

课程思政视角下田径课教学的融入路径与实践探索

于海兰, 钱红

云南财经职业学院, 云南 昆明 650222

DOI: 10.61369/SDME.2026050047

摘 要 : 在“立德树人”根本任务的指引下, 课程思政已成为高校各学科教学改革的核心方向。田径课程作为高校体育教育的基础与核心载体, 不仅承担着传授运动技能、增强学生体质的基本职责, 更蕴藏着拼搏进取、坚韧不拔、遵守规则、团结协作、爱国奉献等丰富的思政教育资源。本文结合当前高校田径课教学实际, 系统阐述课程思政融入田径教学的价值意义, 深入剖析实践中存在的突出问题, 探索贴合教学场景、可落地、易操作的融入路径, 为高校田径课实现“技能传授与思政育人”协同发展提供可借鉴思路, 助力学生在提升田径专项素养的同时, 塑造正确的价值观、人生观与体育精神。

关 键 词 : 课程思政; 田径课; 融入路径; 教学实践; 体育育人

Integration Paths and Practical Exploration of Track and Field Teaching From the Perspective of Curriculum Ideological and Political Education

Yu Hailan, Qian Hong

Yunnan College of Finance and Economics, Kunming, Yunnan 650222

Abstract : Under the guidance of the fundamental task of "fostering virtue through education", curriculum ideological and political education has become the core direction of teaching reform in various disciplines of colleges and universities. As the foundation and core carrier of physical education in colleges and universities, track and field courses not only undertake the basic responsibilities of imparting sports skills and enhancing students' physical fitness but also contain rich ideological and political education resources such as striving for progress, perseverance, abiding by rules, unity and cooperation, patriotism and dedication. Combined with the current actual teaching of track and field courses in colleges and universities, this paper systematically expounds the value and significance of integrating curriculum ideological and political education into track and field teaching, deeply analyzes the prominent problems existing in practice, and explores integration paths that are suitable for teaching scenarios, implementable and operable. It aims to provide referential ideas for track and field courses in colleges and universities to achieve the coordinated development of "skill teaching and ideological and political education", helping students shape correct values, outlook on life and sportsmanship while improving their professional track and field literacy.

Keywords : curriculum ideological and political education; track and field courses; integration paths; teaching practice; sports education

引言

近年来, 课程思政建设在高等教育领域全面推进, 打破“思政课单独育人”的传统格局, 推动各类专业课程与思政教育同向同行, 实现“全员育人、全程育人、全方位育人”的目标。田径运动历史悠久、普及度高, 是高校体育课程中覆盖面最广的项目之一, 包含短跑、中长跑、跳跃等多个模块。田径训练不仅能提升学生身体素质, 还能锤炼意志、塑造品格, 其内在精神与课程思政“立德树人”的核心要求高度契合。^[1]当前, 多数高校田径课仍以“技能训练、成绩提升”为中心, 教学目标单一, 对课程思政重视不足、融入不够, 部分教师的融入方式多为口号式、标签式, 与技能教学脱节。在此背景下, 推动思政教育有机融入田径课教学全过程, 实现“以体育人、以文化人”, 是高校田径课教学改革的必然趋势。

一、课程思政融入田径课教学的价值意义

课程思政与田径课的融合, 并非简单拼接, 而是将思政理念、价值导向深度嵌入教学各环节, 形成“技能提升”与“思想

成长”双向赋能的良性循环, 其价值体现在三个层面。

(一) 助力学生全面发展, 塑造健全人格

田径训练的过程就是挑战极限、克服困难的过程, 不同项目分别考验学生的耐力、勇气、专注与协作能力。^[2]将思政教育融入

其中，能引导学生正确看待训练中的疲惫与失败，提升抗挫折能力和心理韧性。同时，田径运动严格的规则，能强化学生的规则意识与法治观念，塑造公正、诚信、自律的价值取向。

（二）丰富田径课教学内涵，提升教学质量

传统田径课以“教师示范、学生重复练习”为主，内容枯燥、形式单一，容易让学生产生疲倦。课程思政的引入，为田径课注入精神内涵与文化活力，推动课堂从“体能训练课”转向综合性育人课堂。^[3]教师结合项目特点挖掘精神内涵，将体育故事、意志品质等自然融入教学，既能提升课堂吸引力和学生参与度，又能实现“教技术、练身体、育品格”三位一体，全面提升教学质量与育人实效。

（三）落实立德树人根本任务，推动体育教育改革

体育教育是落实立德树人的重要阵地，田径课是体育育人的关键载体。将课程思政融入田径教学，能把价值引领贯穿教学全过程，推动体育教育从“强身健体”的单一目标，升级为“强健体魄+健全人格+正确价值观”的复合目标。^[4]这一转变顺应高校体育教育改革与“体教融合”要求，推动田径课从“技能导向”向“育人导向”转型，助力构建完善的体育育人体系，培养德智体美劳全面发展的新时代大学生。

二、课程思政融入田径课教学的现状与存在的问题

在政策推动下，越来越多高校重视田径课思政建设，但受理念、能力等因素制约，实际落地仍存在诸多问题，影响育人效果。

（一）教师思政意识薄弱，融入主动性不足

多数田径教师长期形成“重技能、轻育人”的思维定式，认为思政教育与自身职责无关，对课程思政的重要性认识不足，缺乏主动融入的意识。部分教师虽了解政策要求，但因缺乏系统培训和教研支持，不知道“融什么、怎么融”，融入流于形式。同时，部分教师自身思政理论素养有限，难以将思政元素与田径项目精准结合，导致融入碎片化、表面化。

（二）思政元素挖掘不深入，融入方式生硬

教师对田径各项项目的精神内涵挖掘多停留在“拼搏、坚持”等通用表述，忽视了不同项目的差异化特质。^[5]更突出的问题是融入方式生硬，多采用“训练结束+集中说教”模式，与技能练习、课堂互动脱节，思政教育与田径教学各行其是，不仅无法实现潜移默化的育人效果，还易引发学生反感。

（三）教学方法单一，缺乏创新性

传统田径课以“示范—模仿—纠错—重复”为固定流程，互动不足。融入思政教育时，教师仍沿用旧模式，缺乏案例、情境、数字化等创新手段。^[6]课堂上忽视对学生思想、态度的引导，评价只看成绩；多媒体、运动员事迹等资源运用不足，思政呈现方式枯燥抽象，难以激发学生的学习主动性。

（四）评价体系不完善，思政育人导向不明确

当前高校田径课评价仍以技能水平、运动成绩为核心，对意志品质、规则意识、团队协作等思政维度缺乏明确指标和科学标

准。评价方式以期末终结性考核为主，缺少过程性记录与多元评价，导致师生只关注成绩提升，忽视精神成长。评价结果与评优、综合素质测评不挂钩，激励作用微弱，制约课程思政长效推进。^[7]

三、课程思政融入田径课教学的有效路径

针对以上问题，结合田径课教学规律与学生特点，可从教师、内容、方法、评价四个维度构建系统化融入路径，确保落地可行、效果突出。

（一）强化教师队伍建设，提升思政融入能力

教师是课程思政落地的第一主体，必须提升其意识与能力。一方面，高校应定期组织田径教师参加课程思政专题培训、教学研讨、优质课观摩，邀请思政课教师与优秀体育教师联合备课、分享案例，学习国家队、高水平运动队将思政教育融入训练的成熟经验，帮助教师树立“以体育人、以德育人”理念，增强融入自觉性。另一方面，教师要主动加强思政理论学习，关注田径赛事正能量故事，收集苏炳添、刘翔等优秀运动员为国争光、刻苦训练的事迹素材，在教学中言传身教、以身作则，用敬业精神、规则意识、坚持态度影响学生，发挥榜样示范作用。^[8]

（二）深入挖掘思政元素，实现精准自然融入

精准挖掘是深度融合的基础。第一，立足项目特性，把短跑、长跑、跳跃、投掷、接力的精神内核对应融入教学；第二，结合田径历史与体育精神，将奥林匹克精神、马拉松精神、中国田径精神融入课堂，讲述项目起源与发展历程，增强文化自信与民族自豪感；第三，捕捉课堂细节，针对学生偷懒放弃、违规违纪、不配合等行为及时引导，把思政教育做在日常、做到个体，实现润物无声。

（三）创新教学方法，增强思政融入实效性

改变单一训练模式，采用多元教学方法提升吸引力。一是案例教学法，用运动员励志故事、赛场感人瞬间引发讨论；二是情境教学法，创设挑战自我、团队竞赛、突破极限等情境，让学生在体验中感悟；三是小组合作法，通过分组练习、互助比拼培养协作精神；四是数字化教学法，利用短视频、纪录片、线上感悟作业等形式，让思政内容更直观、更生动、更易接受。

（四）完善评价体系，强化思政育人导向

构建“技能+思政”二维评价体系。第一，明确思政评价指标，包括训练态度、意志品质、规则意识、协作精神、爱国情怀等；第二，采用过程性评价与终结性评价结合，通过课堂观察、小组互评、自我反思、日常记录综合打分；第三，强化结果运用，将思政表现纳入课程成绩、综合素质评价与评优评先，以评价倒逼重视，以导向保障长效。^[9]

四、课程思政融入田径课教学的实践案例

以云南财经职业学院二年级数字媒体技术专业1500米长跑教学为例，教学对象45人，时长2课时共90分钟，目标兼顾技能、

思政与情感三维度。

第一课时以技能讲解与基础训练为主。首先播放马拉松起源视频与优秀运动员训练片段，讲解“坚持、拼搏、不放弃”的马拉松精神，激发学习动机。随后讲解长跑姿势、呼吸节奏、摆臂方法，强调循序渐进、科学训练、脚踏实地的态度。组织学生分组慢跑，要求互相鼓励、不掉队，教师巡视指导，对坚持困难的学生及时鼓励。训练后小组分享感受，强化坚持与互助的重要性。

第二课时以强化训练与竞赛体验为主。让学生设定个人目标，进行1500米分段练习，鼓励突破自我，对想放弃的学生进行心理引导。随后开展小组竞赛，强调遵守规则、公平竞争、团队支持。赛后不仅表彰成绩优异者，更表彰坚持到底、互助协作的学生。最后组织总结反思，让学生梳理技能收获与思想成长，深化价值认同。^[10]

实践结果显示，学生不仅掌握长跑技能、提升耐力水平，更在意志品质、规则意识、团队协作上明显进步，课堂兴趣与参与度显著提高，真正实现技能教学与思政育人有机统一。

五、结论与展望

课程思政融入田径课教学，是落实立德树人根本任务、深化高校体育教学改革의必然选择。田径课蕴含丰富思政资源，融合后可促进学生全面发展、丰富教学内涵、提升育人质量、推动体育教育转型升级。当前实践中仍存在教师意识薄弱、元素挖掘不深、方法单一、评价滞后等问题，需要从强化教师能力、精准挖掘元素、创新教学方法、完善评价体系四方面系统优化。

未来，高校应持续推进田径课程思政建设，打造更具项目特色、更贴合学生特点的育人模式；加强校际交流，推广优秀教学案例与成熟经验；结合时代发展，进一步挖掘科技创新、爱国奉献、责任担当等新时代思政元素，让思政教育更具针对性与时代感。相信在多方共同努力下，田径课将成为立德树人的重要阵地，为培养德智体美劳全面发展的新时代青年、建设体育强国、实现民族复兴贡献更大力量。

参考文献

- [1] 习近平在全国高校思想政治工作会议上强调把思想政治工作贯穿教育教学全过程开创我国高等教育事业发展新局面[J]. 青海教育, 2025, (06): 13-14.
- [2] 刘正阳, 郭风兰. 高校田径课程思政: 价值定位、现实挑战与路径优化的深度剖析[J]. 田径, 2024(8): 34-37.
- [3] 赵富学, 黄莉, 吕何. 体育课程思政研究的热点归集、问题聚焦及未来走势[J]. 武汉体育学院学报, 2022, 56(5): 22-28.
- [4] 郭风兰, 王辉, 臧留鸿, 等. 课程思政融入田径普修课线上线下混合式教学的实践探索研究[J]. 新疆师范大学学报(自然科学版), 2023, 42(03): 74-82.
- [5] 冯明亮. “立德树人”背景下体育院校田径教学课程思政的实施思路[J]. 田径, 2022 (03): 60-62.
- [6] 程兵. 课程思政引领下田径课程的教学改革研究[J]. 现代教育论坛, 2025, 8(19): 102-103.
- [7] 曹庆锋. 立德树人背景下高校田径课程思政的价值定位、实践困境及实施对策[J]. 当代体育科技, 2025(10): 140-142, 146.
- [8] 杨峰, 陈滨兰, 闫岩, 等. “立德树人”视域下普通高校体育教育专业田径课程思政教学模式的建构[J]. 体育科技, 2025(2): 154-156.
- [9] 王丹凤. 新时代体育院校田径课程思政建设的价值、困境与路径研究[J]. 当代体育科技, 2025(22): 130-134.
- [10] 芦忠文. 新时代田径课程评价模式变革审辨及建构[J]. 西安文理学院学报(社会科学版), 2022, 25(2): 78-82.