

高校体能训练课程教学中课程思政的设计与实践研究

冯龙威

(广东警官学院, 广东 广州 510000)

摘要: 本文以高校体能训练课程教学中课程思政的设计与实践研究为主题, 结合体育课程教育、思想政治教育和教学设计的理论, 对高校体能训练课程教学中课程思政的理论与实践进行了探讨和研究。文章首先从研究背景、目的和方法等方面进行了介绍, 随后进行了文献综述, 包括高校体能训练课程的特点和重要性、课程思政在高校教育中的地位和作用、国内外相关研究现状和存在的问题; 接着阐述了课程思政的理论基础, 包括思政教育的概念和内涵、课程思政的基本原则和指导思想、体能训练课程中课程思政的理论支撑; 然后对高校体能训练课程思政的设计进行了展开, 包括教学目标的确定、内容的选取和组织、教学方法的选择和运用、评价体系的建立和应用等方面; 最后, 通过实践研究, 探究高校体能训练课程思政的实现路径、学生参与度和反馈情况、教师能力培养等方面, 进一步完善高校体能训练课程思政的设计和实践。

关键词: 高校体育课程; 思政教育; 课程思政; 体能训练; 教学设计

【中图分类号】G641

【文献标识码】A

【文章编号】ISSN1002-879X(2023)19-189-03

1 研究背景和意义

高校体能训练课程作为一门重要的教育课程, 在大学生体质健康和综合素质培养中具有不可忽视的作用。随着高校教育改革的推进, 越来越多的关注被放在了思政教育的实施上。然而, 在高校体能训练课程中融入思政教育却面临着一些挑战和困惑。因此, 研究高校体能训练课程中的课程思政设计与实践刻不容缓。

本研究的意义在于深化对高校体能训练课程思政的理解和认识, 促进高校体能训练课程教学的质量和效果提升。通过研究, 可以探索体能训练课程与思政教育的有机结合, 培养学生的爱国主义情感、社会责任感和综合素质, 为建设社会主义现代化强国提供有力的人才支撑^[1]。

2 研究目的和问题

本研究的目的是探讨高校体能训练课程教学中课程思政的设计与实践, 旨在提供有效的理论指导和实践经验。具体研究问题包括: 高校体能训练课程中如何融入思政教育元素? 如何确定合适的教学目标? 如何选取和组织适当的课程内容? 如何运用有效的教学方法? 以及如何建立科学的评价体系?

3 文献综述

3.1 高校体能训练课程的特点和重要性

高校体能训练课程是以增强学生体质、培养运动能力和健康意识为目标, 以系统科学的方法和手段来进行体育锻炼的教育课程。高等教育的理念和目标日益强调综合素质的培养, 其中包括身体素质的提升, 而高校体能训练课程作为一门重要的教育课程, 在大学生体质健康和综合素质培养中具有不可忽视的作用。

高校体能训练课程有其独特的特点, 比如广泛的参与群体、宽广的锻炼内容和形式、多样性和灵活性、涵盖多个学科的知识和技术等。这些特点决定了高校体能训练课程能够为学生提供全面的体育锻炼、促进身心健康、培养社交能力等多方面的价值^[2]。

3.2 课程思政在高校教育中的地位和作用

课程思政是指在教学过程中, 通过课程内容、教学方式和评价方法等途径, 对学生进行理论思考、情感教育、价值引导和人文关怀, 在学生全面成长的过程中起到引领作用的教育形式。高等教育注重知识传授和能力培养的同时, 也应当强化德育引领和价值塑造, 这就需要将课程思政融入教学过程中。

作者简介: 冯龙威(1994.9-)男, 汉族, 河南省驻马店市, 硕士, 助教, 研究方向: 体育学。

基金项目: 广东省社科基金项目, “健康中国战略下“体医融合”的多元主体协同治理机制”项目编号: GD22XTY08; 广东警官学院“教师创新团队”项目, “警察体能训练与健康”项目编号: 2020TSTD02; 广东省教育厅2022年度本科高校思政改革示范项目, “警察体能教学团队”粤教高函{2023}14号-51。

在高校体能训练课程中, 课程思政的作用不可小觑。首先, 课程思政可以加强学生身心健康教育, 帮助学生形成健康的生活方式和良好的运动习惯。其次, 课程思政可以增强学生的国家意识和社会责任感, 为学生的爱国主义情感和社会实践提供支持。最后, 课程思政还可以培养学生的团队合作、沟通能力、领导能力和创新精神, 为其综合素质的提升提供有力支撑。

3.3 国内外相关研究现状和存在的问题

目前, 国内外研究者对高校体能训练课程思政的研究已经取得了一定的进展。在国内, 研究主要集中在教学内容和方法的优化、评价制度的建立和应用以及实践案例分析等方面, 取得了一些积极的成果。在国外, 研究主要关注高校教育的思政功能和作用、以及人文关怀和价值教育的实践等方面, 对高校体能训练课程思政的研究还相对较少。

然而, 与此同时也存在一些问题和挑战。首先, 在当前高校体育教育改革中, 有些高校对体育教育仍然缺乏足够的重视, 体育课程和普及健身活动的开展面临着一定的困难。其次, 高校体育课程往往存在内容单一、教学效果不佳等问题, 需要进一步加强课程设计和教学方法的创新。最后, 高校体育教师素质参差不齐, 需要加强教师专业化和教学能力培养。

这些问题的存在说明了高校体能训练课程思政研究的必要性和紧迫性, 需要深入探索体育教育与思政教育的有机结合, 探索出符合高等教育改革和学生发展需求的教学模式和方法。

4 课程思政的理论基础

4.1 思政教育的概念和内涵

思政教育是指对学生进行思想政治教育, 通过课堂教学、校园文化建设、活动实践等途径, 引导学生树立正确的世界观、人生观、价值观, 培养学生的公民意识、责任意识、创新精神和奉献精神。其目的在于提高学生的思想道德素质和综合素质, 为国家和社会的发展做出贡献。

思政教育的内涵包括四个方面: 首先, 它是一种全员育人的过程, 需要学校、师生、家长和社会的共同努力; 其次, 它是一种全方位的教育, 不仅要关注知识学习和能力培养, 还要注重情感教育和价值引导; 第三, 它是一种思想启蒙和创新发展相结合的教育, 既要传承优秀传统文化, 又要培育创新思维和实践能力; 最后, 它是一种温情关怀和严格管理相结合的教育, 既要给予学生关爱和支持, 又要对学生进行规范和约束^[3]。

4.2 课程思政的基本原则和指导思想

课程思政是实现思政教育目标的重要方式之一, 其基本原则包括:

- 1) 突出思想政治教育的主题。教师、学生和教材应当将爱国主义、集体主义、社会主义等核心价值观贯穿于教学中, 强化学生的思想政治教育。
- 2) 以学生为主体, 激发学生的主动性和创造性。教师应当把学生作为课程思政的主体, 在教学过程中尊重学生的主观能动性, 鼓励学生自主思考和创新实践。
- 3) 融合人文关怀与知识传授。教师在课堂教学中既要注重知识的传授, 也要尊重学生的情感需求, 加强人文关怀和情感教育。

4) 推崇和谐发展。在教学过程中,教师应当使学生充分发挥自身特长和潜力,既要注重学生的身体健康和心理健康,也要注重学生的智力开发和道德素质。

课程思政的指导思想包括:

1) 立足学生成长,注重育人效果。课程思政首先要以学生的成长和发展为出发点和落脚点,注重培养学生的综合素质和思想品德,从而实现教育目标。

2) 突出问题导向,注重创新能力培养。课程思政要将问题导向贯穿于教学中,引导学生在解决问题的过程中培养创新能力和实践能力。

3) 强化人文关怀,注重情感教育。课程思政要注重学生的人文关怀和情感教育,通过对学生的支持和关爱,促进学生全面成长和发展。

4.3 体能训练课程中课程思政的理论支撑

体能训练课程作为高校体育教育的重要组成部分,同样需要融入课程思政的理念和方法。在体能训练课程中,课程思政的理论支撑主要包括以下几个方面:

1) 育价值观。体能训练课程应当注重培养学生健康的生活方式和习惯,增强他们的身体素质和心理素质,同时传承国家文化和精神,提高学生的民族自豪感和责任意识。

2) 教育方法。体能训练课程应当采用启发式教学、探究式学习等现代教育方法,注重创新能力和实践能力的培养,通过团队合作、互动交流等方式,激发学生的主动性和创造性。

3) 评价标准。体能训练课程应当建立科学、公正、客观的评价体系,注重场地管理、器材管理、安全管理等方面,对学生成绩的评价不仅要关注学生的运动技能和身体素质,还要关注学生的团队协作能力和社会责任感。

5 高校体能训练课程思政的设计

5.1 教学目标的确定

高校体能训练课程思政的教学目标应该是全面培养学生的身心素质和思想品德。具体而言,可以确定以下教学目标:

1) 培养学生的身体素质。通过体能训练课程,提高学生的身体机能水平、运动协调性和耐力等各项身体素质指标。

2) 促进学生的心理健康。体能训练课程应注重培养学生的意志品质、自信心和抗压能力,帮助学生建立积极向上的心态,克服困难和挑战。

3) 塑造学生的道德品质。通过体能训练课程,引导学生树立正确的人生观、价值观和行为准则,培养学生的团队合作意识、诚信守约精神以及责任感。

4) 强化爱国主义教育。体能训练课程要传承和弘扬中华民族优秀传统文化,培养学生的民族自豪感和爱国情怀。

5.2 内容的选取和组织

1) 基本体能训练内容。体能训练课程中应包括有氧运动、力量训练、柔韧性训练等方面的内容。通过设计合理的训练计划和方法,使学生全面提高身体素质。

2) 团队协作训练内容。体能训练课程应注重培养学生的团队合作意识和沟通能力。通过组织集体活动、团队比赛等形式,激发学生的团队合作精神。

3) 心理健康教育内容。体能训练课程应加强学生心理健康教育,包括心理调适、压力管理和情绪控制等方面的内容,帮助学生保持良好的心理状态。

4) 爱国主义教育内容。体能训练课程可以通过传统武术、国学文化等形式,融入爱国主义教育内容,培养学生的民族自豪感和爱国情怀。

5.3 教学方法的选择和运用

1) 启发式教学法。教师可以通过提出问题、引导思考等方式,激发学生的兴趣和主动性,让学生在实践中探索问题的解决方法。

2) 示范引导法。教师可以通过自身示范和指导,帮助学生掌握正确的动作技巧和训练方法,提高训练效果。

3) 合作学习法。通过组织学生进行小组合作学习、团队训练等活动,培养学生的团队合作能力和协作精神,促进互相学习和共同进步。

4) 情境教学法。教师可以创设逼真的训练情境,让学生在模拟的实际环境中进行训练,增强学生的实践能力和应变能力。

5.4 评价体系的建立和应用

1) 形成科学的评价指标。针对体能训练课程的教学目标,制定明确的评价指标,包括身体素质、心理健康、道德品质等方面的评价指标,确保评价的科学性和客观性。

2) 多元化的评价方式。评价体系应包括课堂表现评价、实践操作评价、考核测试评价等多种方式,以全面了解学生的学习情况和发展状况。

3) 建立激励机制。通过设立荣誉称号、奖学金等激励措施,鼓励学生积极参与体能训练课程,提高学习积极性和主动性。

4) 定期反馈和辅导。教师应及时向学生提供评价结果和个性化的辅导建议,帮助学生发现差距、克服困难,实现进步和成长。

高校体能训练课程思政的设计需要明确教学目标,选取合适的内容和组织形式,灵活运用多种教学方法,建立科学的评价体系。通过这样的设计,可以促进学生全面发展和综合素质提升,使体能训练课程成为思想政治教育的重要载体^[4]。

6 高校体能训练课程思政的实践研究

6.1 实施过程和方法

本研究以某高校大学生为研究对象,采用文献分析、问卷调查和实践教学方法,通过设计合理的体能训练课程,探索思政教育与体能训练的融合,并分析实施过程和方法。

首先,我们明确了体能训练课程思政的教学目标,并制定了科学的教学内容和教学计划。在教学过程中,我们采用了启发式教学法、示范引导法、合作学习法和情境教学法等多种教学方法,注重培养学生的团队合作精神、意志品质、自信心和抗压能力。

其次,我们组织了实践活动、团队比赛等形式,增强学生的参与度和主动性。在教学过程中,我们注重学生的反馈和意见收集,定期进行问卷调查,了解学生对课程内容、教学方法和评价方式的看法和建议。通过学生的积极参与和反馈,不断改进课程内容和教育方式,提高教学效果。

6.2 学生参与度和反馈情况分析

本研究通过问卷调查和实践活动的形式,对学生参与度和反馈情况进行了分析。问卷调查结果显示,大部分学生认为体能训练课程思政的教育目标明确,课程内容丰富多样,教学方法灵活多样,评价方式科学合理。同时,学生也提出了一些建议,如增加互动环节、加强心理健康教育等。

实践活动的结果也表明,学生对于团队比赛、实践操作等形式的体能训练课程思政活动比较感兴趣,参与度高,可以有效地激发学生的兴趣和主动性。在实践活动中,学生表现出了积极向上的精神风貌和团队合作精神,进一步增强了学生的身心素质和思想品德。

6.3 教师角色和能力培养

本研究强调了教师的重要作用和能力的培养。在实践过程中,教师应具备良好的身体素质、丰富的教学经验和积极向上的思想品德,并灵活运用多种教学方法,营造良好的教育氛围。

同时,教师应注重自身能力的提高和培养,如加强教育心理学和体育训练学等方面的学习,不断更新教育理念和教学方法,提高教育教学水平。

6.4 实践效果评估和改进措施

本研究通过问卷调查和实践活动的形式,对体能训练课程思政的实践效果进行了评估和反思。评估结果显示,本课程教学目标实现度较高,教学内容丰富多彩,教学效果良好。同时,也发现了一些问题,如学生反馈意见中提到的互动环节较少、课程内容与个人身体素质不匹配等。

针对这些问题,我们可以采取以下改进措施:增加互动环节,如小组活动、讨论、竞赛等;加强个性化训练,根据学生的不同身体素质和需求,设计不同的训练计划和方法;加强心理健康教育,帮助学生建立积极向上的心态,克服困难和挑战。

(下转第192页)

们进行具体活动的安排,如组内的分工、练习的顺序,以及动作的分步练习安排,课堂时间的安排等等,这些学生们可以根据小组的实际情况进行安排,教师也可以提出一些具体的建议,帮助学生们形成较为科学的计划。学生自主的安排,会让他们更有参与欲望,让学生切实感觉到自己才是学习活动的主体,并且学生可以依照自己的学习安排开展学习,也符合“因人而异”“因材施教”的教育观念,学生自主设定的教学活动安排,一定是他们自己感兴趣且觉得切实可行的,学生也会想迫切想要检验自己安排的活动是否合理恰当,有效地调动了学生的积极性和主动性,小组合作的方式,将课堂的主动权交到了学生的手上,在课堂上形成一个轻松、自在的氛围,也更加有助于学生的健康发展,教师需要注意的是,要为学生们提供切实有效的指导,在实际活动的过程中,随时观察学生们的动作和情况,要让探究活动在安全的情况下进行,保护学生的身体健康和人身安全,规避风险,才能更好地帮助学生建立起自信心。

在实际开展垫球的训练中,教师首先结合之前关于垫球的技能要领进行示范,讲解一些注意事项和要求,然后再让学生们进行小组活动。让学生们对垫球的每一部分动作进行分解训练,如准备姿势、垫球手型、击球部位、击球后动作,让学生们准备好一定的拍摄设备,进行录音摄像,以及做好文字记录,小组成员中每个学生的动作都需要记录保存下来,让学生能够看到自己的实际动作,并且可以在小组中形成讨论,总结出问题,并由小组成员共同商议出解决措施。以及在进行实操时,教师也要让学生们在操作之后谈谈自己的感受,比如右侧垫球、背垫球等情况下,以及在球不同高低、不同速度、不同力量的情况下,他们的感受如何,并结合之前所讲的动作要领和经验进行深度分析,引导学生自己总结出面对不同的情况,可以选择什么样的垫球方法,同时要注意的问题,以及让垫球能力比较强的同学分享自己的经验。教师可以让学生们以小组为单位对问题进行探讨,小组进行总结,形成小组的集体智慧,以及形成小组间的交流探讨,活跃课堂的气氛,还可以增进学生们讨论的热情。学习理论知识,学生对于实操还是一知半解,只有让学生们在实践中得到体验,学生才能够深刻理解要领的含义,并且让学生们结合自己的体会和经验,总结出一些技巧,这是学生们自己的知识财富,更具有意义,学生在自主解决问题的过程中,可以明确感觉到排球带来的快乐,从而帮助学生建立更加稳定的学习兴趣^[5]。

3 重视在评价活动中引入研究性教学模式

教学评价也是教学过程的一部分,同样也是比较重要的一部分,对学生的知识和技能都能够起到强化的作用,能够促进学生的发展进步,教师要正确认识到教学评价的优势和积极性作用,利用教学评价,进一步提高学生能力。在传统教学模式之中,教学评价一般都是自上而下的,一般都是教师对学生们进行评价,而新课标要求评价方式多样化、评价主体多元化等的转变,因此,教师也可以在评价活动中引入研究性教学模式,让学生对自己的实践活动进行评价,从而加强学生们对自己的认识,帮助学生形成良好的学习习惯^[6]。

例如,在实操环节中,在每一个动作的分步练习结束后,小组可以针对

(上接第190页)

高校体能训练课程思政的实践研究要注重教学目标的明确、多种教学方法的灵活运用、学生反馈和意见的收集以及活动效果的评估和改进。通过这样的研究和实践,可以促进学生身心素质和思想品质的全面发展和提高,为高等教育思政教育做出贡献^[5]。

7 结论

通过本研究,我们成功地探索了高校体能训练课程思政的实践方式和方

法,并取得了以下研究成果:
首先,我们明确了体能训练课程思政的教学目标,即培养学生的团队合作精神、意志品质、自信心和抗压能力。在教学过程中,我们采用了启发式教学法、示范引导法、合作学习法和情境教学法等多种教学方法,使学生在体能训练的同时接受思政教育。

其次,我们组织了实践活动、团队比赛等形式,增强学生的参与度和主

每个同学的动作进行分析评价,学生可以自己设立一个评价标准,可以从手部动作、腿部动作、整体动作的标准程度和美感上进行评价,这是某一过程结束后的评价,学生也可以在课程结束之后,对今日整体的学习效果进行评价,按照之前设定课程目标进行对比,查看学生们是否完成了目标,以及明确在哪方面还有欠缺,同时还可以让学生们对调整课程的安排进行评价,根据小组成员的不同信息反馈,及时对活动安排进行反思,并总结经验,调整下一节课的安排。教师引导学生对自己进行评价,一方面是可以帮助学生深度了解自己、了解团队,从整体和个体的情况进行全面的把握,培养学生的体育逻辑思维,另一方面是明确学生的主体地位,让学生能够养成课后复盘的习惯,对自己薄弱的地方进行针对性的训练提升,使得体育教学更加高效^[5]。

再例如,教师可以引导学生探讨,针对不同的课程内容,可以采取怎样不同的评价方式,如理论学习就可以采用知识竞赛、试卷调查等方式,而实操学习可以采用量化表、评分法等多种方式,让学生们根据实际体会对评价体系和方式方法进行探讨,能够反向加深学生对于理论理解和实操学习的理解,同时还能够培养学生们的科学意识,将研究热情贯穿整个教学过程;还可以引导学生进行生生互评,让小组之间进行互相评价,从整个学习方法、学习安排、实践情况、检测标准等全方面进行评价,充分发挥学生的主观能动性,培养学生的批判性思维,有助于学生的思维得到发散和深层次的发展,切实有效地提升学生的自主学习能力,让学生们深刻地意识到,体育运动并不只是简单的动作训练,也需要智慧的参与才能事半功倍地提升知识和技能;甚至可以引导学生对教师的教学设计进行评价,从学生从他们自身的体验角度出发提出建议,教师能够获取到最真实、最直接的信息反馈,也能够促进教师针对学生的实际需求进行调整,提高教师的教学能力和教学质量。教师在引导学生开展评价活动的研究性活动时,要注重评价方式的多样化、评价主体的多元化、评价内容的丰富性,注重强调教学评价功能的形成性,重视引导学生对思维过程进行评价,这才能够真正意义上促进学生的发展^[6]。

综上所述,教学过程是由学生的学和教师的教共同组成的,而学习过程本身就是主动构建的过程,学生需要有意识、有目的、有计划地开展学习活动,才能够促使学习效果得到提升。因此,教师在教学实践过程中,要将研究性教学模式贯彻到课前、课中、课后三个环节中,切实有效地利用研究性教学模式激发学生的学习兴趣和培养学生自主学习的意识和能力,促使高中排球教学质量的提高,以及学生核心素养能力的全面提升。

参考文献

- [1] 齐世凯.研究性教学模式在排球专项课教学中的应用研究[J].吉林省教育学院学报(学科版),2011,27(3):123-124.
- [2] 姚孝晖,司徒卫东.高中排球教学中实施合作学习[J].当代体育科技,2017,7(22):68-69.
- [3] 丁雪.探讨合作学习教学模式在院校排球教学中的运用研究[J].灌篮,2020(16):55.
- [4] 刘玉红.研究性学习理论在排球垫球教学中的应用研究[J].中国校外教育(美术),2012(1):159.
- [5] 刘霜.微课在高校体育教育专业排球教学中的实验研究[D].海南师范大学,2021.
- [6] 陈峰涛.分层教学法在高中排球教学中的应用[J].名师在线(中英文),2022(21):91-93.

动性。通过实践活动,学生表现出了积极向上的精神风貌和团队合作精神,进一步增强了学生的身心素质和思想品质。

最后,我们对学生的参与度和反馈情况进行了分析,通过问卷调查和实践活动的形式,了解了学生对课程内容、教学方法和评价方式的看法和建议。这些反馈为我们改进教学内容和教学方法提供了重要的参考意见。

参考文献

- [1] 杨默衍,王成.高校体育课程思政的内容建构思路与教学路径[J].南京体育学院学报,2023,22(08):63-68.
- [2] 徐军艳,孙利亚.高校体育课程思政元素的挖掘与实施路径研究[J].体育世界,2023(08):80-82.
- [3] 王健坤,梁城铭.高校体育课程思政理念与教学提质策略探析[J].当代体育科技,2023,13(22):140-143.
- [4] 陈昌雷,王光.高校公共体育课程思政的融入机理与实践路径分析[J].体育风尚,2023(08):158-160.
- [5] 张铁雄,王玉意.大学体育课程思政建设的困境与实践研究[J].当代教育理论与实践,2022,14(05):17-21.