

立德树人视角下高校公共体育育人模式改革研究

程风

北部湾大学, 广西 钦州 535000

DOI: 10.61369/ETR.2026240023

摘 要 : 立德树人是新时代教育的根本任务, 高校公共体育属于面向全体学生的基础课程, 具有以体育智、以体育心的特殊意义。但是由于传统体质和技能导向的影响, 目前公共体育存在育人目标窄化、课程思政元素脱离、教学方法单一、评价体系失衡、协同保障缺失等问题, 使体育育德的功能难以得到充分发挥。本文从立德树人角度出发, 对其育人问题的产生原因进行系统分析, 提出重塑以体育人目标体系、构建体德互嵌课程内容、创设具身德育情境、完善德技并重评价和长效保障机制等改革措施, 试图构建起价值引领、技能习得、品格养成交融的新型育人模式, 促进高校公共体育与思想政治教育同向同行。

关 键 词 : 立德树人; 高校公共体育; 育人模式; 课程思政; 教学改革

Research on the Reform of Public Physical Education Teaching Mode in Universities from the Perspective of Fostering Virtue Through Education

Cheng Feng

Beibu Gulf University, Qinzhou, Guangxi 535000

Abstract : Fostering virtue through education is the fundamental task of education in the new era. As a basic course for all students, university public physical education has special significance in cultivating intelligence and nurturing mental health through physical activity. However, influenced by the traditional orientation of physical fitness and skill training, current public physical education faces problems such as narrowed educational goals, disconnection from ideological and political education elements, single teaching methods, unbalanced evaluation systems, and lack of collaborative guarantees, which hinder the full exertion of the moral education function of physical education. From the perspective of fostering virtue through education, this paper systematically analyzes the causes of these educational problems and proposes reform measures including reshaping the goal system of educating people through physical education, constructing curriculum content integrating physical training and moral education, creating embodied moral education scenarios, improving the evaluation system emphasizing both morality and skills, and establishing a long-term guarantee mechanism. It attempts to build a new educational mode integrating value guidance, skill acquisition, and character cultivation, so as to promote the coordinated development of university public physical education and ideological and political education.

Keywords : fostering virtue through education; university public physical education; educational mode; curriculum-based ideological and political education; teaching reform

引言

“把立德树人作为教育的根本任务”已成为新时代高等教育改革的总纲领。高校公共体育课程覆盖面大、实践性强, 身体活动可以直接受到情感、意志、价值世界的冲击, 对培养学生规则意识、合作精神、抗逆能力、健全人格等有不可替代的作用。但是现实中公共体育课常常被窄化为“体能锻炼课”或者“技能达标课”, 育人内涵丧失殆尽。在“教会、勤练、常赛”的新要求之下, 怎样使品德教育自然地融入流汗和欢笑当中, 实现由“强身健体”向“以体育人”的范式转变, 成为亟待解决的重要问题。本文就以上困境进行分析, 提出解决办法, 为公共体育落实立德树人提供参考框架。

一、立德树人视角下高校公共体育的育人困境

(一) 育人目标定位窄化, 重体轻德倾向突出

公共体育陷入体质中心论和技术中心论的双重束缚之中, 使

得立德树人目标被严重虚化。就教育观念而言, 很多管理者和教师仍然持有生物体育观, 把体育看作是增强体质、掌握运动技术的手段, 而忽略了它对意志品质、人文精神和社会责任感的培养作用, 体育的“育”被剥离了。就课程目标的设计而言, 课程标

准中关于情感态度与价值观的表述是模糊不清的,没有可观察、可评价的德育细化指标,实际教学以体能项目和技能考核为主,使德育目标“写在纸上、挂在墙上”。从考核指挥棒效应来看,学生体质测试成绩、技能达标成了刚性评价标准,使师生行为都聚焦在“达标焦虑”上,体育品德培育成为无人问津的软指标,工具理性全面取代了价值理性,公共体育和立德树人的目标越来越远。

(二) 课程内容与思政元素疏离,“体”与“德”融合不深

课程思政理念虽然已经推行,但是在公共体育教学内容中,思政融入仍然显得生硬肤浅,无法深入人的内心深处。在教材、教案上,很多教学方案缺少对运动项目德育元素的全面挖掘,思政教育多是课堂开始几句话的口号或者结束时的空洞说教,与运动实践相脱离,学生产生了被说教的疏离感。就内容而言,过分强调竞技技术的教学,例如篮球运球上篮、健美操套路的训练,而忽视了其中所包含的公平竞争、审美追求、失败的应对等丰富的德育资源,造成“体”与“德”两张皮的局面。理论教学中,体育健康知识的讲授以生理解剖为主,缺少体育历史、体育礼仪、奥林匹克精神等人文关怀,难以引起学生情感上的共鸣和价值上的认同。在课外延伸方面,体育社团、阳光长跑、校运会等第二课堂缺少以体育德精心设计的育人功能,呈现出零散化、碎片化的状态。

(三) 教学组织与运动情境单一,学生道德体验缺失

目前公共体育教学是以教师讲解示范、学生模仿练习为主的授课方式,无法有效地创设引发道德体验的鲜活情境。行政班整体教学占据着绝对的主导地位,缺少了以任务合作、角色承担、规则协商为载体的小组互动,学生很少有机会在真实的矛盾当中体验宽容、责任和领导力。竞赛活动的重点则在于名次与技战术的考核,而对手的尊重、裁判的判罚、胜负的接受等方面的德育教育很少得到关注,生成性的德育机会被忽视。就师生互动而言,课堂关注点仍然集中在技能纠正和负荷控制上,教师缺少对学生品德闪光点、价值困惑的敏感捕捉和自觉意识,随机育人意识不强。此外,出于安全和便于管理的考虑,一些具有探险性、对抗性、挫折磨炼价值的项目被删减或者弱化,学生缺少在挑战中培养坚韧、勇敢品质的机会,德育也就成了无根之木。

(四) 评价体系与保障机制失衡,体育育德支撑乏力

现有评价和保障体系难以有效地支撑“以体育人”。就评价内容而言,唯技术化倾向明显,考核以技能达标表现和体能测试数据为主,体育品德、进步幅度、锻炼习惯等很少提及,评价无法引导学生关注品格的发展。从评价方法上看,终结性评价占据绝对主导地位,缺少基于课堂观察、赛事记录、成长档案的过程性评价,使得学生在运动中表现出来的责任感、合作力、公平心等动态品质很难被看到和肯定。就师资建设而言,部分公共体育教师缺少立德树人意识和课程思政能力,缺少专项培训以及教研共同体支持,再加上班额过大,精细化育人活动很难落实。就协同机制而言,体育教学部门与学工、团委、心理健康中心等没有形成制度性的联动,体育竞赛中学生品德表现被简单地当作竞技成绩来对待,并未被纳入学生综合素质评价的主渠道当中去,而经

费和场地的资源分配也大多向竞技训练倾斜,面向全体学生的普惠式德育实践平台较为匮乏。

二、立德树人视角下高校公共体育育人模式改革策略

(一) 重塑目标体系,确立“以体育人”的价值坐标

改革首先要正本清源,高校应优先推动公共体育的育人目标由单一强身健体向育体、育心、育德三位一体转变。

第一,将价值引领制度化,把培养拼搏精神、规则意识、团队协作、尊重他人等品德写入课程核心目标,确定出“享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”的总要求。

第二,研制项目育人图谱,根据长跑、大球、武术、操舞等不同运动项目的特征,细化出具体的品格培养指标,长跑注重坚韧和自律,篮球足球注重集体主义和全局观,使教师做到一课一德、育有抓手。

第三,加强课程思政的整体设计,每一个教学单元都要有德育目标的设置,把技能教学线和品格养成线一起推进,同步上升。

第四,进行价值引领宣导,在新生入学教育、日常课堂常规中多次向学生传达体育不单是为健康而学,更是一个人的成长教育课程理念,最后使师生达成以体育人为价值理念的共识,把公共体育从“挣学分的课”变为“修身养性”的场。

(二) 深化内容融合,构建“体德互嵌”的课程体系

高校应以运动项目为载体,把思政元素基因式地融入教学全过程之中。

第一,建立课程思政资源库,对不同的项目进行德育侧重点的挖掘,对抗性项目育规则与勇敢,表现性项目育审美与超越,野外生存类育坚韧与合作,编写包含品格教育的情境案例和指导手册。第二,重新构建教学主题序列,把体育道德、体育礼仪、公平竞争等内容自然地分布在技能学练、体能训练、竞赛组织等各个环节中,在讲解走步违例的时候引申出规矩意识,在组织战术配合的时候强调个体服务于集体的道理,达到以术载道的目的。

第三,注入体育人文内涵,增设体育名人与民族精神、奥林匹克与公平竞争等专题研讨,用视频、辩论等形式引发学生价值思辨,使规则背后的道理变得可感可知。

第四,推动课外体育纳入一体化育人设计,把早操、阳光跑、体育社团、校际联赛作为课程体系的延伸,设置志愿服务、组织策划、宣传报道等德育实践岗位,使学生在担当和奉献中内化责任和公民意识。

(三) 创新教学样态,创设“具身德育”的运动情境

高校应改变教与学的方式,在身体与心理都真正运动起来的时候去体会、领悟、升华。

第一,推广情境教学和游戏化学习,设计合作越障、信任背摔、团队拼图跑等需要高度互助、诚实守信才能完成的体智结合任务,使沟通、包容、担当在互动中自然产生。

第二,常态化组织教学比赛并进行角色轮换,让学生轮流担

当运动员、裁判员、记录员、啦啦队员，在各种身份之间体会公正、尊重、责任，比赛结束后立即开展五分钟的“德育微反思”，交流心理冲突及价值取向。

第三，巧妙地使用挫折教育的设计，在保证安全的基础上设置适当的逆境，即提高练习标准、在比分落后的情况下继续比赛，教师在情绪波动点及时介入，引导学生接受失败、调节情绪、坚持到底，培养学生的抗逆力。

第四，利用信息化手段延伸德育链条，用运动 APP 或者班级群记录并展示学生互助鼓励、诚信打卡等善意行为，给德育积分打分，形成线上线下互相促进的德育闭环。

（四）完善评价与保障，建立“德技并重”的长效机制

高校还应以评价为杠杆推动改革，用制度固化成果。

第一，创建多维评价指标体系，用技能达标、体质健康、品德发展、进步幅度综合评定，品德发展占总分不低于30%，制定可观察的品德指标，规则遵守、团队合作、意志表现等，有行为锚定描述。

第二，推行过程性与终结性评价相结合，创建学生体育品德成长档案，综合运用课堂轶事记载、赛事行为观察、学生自评与互评、教师评语等多源证据，定时向学生发出反馈，促使学生自我反省并加以改进。

第三，加强教师育德能力建设，定期开展体育课程思政专题研修、示范课、工作坊等活动，提高教师挖掘思政元素、创设育人情境、随机点拨的能力，把育德成效纳入教师教学质量考核、评优体系。

第四，建立协同育人机制，教务处、体育部、学工部、团委等部门联合制定体育育人实施方案，把体育品德表现纳入学生综合素质测评和评奖评优体系，统筹体育竞赛、社团活动、志愿服务中的品德评价和奖励，保证面向全体学生的普适性赛事活动经费和场地，营造浓厚的校园体育文化，让公共体育真正成为落实立德树人根本任务的坚强阵地。

三、结语

综上所述，高校公共体育是面向全体学生、贯穿大学全过程的育人主渠道，立德树人功能的发挥好坏直接影响时代新人培养的质量。摆脱目前的困境，就必须坚决地摆脱单一的体质技能思维，把价值引领和品格塑造当作课程的灵魂。对此，高校应依靠目标重塑、内容融合、方法变革、评价保障四个方面的联动创建一个“享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”的育人环境，以此推动公共体育成为培养全面发展人才的一方沃土。

参考文献

[1] 朱玲. 立德树人视域下高职院校公共体育课程思政建设的实践路径研究 [J]. 当代体育科技, 2025, 15(10): 121-124.

[2] 魏绪伟. 立德树人背景下新疆高校大学公共体育课程思政育人路径研究 [J]. 体育世界, 2024, (11): 46-48.

[3] 冯支波, 黄斐, 聂春丽. "三全育人"视域下职业院校公共体育课程思政创新实践路径 [J]. 广西职业师范学院学报, 2024, 36(04): 95-101.

[4] 赵利红. 立德树人目标下高校公共体育课程思政育人模式建构 [J]. 佳木斯职业学院学报, 2024, 40(10): 160-162.

[5] 张辉, 刘卫东, 张晓春. 新时代地方本科高校公共体育课程体系构建与教育模式创新研究——以菏泽学院为例 [J]. 菏泽学院学报, 2023, 45(05): 133-138.

[6] 焦陈旺, 王杰, 李彤. 高校公共体育课程思政建设的理论内涵、内在逻辑与价值 [J]. 运动精品, 2023, 42(01): 10-11+16.

[7] 刘庆超. 立德树人背景下河南省普通高校公共体育教学软环境评价指标体系构建研究 [D]. 河南大学, 2022.

[8] 张宇航. 课程思政在高校公共体育教学中的实施现状及优化策略研究 [D]. 西北师范大学, 2022.

[9] 李俊. 新时代高校公共体育课程思政探究 [J]. 信阳农林学院学报, 2021, 31(02): 130-133+142.

[10] 孙天尧. 大学公共体育课程落实立德树人根本任务的协同路径研究 [D]. 东北师范大学, 2020.