

高职院校体育课程思政实施路径研究 ——以篮球拓展游戏选项课为例

李虎

广东工程职业技术学院, 广东 广州 510640

DOI: 10.61369/VDE.2025250017

摘要: 本文以篮球拓展游戏选项课为研究载体, 采用文献资料法、实验法、数理统计法, 对140名高职大一篮球选项课学生开展对照实验。结果表明, 融入思政元素的教学模式可显著提升学生心理健康水平, 研究构建“载体创新—模式优化—思政融入—效果检验”四维实施路径, 为高职院校体育课程思政落地提供可复制推广的实践方案。

关键词: 高职院校; 体育课程思政; 篮球拓展游戏

Research on the Implementation Path of Ideological and Political Education in Physical Education Courses in Higher Vocational Colleges: Taking the Basketball Extension Game Option Course as an Example

Li Hu

Guangdong Engineering Vocational College, Guangzhou, Guangdong 510640

Abstract: This paper takes the basketball extension game option course as the research carrier and adopts the methods of literature review, experiment and mathematical statistics to conduct a controlled experiment on 140 freshmen of higher vocational colleges taking the basketball option course. The results show that the teaching mode integrating ideological and political elements can significantly improve students' mental health level. The research constructs a four-dimensional implementation path of "carrier innovation - model optimization - ideological and political integration - effect verification", providing a replicable and promotable practical plan for the implementation of ideological and political education in physical education courses in higher vocational colleges.

Keywords: higher vocational college; ideological and political education in physical education courses; basketball expansion game

引言

(一) 研究背景

2020年《关于深化新时代学校体育评价改革的意见》将“育人价值”确立为体育课程核心评价指标^[1]。当前高职院校体育课程与思政教育融合仍存在诸多瓶颈: 一方面, 体育教学偏重技能传授, 如篮球选项课聚焦运球、传球等技术训练, 忽视德育价值挖掘; 另一方面, 思政教育多依赖理论灌输, 内容枯燥、形式单一, 难以激发学生情感共鸣与实践认同^[2]。篮球运动的团队协作、规则意识等特质, 与思政教育的责任担当、奋斗精神等目标高度契合, 如何将这些特质转化为可操作教学环节, 破解“思政与技能两张皮”难题, 成为亟待解决的关键问题。

(二) 研究意义

1. 理论意义

弥补高职院校篮球课程思政实施路径的研究空白。现有研究多聚焦体育课程思政的“重要性”, 但缺乏针对篮球项目的具体落地策略; 本文通过开发“篮球拓展游戏”载体, 构建系统化的思政融入路径, 丰富体育课程思政的理论体系。

2. 实践意义

为高职院校体育教师提供可操作的教学方案。通过设计“四段式”教学模式与全流程思政契合点, 解决教师“不知如何融思政”的困惑; 同时, 通过实验验证的效果数据, 为学校推进体育课程思政改革提供决策依据。

课题信息: 本文是广东工程职业技术学院2024年度校级教育教学改革研究与实践常规教改项目“高职院校体育课程思政实施路径研究——以篮球拓展游戏选项课为例”(GGJG2024B007)。

一、研究方法

(一) 文献资料法

通过中国知网、读秀知识库、维普期刊网等平台，检索“体育课程思政”“篮球教学”“拓展训练”相关文献200余篇，重点研读近5年核心期刊论文30篇、政策文件5份专著2部（《篮球培训教程》《体育德育资源开发与应用》），为本研究提供理论支撑。

(二) 实验法（见表1）

表1 实验安排

实验要素	具体内容
实验对象与分组	2024级大一新生 对照组（男50人女20）实验组（男48人女22人）
实验时间	2024年9月---2025年1月，总学时32学时，16次课，每次2学时
实验场地	室外标准篮球场
授课模式	篮球拓展游戏教学模式和常规教学模式
测试量表	《学生心理健康影响统计表》《融入思政教育的篮球拓展游戏选项课满意调查表》 ^[3]

(三) 数理统计法

对对照组和实验组实验前后收集的数据进行统一分类整理，并对数据做横向和纵向的对比分析研究。

二、高职院校篮球拓展游戏选项课课程思政实施路径构建

(一) 载体创新：开发篮球拓展游戏库

篮球拓展游戏是拓展训练理念与篮球教学内容的有机结合体，以“团队挑战”为形式，开发了一系列核心篮球拓展游戏^[4]，这里选取6个篮球拓展游戏，每个游戏均明确“技能目标”与“思政目标”，具体如表2所示：

表2

游戏名称	对应篮球技能	思政目标	实施流程
单手背后抛球接力 ^[5]	球感、双手协调	规则意识、团队协作	1.7-15人一组，间隔一臂站成一排；2.右手抛球至左前方，左手接球循环；3.输队完成20个俯卧撑（培养责任担当）；4.讨论“如何通过沟通提升效率”
运球绕桩接力赛	运球稳定性	专注度、抗挫折能力	1.每组5人，绕10个标志桶运球接力；2.掉球需返回起点重跑（强化规则）；3.教师引导“失败后如何调整心态”
原地传接球接力	传接球的准确性	信任建立、包容理解	1.每组12人，分三组、每组面对面站立；2.传球后去队尾站立；3.以传球失误多少定输赢；4.教师引导“如何建立信任”

投篮积分挑战赛	投篮准确性	自信心建立、坚持精神	1.每人10次投篮机会，按距离计分；2.鼓励“最后一球不放弃”（强化坚持）；3.总结“如何通过练习提升自信”
篮球知识抢答赛	篮球规则、历史	爱国情怀、知识素养	1.抢答篮球规则、中国篮球发展史问题；2.穿插“中国男篮奥运精神”案例（渗透爱国）；3.分享“体育精神与民族自信”
3V3团队攻防赛	运传投能力、战术配合能力	责任担当、共赢思维	1.3人一队，限时10分钟攻防；2.队长负责战术布置（培养领导力）；3.赛后分享“个人与团队的关系”

(二) 模式优化：构建“四段式”教学流程

突破传统“教师主导”的教学模式，设计“教师引导-学生主体-体验感悟-思政升华”的“四段式”流程，确保思政元素自然融入，具体如下：

1. 第一段：规则讲解（5-10分钟，教师主导）

教师明确游戏名称、任务目标、安全规则，并“提前预告”思政切入点。例如，在“单手背后抛球接力”游戏中，教师强调：“本次游戏不仅要练球感，更要关注‘如何通过沟通让团队更快完成任务’，以及‘输了之后如何承担责任’。”此环节既让学生明确技能目标，也为后续思政讨论埋下伏笔。

2. 第二段：团队准备（15-20分钟，学生主体）

学生自发分组、选举队长，围绕“如何完成任务”展开讨论与练习。教师不直接干预，仅在学生需求时提供技能指导（如“背后抛球如何发力”）。此环节充分发挥学生的主动性，培养其领导力与协作能力。

3. 第三段：游戏体验（15-25分钟，师生互动）

学生按计划开展团队PK，教师重点观察两个维度：一是技能掌握情况（如运球是否稳定、传球是否准确）；二是思政表现（如是否遵守规则、失败后是否抱怨、是否帮助队友）。

4. 第四段：反思分享（10-15分钟，思政升华）

教师以“问题链”引导学生反思，避免“空洞说教”。例如在“运球绕桩接力赛”后，教师抛出递进式问题：“你们队输了的原因是什么？掉球时你有什么感受？如何调整心态才能在下一次做得更好？这对你们的学习、生活有什么启示？”通过问题引导，学生从“游戏体验”自然过渡到“思政感悟”，如一名学生分享：“掉球时很着急，但队友没责怪我，而是帮我分析原因，这让我明白包容比指责更重要，以后小组作业中也要这样。”

(三) 思政融入：明确全流程契合点

根据篮球拓展游戏的教学环节，梳理出“课堂常规-任务布置-比赛实施-赛后反思”四个阶段的思政契合点，确保思政教育“无死角、不重复”，具体如表3所示：

表3

教学阶段	具体环节	思政契合点	融入方式
课堂常规	集合、点名、安排见习生	守时守信、相互关爱、职业素养	1. 迟到者需说明原因；2. 见习生负责记录比赛情况；3. 提醒“关注队友身体状况”
任务布置	讲解任务、强调规则	有效沟通、认真聆听、相互尊重	1. 要求“听完再提问”；2. 学生复述规则；3. 强调“不打断他人发言”
比赛实施	分组选队长、讨论练习、赛中合作、反思改进 ^[5]	个人品质、团队精神、精神内涵、项目文化 ^[6]	1. 队长承诺“对团队负责”；2. 鼓励“创新练习方法”；3. 输队队长带头接受“奖励”；4. 队友失误时“不抱怨、多鼓励”
赛后反思	分享感悟、教师总结	抗挫折能力、社会适应、竞争意识	1. 引导“正确看待输赢”；2. 联系“职场中如何适应团队”；3. 强调“竞争不是对抗，而是共同进步”

(四) 效果检验：建立“双维度”评价体系

1. 心理健康维度（定量）

通过《学生心理健康影响统计表》，从“提升社会交往能力”“有助于人格完善”“开发自身智力”“提升社会适应能力”“调节情绪”5个维度进行评价，采用百分制计分，分数越高表明思政教育效果越好。

2. 课程满意度维度（定量+定性）

定量：《融入思政教育的篮球拓展游戏选项课满意度调查表》，含“教学模式吸引力”“思政融入自然度”“个人收获感”3个维度，共20题，每题5分，总分100分。

定性：通过“开放式问题”收集学生反馈，如“你认为这门课最大的收获是什么？”“你希望未来课程有哪些改进？”，补充定量数据的不足。

三、实验结果与分析

(一) 心理健康影响结果分析

实验结束后，两组学生填写《学生心理健康影响统计表》，数据统计结果如表4所示：

表4

维度	对照组（均值，n=70）	实验组（均值，n=70）	差异分析（P值）
提升社会交往能力	6.4	8.5	P<0.05（显著差异）
有助于人格完善	6.6	8.8	P<0.05（显著差异）
开发自身智力	6.6	8.6	P<0.05（显著差异）
提升社会适应能力	6.3	8.1	P<0.05（显著差异）
调节情绪	8.8	9.0	p>0.05（未显著差异）
总得分	34.7	43	P<0.05（显著差异）

从表4可见，实验组在“社会交往能力”“人格完善”“社会适应能力”等4个核心维度的得分均显著高于对照组（P<0.05），仅“调节情绪”维度无显著差异（P>0.05）。原因在于：传统体育教学本身可通过运动释放压力，但篮球拓展游戏通过“团队互动”“反思分享”，更能提升学生的社会交往、人格塑造等深层能力，这正是思政教育的核心目标。

(二) 课程满意度结果分析

两组学生填写《融入思政教育的篮球拓展游戏选项课满意度调查表》，独立样本T检验结果如表5所示：

表5

组别	样本量	平均分	标准差	t值	P值
对照组	70	81.68	3.15	-10.938	0.000
实验组	70	93.80	2.50	-	-

从表5可见，实验组满意度平均分显著高于对照组，且P=<0.05，差异具有统计学意义。进一步分析开放式问题反馈，实验组学生的正面评价集中在三个方面：一是“教学形式有趣”，如“比单纯练运球有意思，玩着就学会了技能”；二是“思政不枯燥”，如“通过游戏聊责任、合作，比思政课讲大道理好懂”；三是“有实际收获”，如“现在遇到困难，会像游戏中那样‘不放弃，找方法’”。

对照组学生的反馈则多为“技能学到了，但没什么特别的收获”“希望课堂更有趣一些”，进一步说明传统教学模式在“育人价值”与“学生兴趣”上的不足^[6]。

(三) 教师观察结果分析

实验过程中教师记录的“思政表现”显示：实验组学生的规则意识、团队协作及抗挫折能力显著优于对照组^[7]。如“3V3团队攻防赛”中，实验组80%的队伍主动研讨战术，失利后共同复盘；对照组60%的队伍仅靠个人单打，失利后易指责队友。此外，实验组学生在主动帮队友捡球、自觉遵守“掉球重跑”规则等细节上表现突出，这正是思政教育内化的直接体现^[8]。

四、结论与建议

(一) 研究结论

1. 载体创新是核心：篮球拓展游戏作为“技能训练+思政体验”的双重载体，能有效破解“思政与技能两张皮”的困境，其“团队挑战”形式既符合高职院校学生的认知特点，又能自然融入思政元素^[9]。

2. 模式优化是关键：“四段式”教学流程实现了“教师主导”与“学生主体”的平衡，通过“问题引导”让思政教育从“被动接受”变为“主动感悟”，提升了教育实效^[10]。

3. 效果验证是保障：“双维度”评价体系能全面量化思政教育效果，实验数据表明，融入思政的篮球拓展游戏教学模式，在提升学生心理健康水平与课程认可度上均显著优于传统教学。

(二) 实践建议

1. 院校层面：完善支持体系

(1) 资源支持：设立体育课程思政专项经费，用于开发拓展

游戏库、培训教师、购买教具；开放中国知网、体育德育资源库等电子资源，为教师提供理论支撑。

(2) 制度保障：将“课程思政效果”纳入体育教师考核指标，鼓励教师开展思政教学创新；组织“体育课程思政示范课”评比，推广优秀实践案例。

(3) 跨学科合作：联合马克思主义学院、心理学教研室，为体育教师提供“思政内容设计”“心理引导技巧”等培训，提升教师的思政素养与教学能力。

2. 教师层面：提升实施能力

(1) 深挖项目德育资源：结合篮球运动的特质，系统梳理“规则意识”“团队协作”“爱国德育”等思政元素，建立“技能—思政”对应清单，避免思政融入的随意性。

(2) 优化游戏设计细节：根据学生的篮球基础调整游戏难度；关注性别差异，设计“混合性别组队赛”等游戏，促进男女学生互助合作。

(3) 强化反思引导技巧：避免“标准答案式”提问，多用“开放式问题”（如“你当时为什么这么做？”），引导学生自主感悟；结合学生的专业特点，联系“职场场景”（如“团队协作对未来实习有什么帮助？”），提升思政教育的针对性。

3. 推广层面：拓展应用场景

(1) 项目迁移：将“篮球拓展游戏”的设计思路迁移至足球、排球等其他体育项目，如足球的“团队攻防赛”、排球的“协作垫球游戏”，构建“一项目一思政路径”的体育课程思政体系。

(2) 场景延伸：将拓展游戏融入“运动会”“社团活动”等场景，如运动会增设“团队接力游戏”，社团开展“篮球思政主题活动”，扩大思政教育的覆盖面。

(3) 成果转化：将优秀的篮球拓展游戏整理成“教学手册”，录制“示范课视频”，在区域内高职院校推广；发表研究论文、申报教学成果奖，提升成果的影响力。

参考文献

- [1] 国务院办公厅. 关于深化新时代学校体育评价改革的意见 [Z]. 2020.
- [2] 杨丹. 高校数字思政协同育人机制研究 [J]. 改革与开放, 2025, (08): 81-87+104.
- [3] 葛攀文, 程永山. 探析如何提升体育德育资源与高校“思政课”教育教学的实效性 [J]. 湖北开放职业学院学报, 2021, 34(19): 96-97.
- [4] 李虎, 姜志军, 张成云, 等. 篮球拓展游戏在高职院校篮球教学中的实验研究——以广东工程职业技术学院为例 [J]. 工程技术研究, 2020, 5(24): 221-222.
- [5] 张辉. 篮球培训教程 [M]. 北京体育大学出版社, 2019.
- [6] 韩耀刚, 刘树军. “项目育人”民间体育专项课程思政的教学实践研究 [J]. 教育教学论坛, 2020, (11): 68-69.
- [7] 赵玉婷. “课程思政”理念下高校体育德育目标解读及实现策略 [J]. 运城学院学报, 2019, 37(06): 73-75.
- [8] 陈庚仁. “课程思政”视域下的高职体育教学研究 [J]. 智库时代, 2019, (19): 106+108.
- [9] 欧阳吉华. 思政教育融入高校体育教学路径探析 [J]. 内江科技, 2020, 41(3): 2.
- [10] 赵晶, 闫育东, 高江航. 课程思政融入高校体育课教学的本源回归、价值塑造与路径思考 [J]. 体育学刊, 2021, 28(05): 89-93.