

中华优秀传统文化融入高校体育课程思政创新 路径研究

何文涛, 王圣鑫, 张劲, 陈旭东, 邓蕾

成都工业学院, 四川 成都 611730

DOI: 10.61369/VDE.2026120005

摘 要 : 中华优秀传统文化是中华优秀传统文化的重要分支, 蕴含着崇德尚礼、自强不息、和合共生的核心精神, 与高校体育课程思政立德树人的根本目标高度契合。基于此, 本文立足高校体育教学实际, 剖析传统体育文化融入课程思政的现实问题, 挖掘其实施价值, 探索科学可行的创新融入路径, 旨在丰富高校体育课程思政育人体系, 推动传统体育文化创造性转化、创新性发展, 助力高校培养德智体美劳全面发展的新时代青年。

关 键 词 : 中华优秀传统文化; 高校体育; 课程思政; 育人路径; 教学创新

Research on the Innovative Path of Integrating Excellent Traditional Chinese Sports Culture into Ideological and Political Education in College Physical Education Courses

He Wentao, Wang Shengxin, Zhang Jin, Chen Xudong, Deng Lei

Chengdu Technological University, Chengdu, Sichuan 611730

Abstract : As an important branch of fine traditional Chinese culture, excellent traditional Chinese sports culture embodies the core spirits of advocating morality and etiquette, constantly striving for self-improvement, and pursuing harmony and coexistence, which is highly consistent with the fundamental goal of fostering virtue through education in the ideological and political education integrated into college physical education courses. On this basis, proceeding from the actual conditions of physical education teaching in colleges and universities, this paper analyzes the practical problems in integrating traditional sports culture into curriculum-based ideological and political education, explores its implementation value, and probes into scientific and feasible innovative integration approaches. It aims to enrich the education system of ideological and political education within college physical education courses, advance the creative transformation and innovative development of traditional sports culture, and help colleges and universities cultivate new-era youth with all-round development in morality, intelligence, physical fitness, aesthetics and labor education.

Keywords : excellent traditional Chinese sports culture; college physical education; ideological and political education in courses; educational path; teaching innovation

引言

课程思政是新时代高校落实立德树人根本任务的核心举措, 体育课程作为高校公共基础课程, 兼具身体锻炼与价值引领的双重育人功能, 是推进全员、全程、全方位育人的重要载体。中华优秀传统文化历经数千年积淀, 形成了以武术、养生、民俗体育为核心的文化体系, 承载着中华民族的精神基因与价值追求, 注重身心合一、德技并重的育人内核, 与课程思政的育人内涵深度契合。因此, 探究中华优秀传统文化融入高校体育课程思政创新路径, 具有重要价值。

一、高校体育课程思政教学中存在的问题

(一) 传统体育文化融入缺失

当前我国高校体育课程内容普遍存在同质化、西化严重的问

题, 多数院校的体育课程以篮球、足球、田径、羽毛球等现代竞技体育项目为主, 传统武术、太极、八段锦、民俗体育等优秀传统体育内容占比极低。部分高校虽开设传统体育相关课程, 但仅停留在简单的动作技能教学, 侧重肢体训练和考试达标, 未深入

挖掘项目背后的文化内涵、精神底蕴与思政元素。

（二）教学方法单一固化

目前大部分高校在体育教学过程中依旧延续着“教师讲解—演示动作—学生模仿”的常规模式，教学方法和过程千篇一律、枯燥无趣；以教师为中心进行技术性灌输为主导的教学活动，学生只能被动地接受训练指导，缺乏自主学习、文化认知及价值观念培养。在这样的传统体育教育环境下，教师没有借助情境教学、文化熏陶或者事例教育等方式来进行思政教育内容的渗透，造成思想道德教育同体育教育出现了断层，无法调动学生的求知欲甚至会引发抵触情绪，严重影响着课程思政教育的效果。

（三）育人氛围薄弱化

校园体育文化氛围是课程思政落地的重要载体，当前多数高校侧重体育赛事、体能测试等竞技性活动，缺乏传统体育文化主题活动，传统体育文化传播氛围淡薄，学生对传统体育文化的认知度、认同感较低。同时，高校体育课程评价体系存在明显片面化问题，考核标准集中于学生的技能掌握程度、体能达标成绩、课堂出勤率等量化指标，忽视对学生体育品德、文化素养、意志品质、团队精神等思政素养的考核。

二、中华优秀传统体育文化融入高校体育课程思政的重要价值

（一）有利于增强学生文化自信

文化自信是新时代青年必备的核心素养。中华优秀传统体育文化是我国文化最鲜活的表现，其蕴含着独特的国民精神及文化厚度，将传统体育文化融入高校体育课堂中能够打破竞技性体育的认知局限，让学习者充分了解武术、太极、传统医学等项目的起源与发展历史以及相关的文化和价值观念，在此过程中能够切身感受中华优秀传统体育文化的博大精深，并深刻体会中华民族自强不息、厚德载物的精神内涵。这样长期的文化浸润有利于大学生树立对本土体育文化的认知与认同感，强化他们的爱国主义情怀，切实增强青年文化自觉和自信心^[1]。

（二）有利于促进学生全面发展

新时代高校育人的核心目标是培养德智体美劳全面发展的复合型人才，传统体育文化区别于现代竞技体育重“竞技”的特点，更注重“身心合一、德体兼修”，契合全面育人的核心要求。从身体层面，八段锦、太极、传统武术等项目动作舒缓、张弛有度，能够有效锻炼学生身体、提升身体素质，改善当代大学生久坐、缺乏运动的亚健康状态；从精神层面，传统体育强调持之以恒、坚韧不拔的意志，尊师重道、谦和有礼的品德，和合共生、团结协作的理念。

（三）有利于弘扬中华优秀传统文化

中华优秀传统体育文化是中华优秀传统文化的重要组成部分，是民族传承发展的鲜活载体，兼具实用性与文化性。高校是文化传承与创新的重要阵地，青年学生是文化传承的核心主体。相较于社会碎片化传播，高校课堂能够深度解读传统体育文化的精神内涵、历史渊源与时代价值，让传统体育文化走出民

俗、走进课堂、融入青年生活^[2]。

三、中华优秀传统体育文化融入高校体育课程思政的创新路径

（一）优化课程思政内容，夯实传统文化育人根基

学校作为课程建设的主体，立足立德树人根本任务，依托中华优秀传统体育文化的精神内核与时代价值，系统性优化高校体育课程思政教学内容。教师应结合不同体育课的教学特点以及学生的接受规律去探索挖掘武术、龙舟、围棋、传统文化养生、民间体育等诸多传统运动项目蕴含的传统美德内涵，将热爱家庭、自强不息精神、尊敬师长、团结协作态度、修生养性理念等优良品质贯穿于体育专业知识的学习和技能训练中。以此构建起“文化+科技+思政三位一体的课程体系”^[3]。教师应该主动梳理和探究传统体育文化产生的渊源、人文价值及当代价值，并将其融入正常的教学当中，在传授武术技法（拳术或器械技术）的同时，强调“仁义礼智信”的武德精神，引导学生明辨是非善恶；同样在讲解传统文化养生课的时候，他们将结合中医学的观点来阐述如何实现身静心安状态，并培养顺应天道的健康生活模式。除此之外，学校还承担着统筹各类校内校外优质资源，编写适应当代大学生传统的体育课程思想政治教材的任务，并在其中加入关于传统体育文化及思想政治教育的实例，调整课程学习进度，让其适应实际的情况，保障传统文化以及思想政治教育工作的有效落实^[4]。

（二）创新教学方法手段，提升思政育人课堂实效

学校要主动推进体育课堂教学模式改革，鼓励教师创新多元化、现代化的教学方法与教学手段，激活传统体育文化的育人活力。通过智慧教育云平台，学校提供线上线下一体化的指导方法，为教师开展新的教育教学模式提供硬件和技术支撑，打破传统体育课时空限制。教师依据学生学情特点和信息化学习特征，摒弃过去灌输式或者训练式的方法，改用情景教学法、案例教学法、小组合作学习法、体验式学习等方法进行授课^[5]。在校园内开展民间体育的教学过程中，教师创设节日化场景，带领学生参与到端午节龙舟竞渡模仿赛、重阳登高、民俗拔河等趣味活动中去，在沉浸式的体验中感受民间体育文化魅力；在理论教学环节中，教师利用短视频、纪录片、VR虚拟场景等现代化技术手段给学生直观地展现传统体育的发展历程及传承现状，并将传统体育的文化内涵直白地呈现给学生；同时根据层递式教育理念为不同体能基础、不同技能水平的学生设置有针对性的传统体育学习任务，在注重技能提升的同时融合思想政治理论教育，让每一位学生都能在体育运动中理解中华优秀传统体育文化精神，进一步提升课程思政的课堂感染力和实效性^[6]。

（三）营造体育文化氛围，构建沉浸式育人环境

学校坚持环境育人、文化育人的理念，全方位打造浸润式传统体育文化育人氛围，将课程思政从课堂延伸至校园全域，实现课内教学与课外熏陶的有机衔接。学校要将中华优秀传统体育文化融入到校园文化建设，在环形跑道、体育馆及教学楼走廊等处

设置古代体育健儿介绍、不同体育项目介绍、武德精神标语等内容,让学生在校园内潜移默化进行传统体育文化知识和思想的学习^[7]。另外,还可常态化举办一些常规户外传统体育文化活动,如定期开展传统体育文化节、武术展演、中医保健知识竞赛、玩龙舟、民间艺术进校园等活动以丰富校园传统体育文化的内涵。老师也会起到引导和组织的作用,鼓励学生参与各类校园传统体育项目,引导学生建立武术、太极、围棋等各种类型的体育社团,在课余时间以社团锻炼、文化交流以及公开展示等形式,让学生能够对传统体育文化的精神内涵有更为深入的认识。学校通过常态化、丰富多彩的校园文化活动,营造人人参与传统体育、人人懂体育的良好氛围,进而形成全方位立体化课程思政育人环境,达到以文育人的效果和目的^[8]。

（四）构建多元评价体系，完善思政育人保障机制

学校打破传统体育课程以体能测试、技能考核为核心的单一评价模式,立足课程思政育人目标,构建过程性、多元化、全方位的体育课程评价体系,为传统体育文化融入课程思政提供制度保障。结合体育思政课特点,学校在体育课考核中引入学生的思想政治素质中的文化素养、道德品质、集体主义意识、学习态度及心理健康状况等内容进行综合考量,在考评过程中注重能力考评和品德考评、终结性考评和形成性考评相结合的原则^[9]。教师应严格遵循学校多级评价体系,细化每天评分细则,对学生的学业成绩进行综合评定,在正常教学中记录学生的行为规范、团结

互助情况、坚持锻炼的态度、对传统体育文化认知程度等方面的过程性考核。并将其纳入最终成绩;期末教师根据学生的技能熟练度以及对传统文化的理解体悟程度及其课下参加体育锻炼的情况进行综合打分。同时实行学院层面的双向评价机制:鼓励学生对教师的传统体育思政教育的内容、方式方法提出意见和建议,可以促进教师进一步优化教育教学手段。多元化评价机制既能促使学生更多地关心传统体育文化修养和思想品质的养成,也能倒逼教师不断提升自身的思想政治教育水平,形成“教一评一改”的良性循环模式,在总体上提升高校体育课中思政教育育人的成效^[10]。

四、结语

综上所述,中华优秀传统体育文化蕴含着丰富的思政育人元素,是新时代高校体育课程思政改革的宝贵资源,对落实立德树人根本任务、培育学生文化自信、促进学生全面发展、传承中华优秀传统文化具有重要现实意义。在课程思政建设中,高校要以传统体育文化为抓手,通过优化课程内容、创新教学方法、营造文化氛围、完善评价体系,全方位推动传统体育文化与体育课程思政深度融合,让传统体育文化在高校落地生根,助力高校培养兼具强健体魄、优良品德、文化底蕴的新时代高素质人才。

参考文献

[1] 黄开来,朱慧.文化自信背景下中华体育精神融入高校体育课程思政理论与实践研究[J].青少年体育,2025,(9)7-12.DOI:10.26944/j.cnki.CN10-1081/G8.2025.09.002.

[2] 范净,罗永春,潘海霞,等.民办高校公共体育课程融入中华优秀传统文化元素的思政教育研究[J].体育世界,2025,(11)81-83.DOI:10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2025.11.014.

[3] 陈思君.中华优秀传统文化融入高校公共体育课程的思政路径研究——基于“文体德”一体化教育模式的构建[J].当代体育科技,2025,15(27)142-145.DOI:10.16655/j.cnki.2095-2813.2025.27.038.

[4] 李增兆.价值、困囿与消解:红色体育文化融入高校体育课程思政建设的三维审视[J].体育世界,2025,(8)121-123.DOI:10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2025.08.034.

[5] 连洪振.红色体育文化视域下高校体育艺术课程思政建设路径研究[J].浙江工艺美术,2025,(15)190-192.

[6] 武丽媛,高俊.红色文化融入高校体育课程思政教育探究[J].哈尔滨职业技术学院学报,2025,(4)52-54.DOI:10.16145/j.cnki.cn23-1531/z.2025.04.027.

[7] 佟海亮.民族传统体育文化在高校体育课程中的实践与探索[J].冰雪体育创新研究,2025,6(14)38-40.DOI:10.20155/j.cnki.issn2096-8485.2025.14.013.

[8] 董冠廷,常任琪,张恩利,等.红色体育文化融入高校体育法学课程思政建设的价值意蕴、现实审视与实践向度[J].西安文理学院学报(社会科学版),2025,28(4)17-22.

[9] 鲍翔云,朴成恩.传统武术文化基因在高校体育课程中的传承机制研究[J].体育风尚,2025,(20)131-133.

[10] 罗鹏.湖湘文化融入高校体育课程思政的实践探析——以湖南信息学院大学体育俱乐部制改革为例[J].冰雪体育创新研究.2025.20.0005.