学生接受学校体育教育水平的高低^[1]。高校要强化拓展训练师资力量建设，全面提高拓展训练教师业务能力，更要开展

体育教师职业素养和家国情怀精神教育。教师在拓展训练的课堂上不光要教授拓展专业知识、练习拓展专业技能还要重视引导学生提升专业素养，培养学生的“家国情怀”，引发学生强烈的使命感进而奋发图强。

3.2 合理设计拓展训练项目内容

高校要合理设计拓展训练项目内容，将“课程思政”与拓展训练课程相结合，引领学生树立正确的三观。根据学校自身的情况，购置与服务“课程思政”有关的拓展训练设备，科学规划拓展训练场景内容设计；整合学校的教育资源以及周边的生态环境资源和社会资源设计户外拓展项目；公共体育课的教学对象为不同专业的学生，拓展时要考虑到他们的心理特点、思维方式，有针对性的拓展，进行知识分享，引导价值观念；拓展教师要创新实施途径，科学的选择拓展项目，借助拓展项目嵌入贯彻“课程思政”。

3.3 加强拓展训练课程组织管理

拓展训练课程的组织管理要紧紧围绕健康中国、体育强国战略，提高学生的身体素养、健康水平和体育综合能力。要组织做好拓展训练课程在体育教学的媒介功能，让学生学习体育工作者无私奉献、坚定信念的精神、学习优秀运动员“为国争光，振兴中华”的民族使命感，组织做好拓展训练教学中的联结功能，为学生搭建好体育文化交流的桥梁，发展地域特色体育文化，传播民族体育文化，建立文化自信。

除上述几点之外，高校强化拓展训练课程的组织管理，应当做好以下三点：（1）要明确拓展训练的具体拓展内容，挖掘拓展训练课程所蕴涵的思政教育元素，确定拓展训练在教学中

的认知目标和情感目标，保证拓展训练项目思政育人的有效性。

（2）要加大拓展训练专项经费的投入，修建标准化体育场地、改善硬件设施、配备现代化的道具设备，保证拓展训练课程的推广和更好的发展。（3）要加强管理、安全第一，高校开展拓展训练的过程中，要对场地器材进行定期检查，排除隐患。增强拓展项目设计的安全性，保证学生的人身安全。更有效的开展大学生拓展训练。

4. 结语

拓展训练凭借自身独特的创意和教育方式，在高校体育教学工作中有效的顺应了“课程思政”的要求，与思想政治理论课同向同行，形成协同效应。在锻炼学生身体、增强学生体能的同时还能提升和优化高校大学生心理素质，增进学生对集体的参与意识与团队协作能力。进一步提升个人素养，具备家国情怀，树立社会主义核心价值观，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

参考文献：

- [1] 王佃娥，杜发强. “课程思政”背景下体育类专业课程建设思考 [J]. 学校党建与思想教育, 2020(02).
- [2] 孙长良，刘彬. 高校体育开设拓展训练课程的理论研究 [J]. 黑龙江高教研究, 2012, 30(11): 169-172.
- [3] 苏康国. 体育拓展训练在高校体育教学中的应用价值与应用策略 [J]. 当代体育科技, 2017, 7(6): 93.
- [4] 彭佳贤. 拓展训练对大学体育教学的作用及其影响 [J]. 体育世界, 2017(09).

上接第157页

教育和专业教育相融合、理论课程和实践课程相结合”的课程结构，让学前教育音乐课程能够真正提升学生的教育能力。例如，在钢琴课中，需要钢琴弹奏技巧，和儿童歌曲弹唱之间并没有直接的关联，学生需要在钢琴弹奏的基础上融合儿童歌曲伴奏，让钢琴课程为今后的教学所服务。首先，关注学生基础音乐知识的学习。学前教育专业的学生音乐素养有待提升，开设基础性的音乐课程，是开展融合性课程的基础所在。在教学过程中教师要把握好“度”，专业知识不要过深，以免打击学生学习的积极性和主动性。其次，要研发融合性课程，让学生学习钢琴基础知识的同时，学会弹唱，学会简单的伴奏，从而更好地适应幼儿园音乐教学的需求，开展高质量的音乐课程。

（三）有效延伸课堂，提升学生的实践能力

在专业认证的背景下，倡导培养具有专业素养的学前教育人才，完善教学体系，并与其他教学环节有效衔接，为提升学生的音乐课程教学能力提供了实践平台。首先，在课堂的集体教学时间，教师要对音乐知识和弹奏方式进行示范、讲解，让学生对弹唱有着详细的了解，为日后自主练习奠定基础。其次，教师安排相应的实践作业，辅之以检查和考核。将考试和随堂考向结合，提升学生的弹唱能力。在大量的实践练习中，教师要主动关系学生的练习情况，对出现的问题进行及时的纠正和讲解，提升学生的实践技巧。从音乐课程改革出发，课堂上要学习音乐技巧，课后要加以练习，才能够让音乐素养稳步提升。另外，辅之以课外练习的音乐课程，应该注重技巧，有方法的开展练习。

（四）开展多样化活动，提升学生的教学理念

学前专业像一个百科全书式的专业，涉及到音乐课程的类型是相当多的，有视唱练耳、钢琴弹奏、舞蹈等等，这也凸显了学生音乐素养的多元化。因此，应该充分利用好这些课程，开展多样化的课外活动，提升学生学习的积极性和主动性。利用多样化的活动，学生拥有了展示自身能力的舞台，也为学生

们提供了一个交流经验、学习技能的舞台。在开展活动中，可以进一步激发学生学习的积极性，让学生主动提升自身能力。另外，在活动中可以开展教学技能竞赛，为学生开展教学交流提供平台。学前教育专业的音乐课程具备很强的实操性，在活动中不断锻炼和提升的教学技能，才能为学生进入步入工作岗位奠定基础。利用丰富的实践活动，不断提升学生的实操能力。

学前教育专业的音乐教育，其存在是为了提升幼儿的各项音乐素养而开设的，更为关注的是幼儿音乐方面的启蒙教育以及音乐在提升幼儿综合素质方面的价值。因此，学前教育专业中的音乐课程的专业性和知识性并没有普通高校音乐专业要求高，相反地，更为侧重的是幼儿音乐审美能力的培养。在专业认证的背景下，学前教育专业音乐教学应该始终抓住当前阶段的特点，落实学前教育的培养观念，让培养目标人才符合社会需求。总之，在专业认证的背景下，学前教育专业要科学认识音乐教育的内容和形式，强化学前教育专业音乐教育的建设发展，提升学前教育专业人才的质量。

参考文献：

- [1] 刘青萍. 职业化背景下学前教育专业音乐技能课程的改革——以惠州城市职业学院为例 [J]. 当代音乐, 2020(06): 49-50.
- [2] 王芳. 专业认证背景下学前教育专业现代教育技术课程教学改革研究——以连云港师范高等专科学校学前教育专业为例 [J]. 电脑知识与技术, 2020, 16(14): 146-147.
- [3] 刘建东. 专业认证背景下学前教育专业音乐课程建设研究与实践 [J]. 中国音乐教育, 2018(10): 31-35.
- [4] 严静鸣. 专业认证背景下学前教育专业教师教育类课程教学改革研究 [J]. 创新创业理论研究与实践, 2018, 1(18): 39-40+46.

作者简介：

黄新超（1990.4—），女，江西省新余市人，研究生学历、讲师职称，从事声乐演唱与教学，民族音乐。