

“课程思政”视域下体育课程建设探究

——以八段锦课程为例

邓晓峥 徐顺杰 刘正暘 崔平凡

上海体育大学马克思主义学院 上海 200438

摘要:以“课程思政”视域下体育课程中的八段锦课程建设为研究对象,本文主要运用文献资料法、总结归纳法等相关理论方法,解析八段锦作为传统健身气功的内涵并以其为例详细分析了其文化内涵与教育价值,进而开发包含思政元素的教学模式。文章提出了明确教学目的、创新教学手段、构建多元化考核体系以及建立循环反馈机制等策略,揭示八段锦课程在促进学生全面发展、提升思政文化素养具有独特的价值,为传统体育课程建设提供了新视角。

关键词:课程思政;体育课程;八段锦课程

1. 引言

随着国家对教育改革的深入进行,“立德树人”成为教育的根本任务和办学理念。“课程思政”作为“立德树人”任务的重要途径,被广泛用于各种学科的教育教学中。体育课程作为高校的基础课程之一,具有较强的实践价值,是实现学生全面发展的重要途径。近年来,各高校在体育思政课程建设方面取得了显著成效,各高校通过体育赛事、团队训练等方式,将思政教育融入体育课程,使学生在体验体育精神的同时,领悟其蕴含的思政价值。“课程思政”建设的关键环节是将课程思政的“真善美”元素融入到专业课程的教学体系中,激发学生求知的热情和追求真善美的意向。^[1]

然而,体育思政课程建设仍面临挑战。从教育课程目标设置方面,体育课程育人意识相对滞后,长期受应试教育思维模式的影响。教师往往过于强调技能、成绩和技术层面的提升,却很少思考如何将思政教育融入到体育教学中,两者之间的关联性和互补性没有得到充分展现,形成了“两张皮”的体育课程思政现象。更为关键的是,当前的体育课程思政体系尚不完善,思政教育未能与体育课程的教学目标、内容、过程、方法和评价等融为一体,缺乏具体的融合策略和实施路径。这导致体育课程思政在实际教学中往往流于形式,难以取得实质性的育人效果。因此,我们需要从多方面入手,不断完善体育课程思政的设置和实施,充分发挥其在培养学生综合素质和思想品德方面的

重要作用。

2. 八段锦课程的文化内涵

八段锦,即八种动作所组成的一种健身功法,历经世代传承,是中华文化的宝贵财富。南宋洪迈所著的《夷坚志》中最早出现了八段锦的名称,并且记载了其在北宋末年的流传情景。同时,南朝陶弘景的著作《养性延命录》中也描述了与八段锦相近的动作方法,由此可见八段锦流行于北宋时期。在漫长的历史长河中,八段锦以其独特的魅力和价值,成为了连接古今、传承文化的重要纽带。中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见(2017-2025年)》指出中华优秀传统文化和中华人文精神蕴含的道德理念,重点任务之一要贯穿国民教育始终,推进传统体育进校园,开展中华文化教育成果展示活动。将其进学校、进课堂,培养学生具有健康体魄的同时,丰富体育课程的内容,进而促进体育教学的改革。

3. 八段锦体育课程思政元素探究

第一是集体意识。八段锦作为一种集体活动,通过动作的统一与协调、呼吸与意念的同步配合,其练习方式在提升学生集体意识方面具有显著作用。上课过程中需要将队伍排列整齐并且协同进行动作与呼吸的练习,在训练的过程中要保持队形的紧凑和整齐,参与者不仅锻炼了身心,还形成了相互协作的良好氛围。

第二是体育礼仪习惯。八段锦课程在开始和结束之前

都要进行队列的整齐划分,排列整齐后进行入场退场,同时要进进行鞠躬和行礼后,整个课程才算结束。在国际赛事上,入场退场的礼仪细节直接决定着整场比赛的结果成败。在课程中培养学生的体育礼仪习惯有助于学生形成良好的体育道德和团队精神,为日常礼仪习惯打下坚实的基础。第三是坚持精神。在八段锦课程中,学生不仅要掌握每个步骤的动作要领,还要进行细节的处理,比如在“五劳七伤往后瞧”这个步骤中,“瞧”的位置要做的准确,在“摇头摆尾去心火”的过程中,下蹲的姿势和脚的摆放方式等要做到位,这种细节上的处理加大了练习的难度,也培养了学生坚持不懈的精神。第四是终身学习意识。八段锦课程各个年龄阶段的普遍适用性,使得学习八段锦课程后,在各个年龄阶段都能有不同的收获。在青年时期,树立终身学习的意识,培养健全的人格。在中年时期,缓解生活压力,保持良好的生活状态。在老年时期,维持健康的生命活力,延缓认识衰退。

4. “课程思政”视域下八段锦教学目标

(1) 理解集体意识。要充分了解八段锦课程在练习和比赛过程中集体意识的重要性,学生需要准确理解个体性与集体性的关系,并且融入“集体高于个人”的观念,培养青年的团结意识和协作能力。^[2]在课程中保持这种意识有助于学生认识到团队协作的重要性,在长期练习过程中形成共同的价值观和行为规范,由个人带动集体,取得共同进步。

(2) 理解体育礼仪习惯。体育礼仪是在体育教学活动中应该遵循的整体的行为规范和行为准则,是体育思政的重要体现。在练习过程中培养学生的体育礼仪习惯,在日常中尊重对手、遵守规则,在国际赛事中体现国家应有的气魄和文化。以传统体育礼仪为核心的中国体育礼仪文化历经千年的传承与洗礼,见证了时代的变迁和历史的发展,不仅是现阶段建设健康中国和体育强国的内在要求,同时也是提升我国文化软实力、实现中国梦的现实需要。^[3]

(3) 理解坚持精神。相对于其他体育运动来说,八段锦课程的特殊之处就在于更有利于弘扬和培养其坚持不懈精神。重视实践是培养良好学风的需要,是适应未来社会竞争的需要,更是培养学生“坚持不懈”职业素养的需要。^[4]其核心在于通过持续、规律的八段锦练习,培养学生的毅力与恒心,强化他们的坚持精神。这一目标不仅着眼

于提升学生的身体素质,更重要的是通过日复一日的练习,让学生体验到坚持带来的成就感与自我超越,学会在面对困难与挑战时不轻言放弃。

(4) 理解终身学习。树立终身学习的价值导向是思政教育改革的目标之一,塑造终身体育技能。培养学生的终身体育意识,培养有健全的体魄和高度适应能力的人,可以提高整体素质,改善生活质量,在整个生命过程中身心健康。^[5]通过学习八段锦,学会如何将体育融入日常生活,形成积极的生活方式,让学生认识到八段锦不仅是一种短期的锻炼手段,更是一种可以伴随终身的健身方式。

5. “课程思政”视域下八段锦课程教学设计方法

5.1 课程前建设“课程思政”的课程目标

八段锦作为一种古老的健身气功,至今已有千年的历史。教育部颁发的《完善中华优秀传统文化教育指导纲要》指出:“大学阶段,应增强学生传承弘扬中华优秀传统文化的责任感和使命感。”^[6]在教学中教师应从“课程思政”的视角出发,转变教育理念,明确“立德树人”根本任务,“三全育人”教育方法。

(1) 德育目标。教师不仅要传授动作要领,还要结合历史文献和学术研究,梳理八段锦的起源、发展脉络,根据课程内容进行授课调整。例如整理关于八段锦历史由来的纪录片、图片等思政案例,和同学进行小组讨论,同时鼓励学生利用图书资源、网络资源进行学习,查阅古典书籍、观看教学视频的方式,深化对八段锦的理解。

(2) 体育精神目标。在课程开始前,教师应向学生深入阐述体育精神的丰富内涵,包括拼搏进取、坚持不懈、团结协作以及尊重对手等重要价值观。为了使更加深刻地理解这些价值观,教师可以介绍一系列具有体育精神的杰出运动员或团队作为榜样,通过分享他们勇于挑战、不断突破自我的故事和经历,来激励学生树立高远目标,勇于攀登人生的高峰,并在学习和练习八段锦的过程中积极践行这些体育精神。

(3) 中华优秀传统文化目标。教师需深入挖掘八段锦的文化底蕴,巧妙融合思政理念,通过创新教学方法如情境教学、案例分析及多媒体辅助,结合多样化的文化活动如比赛、讲座及传统文化体验,同时利用现代科技手段如线上学习平台、短视频直播等拓宽文化传播渠道,鼓励学生自主学习、实践八段锦,积极参与社会服务与文化传播。

5.2 课程中开发包含思政元素的教学模式

教师在教学中开发包含思政元素的教学模式,培养学生对社会主义核心价值观的认同并培养高度的文化自信。社会主义核心价值观为社会全体成员提供了普遍认同的理想信念体系与道德规范框架,是社会意识形态的鲜明体现。^[7]在课程中学生通过了解八段锦的发展历程和历史底蕴,使学生思维更好融入社会主义核心价值观中,不断向着社会主义核心价值观的标准靠拢,规范自己的道德准则。在讲授课程中,如“左右开弓似射雕”这一环节使学生了解到其中蕴含的古代武侠文化,自觉表现出对传统文化的认同感和自豪感,培养民族的自尊心和自信心。在学习礼仪过程中,主张恭敬、礼让的仁爱精神,孔子曰:“人而不仁,如礼何?人而不仁,如乐何?”^[8]孔子的话主张要有仁爱之心,要在本质上表现仁爱。通过教授礼仪文化,实现对学生的教化作用。

5.3 课程后进行多元化的教学考核,形成教学反馈

在传统的课堂教学中,传统教学考核模式已经难以满足新时代教育改革的需要,特别是在体育思政课程建设方面。传统的考核模式往往侧重于学生对体育技能的掌握程度,而忽视了思政教育在体育课程中的渗透与融合。新时代教学发展改变了长期以来教学考核方式单一的局面,在搭建实验教学考核平台的过程中,为学生搭建一个考核内容层次化、考核方式多样化、注重过程考核的教学考核平台。^[9]教学考核形式可以从多角度、综合性对教学考核的体系进行完整构建,做到理论与实践相统一,体育和德育的有效结合,促进学生的全面发展。一方面考核对动作的理解,如学生在课堂练习的表现,动作的处理和连贯性、整齐性等方面。另一方面考核对“课程思政”的感悟,如学生的课堂表现,对集体精神、学习意识等思想道德建设的理解程度。

教学反馈可以帮助教师对自身的教育方法和成果进行检验,根据反馈的信息进行教学的调整,促进学生和教师的双向发展、促进课堂效率和教学思路的实施和改良。对于表现优秀的学生,教师应给予表扬,增强学生的自信心和动力;对于需要改进的学生,教师应给予鼓励和指导,及时纠正错误并说明错误的原因和改进方法。鼓励学生们分成小组进行互相练习和互相评价,同时也可以进行自我评价,反思自己的学习过程和学到的体育文化知识,帮助更好重塑“课程思政”下的体育课堂。在课后教师对本次教学进行总结,在后

续的教学中得到调整和优化。教师要自觉适应和应对课堂理论教学中出现的各种情况,做到及时调整,因势利导,这是教师必不可少的一种理论教学能力。^[10]

6. 结语

八段锦在培养学生的集体意识、礼仪文化、坚持精神以及终身学习的意识方面展现出显著的育人效果。本研究强调了在八段锦课程教学中融入思政元素的重要性,并提出了明确教学目的、创新教学手段、构建多元化考核体系及建立循环反馈机制等策略,以期实现全程、全员、全方位育人,为“课程思政”视域下的体育课程建设提供了新的视角和思路,对于丰富和完善新时代教育体系具有重要的理论意义和现实意义。未来研究应进一步探索这一教学模式的创新实践,以丰富和完善新时代“课程思政”视域下的教育体系。

参考文献:

- [1] 董翠香,樊三明,李梦欣,等.体育专业课程思政建设应解决的问题及实施路径[J].体育学刊,2021,28(02):65-71.
- [2] 张成.试论大学生思想政治教育个体性与社会性的统一[J].湖北经济学院学报(人文社会科学版),2010,7(07):151-152.
- [3] 郭玉.体育礼仪的思想政治教育功能研究[D].吉林大学,2020.
- [4] 曹畅.“工匠精神”引领下的高职学生职业素养培育研究[J].河南教育(高教),2016,(12):46-48.
- [5] 欧阳萍.论以终身体育为目标的大学生体育教学改革[J].深圳大学学报(人文社会科学版),2006,(04):121-124.
- [6] 关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见[N].人民日报,2017-01-26(6).
- [7] 徐国民:社会主义核心价值观与社会主义核心价值观辨微[J].兰州学刊,2008(1).
- [8] 孔子.《论语》[M].韩高年,译.兰州:甘肃民族出版社,2013:23.
- [9] 程金林,吴斌,靳晓枝,等.高校实验教学考核模式的改革与实践[J].实验室研究与探索,2005,(04):76-78.
- [10] 吴飘.高校思想政治理论课教师理论教学能力提升研究[D].湖南大学,2019.