

新建本科院校体育与健康课程困境及优化路径

李铁, 蒋辉, 张宗国

惠州学院, 广东惠州, 中国

【摘要】在健康中国和教育强国战略的时代背景下, 新建本科院校的体育与健康课程肩负提升学生体质和思政素养的双重使命。然而, 这类院校的体育课程存在课程思政融合不足、教学模式与资源存在短板、评价体系失衡等现实困境, 严重制约育人成效。本研究运用文献分析与案例研究法, 深入剖析这些问题, 并提出构建“体育+思政”课程体系、创新教学模式、整合资源与改革评价体系等优化路径。通过武汉工程科技学院“四大平台”协同育人模式、浙江大学体育必修课改革实践等典型案例, 验证了优化策略的可行性。研究表明, 新建本科院校体育教育改革需紧跟时代步伐, 积极引入新技术和新理念, 以促进学生全面发展。同时, 教育部门和院校应协同合作, 共同解决现存问题, 推动新建本科院校体育教育高质量发展。

【关键词】课程思政; 课程体系; 教学模式; 评价机制; 优化路径

【基金项目】惠州学院新进教授、博士科研启动项目: 课程思政视域下惠州学院《红色路线户外徒步》课程标准研究(项目编号: 2021JB008); 惠州学院高等教育教学改革项目: 数字赋能公共体育教学改革实践研究(项目编号: 2024069)

1. 引言

在健康中国和教育强国战略深度融合的时代背景下, 高校体育课程的重要性愈发凸显。自《健康中国 2030 规划纲要》发布以来, 全民健康意识不断提升, 体育教育作为实现健康目标的关键一环, 其地位举足轻重。纲要明确提出要“加强学校体育工作, 强化体育课和课外锻炼, 以体育人, 促进学生身心健康、体魄强健”。而最新出台的《教育强国建设规划纲要(2024-2035年)》更是将体育教育摆在突出位置, 着重强调深入实施素质教育, 健全德智体美劳全面培养体系, 加快补齐体育短板, 落实健康第一教育理念, 实施学生体质强健计划, 力求全方位提升学生的身体素质与综合素养[1]。这一系列政策的出台, 赋予了高校体育课程“健体铸魂”的核心职能, 要求其不仅要提升学生的运动技能与身体素质, 更要肩负起立德树人、培育时代新人的重任。

新建本科院校作为我国高等教育体系的重要组成部分, 承担着为社会培养应用型人才的主力军角色。在新时代教育要求下, 其体育课程改革迫在眉睫。长期以来, 新建本科院校体育课程多陷入“重技能轻育人”的传统模式, 过度聚焦于运动技能的传授, 而忽视了学生的品德塑造、意志培养以及全面发展。这种传统模式已难以适应新时代对人才培养的需求, 亟需寻求突破与创新。

从现实数据来看, 新建本科院校学校体育的问题十分严峻。据教育部 2022 年发布的数据显示, 近五年新建本科院校学生体质测试合格率仅为 76.3%, 与全国本科院校平均水平 82.5% 相比, 存在明显差距[2]。这一数据直观地反映出新建本科院校体育课程改革滞后, 在提升学生身体素质方面成效不佳。学生体质的不理想, 不仅影响其个人的学习与生活, 更关乎国家未来的发展。同时, 在育人方面, 由于课程思政融合不足等问题, 学生在体育学习过程中, 未能充分汲取体育精神内涵, 在团队协作、拼搏进取、社会责任感等方面的培养有所欠缺。

在此背景下, 如何将“立德树人”根本任务深度融入体育教学, 成为新建本科院校破解当前体育教育现实困境的关键命题。这不仅是提升学生体质健康水平的需要, 更是培养具有高尚品德、坚韧意志、创新精神和责任感的高素质应用型人才的必然要求。探索新建本科院校体育课程的改革路径, 构建符合新时代需求的体育教育体系, 已成为当下教育领域亟待解决的重要课题。

2 大学体育与健康课程的基本逻辑

2.1 大学体育的根本任务

“立德树人”作为教育的根本任务, 强调通过德智体美劳五育并举实现人的全面发展[3]。在这一框架下, 体育课程不仅是增强体质的手段, 更是塑造学生价值观、品格

和社会适应能力的重要载体。

从历史维度看,体育的育人功能早有体现。蔡元培曾提出“完全人格,首在体育”,认为体育在人格完善中具有基础性地位。马克思主义关于人的全面发展理论进一步指出,人的发展应包含身体与精神的统一,而体育通过身体实践促进个体社会属性的形成,如团队协作、规则意识和抗压能力等。贺龙元帅提出的“体育为革命服务”思想,则将体育与国家命运结合,强调体育在培养集体主义精神和家国情怀中的作用。

现代教育理论中,体育的隐性育人功能日益凸显。例如,在篮球教学中,战术配合不仅是技能训练,更是集体主义教育的实践;长跑项目通过耐力挑战强化意志品质,而武术课程则传递中华优秀传统文化中的“尚武精神”与道德规范。研究表明,体育课程中的挫折教育能显著提升学生的心理韧性,减少焦虑和抑郁倾向。

此外,体育与德育的融合具有独特的场域优势。相较于理论课堂,体育活动的开放性、互动性和实践性更利于“知行合一”。例如,学生在足球比赛中需即时处理冲突、遵守规则,这种情境化学习比单纯说教更易内化为道德行为。

2.2 实践依据

国家政策层面,体育课程的育人定位在多个文件中得到强化。《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》(2020年)明确提出“挖掘体育课程思政元素,创新协同育人模式”,要求将爱国主义、团队精神等融入教学全过程[4]。《健康中国2030规划纲要》进一步强调“体教融合”,推动高校构建“健康知识+运动技能+思政教育”三位一体的课程体系。

地方与院校实践案例中,政策落地成效显著。例如:

山东省高校体育综合改革试点:青岛科技大学构建“课堂教学+自主锻炼+校园联赛”三平台模式,通过“红色打卡点”将思政答题与跑步结合,学生跑步次数与思政课成绩挂钩,体测优良率提升22%。

武汉工程科技学院:推行“四大平台”改革(课程改革、自主锻炼、文体活动、校园联赛),将体育成绩与评奖评优、毕业挂钩,两年内学生体质合格率从71%升至89%。

山西大同大学:实施“四年一贯制”体育教学改革,通过“第二课堂”拓展52个

运动项目,学生参与率提高40%,并融入价值观教育。

国际经验亦提供参考。例如,美国高校通过NCAA联赛强化学生荣誉感与责任感,日本将“武士道精神”融入校园体育,均体现体育与价值观教育的深度融合。

3 现实困境分析

3.1 课程思政融合不足

在当前新建本科院校的体育教育领域,课程思政的融合情况不容乐观。根据调研显示,高达73%的新建本科院校体育教师从未接受过系统的课程思政培训。这一现状直接导致在实际教学过程中,多数体育教师在融入思政元素时显得力不从心,往往只能采用简单的“口号式灌输”方式,无法真正将思政元素与体育课程的核心——运动技能教学有机融合[5]。

篮球课程为例,在许多新建本科院校的篮球教学中,教师往往将教学重点单纯地聚焦在战术训练上,忽略了篮球运动所蕴含的丰富思政教育资源。篮球作为一项团队运动,其中的团队协作环节本可以成为培养学生集体主义精神的良好契机。教师完全可以通过引入一些经典的团队协作案例,比如在国际篮球赛事中,某支球队在比分落后的情况下,凭借队员之间紧密的配合、相互信任以及顽强拼搏的精神实现逆转取胜[6]。通过这样的案例引导学生思考团队协作的重要性,理解集体主义精神的内涵。然而,由于课程思政融合不足,这些宝贵的教育资源未得到充分挖掘和利用,学生在学习篮球技能的过程中,未能同时在思想层面得到应有的提升[7]。

3.2 教学模式与资源短板

在新建本科院校的体育教学体系中,教学模式与教学资源存在明显的短板。据研究发现,在某新建本科院校的体育选修课设置方面,传统体育项目如篮球、田径等占据了高达85%的比例。这些传统项目虽然具有一定的教学基础和受众群体,但随着时代的发展,学生对体育课程的多样性需求日益增长。攀岩、飞盘等新兴体育项目因其独特的魅力和趣味性,受到了众多学生的喜爱。然而,由于师资力量的匮乏以及场地设施的限制,这些新兴项目在该校难以正常开设。在师资方面,缺乏专业的攀岩、飞盘教练,现有的体育教师大多是传统体育项目出身,对新兴项目的教学方法和技能掌握不足。场地方面,

学校没有专门的攀岩场地，飞盘运动所需的开阔、平整场地也无法得到充分保障。这种教学资源的局限性，极大地限制了学生对体育课程的选择，无法满足学生多元化的体育学习需求。

在课外活动方面，该校的体育教学也暴露出“课内外脱节”的问题。仅有12%的学生参与体育社团，这一数据反映出课堂教学与课外活动之间缺乏有效的衔接机制。课堂教学未能有效地引导学生参与到课外活动中，课外活动也未能很好地对课堂所学知识和技能进行巩固和拓展。这种脱节不仅影响了学生对体育学习的积极性和持续性，也不利于学生综合素质的全面提升。

3.3 评价体系失衡

新建本科院校现行的体育课程评价体系存在失衡问题，过于侧重体测成绩和考勤，而对学生在体育精神、社会责任感等重要维度的考核严重不足。在当前的评价模式中，体测成绩通常占总成绩的60%，考勤占30%，这种评价比重使得学生和教师都将主要精力放在了提高体测成绩和保证考勤上。一名受访学生曾表示：“只要跑步及格，是否积极参与志愿服务不会影响体育分数。”这一现象反映出评价体系的导向偏差。

体育教育的目标不仅仅是提高学生的身体素质，更要培养学生的体育精神，如坚韧不拔、勇于拼搏、团结协作等，以及增强学生的社会责任感。积极参与体育相关的志愿服务活动，如社区体育推广、体育赛事志愿者服务等，不仅可以锻炼学生的实践能力，还能培养他们的社会责任感和奉献精神。然而，由于现行评价体系的失衡，这些重要的素养培养未能得到应有的重视，导致学生在学习过程中对这些方面的关注度不够，不利于学生的全面发展。在未来的体育教学改革中，需要重新审视和构建科学合理的评价体系，增加对体育精神、社会责任感等维度的考核，使评价体系能够更全面、准确地反映学生在体育学习过程中的综合表现。

4. 优化路径与实践策略

在新时代教育背景下，为提升新建本科院校体育教育质量，促进学生全面发展，探索有效的优化路径与实践策略至关重要。以下从构建“体育+思政”课程体系、创新教学模式以及资源整合与评价改革三个方面展开详细阐述。

4.1 构建“体育+思政”课程体系

在体育教育中融入思政元素，构建“体育+思政”课程体系是实现立德树人目标的重要举措。长沙师范学院在这方面积累了宝贵经验，值得各新建本科院校借鉴。该校通过深入挖掘红色文化资源，并巧妙地将其融入到教学设计中，为体育课程注入了丰富的思政内涵。以田径课程为例，学校创新性地引入“长征精神”主题教学。在教学过程中，教师精心设计了定向越野任务，模拟红军长征途中的艰难险阻，要求学生以小组为单位完成。学生们在完成的过程中，不仅锻炼了身体素质和运动技能，更深刻地体会到长征途中红军战士们坚韧不拔、勇往直前的精神。任务完成后，学生还需撰写反思报告，分享自己在任务过程中的感受与收获，进一步深化对“长征精神”的理解和感悟。这种教学方式使思政教育不再是抽象的理论灌输，而是通过具体的体育活动具象化，让学生在实践中接受思政教育，实现了体育技能培养与思政教育的有机结合[8]。

4.2 创新教学模式

传统的体育教学模式已难以满足学生日益增长的学习需求，创新教学模式成为提升体育教学质量的关键。“翻转课堂+情境模拟”模式是一种有效的教学创新尝试。在羽毛球教学中应用这一模式时，教师先为学生提供精心制作的教学视频，学生在课前通过观看视频自主学习羽毛球的技术动作，包括发球、接球、击球等基本技巧。这种翻转课堂的形式，让学生能够根据自己的学习节奏进行学习，提高了学习的自主性和积极性。课堂上，教师组织学生分组模拟“奥运赛场”情境进行比赛。在比赛过程中，教师不仅关注学生的技术动作规范，还结合比赛中出现的裁判判罚案例，适时地讲解公平竞争精神。例如，当出现发球违例、击球出界等情况时，教师引导学生理解裁判判罚的依据，让学生明白在体育比赛中遵守规则、尊重裁判、公平竞争的重要性。这种情境模拟教学，使学生仿佛置身于真实的奥运赛场，增强了学生的学习体验感和代入感，同时也培养了学生的体育精神和道德素养。

4.3 资源整合与评价改革

体育教育的发展离不开教学资源的支持和科学合理的评价体系。资源整合与评价改革是推动新建本科院校体育教育发展的重要环节。

4.3.1 整合教学资源优化设施

浙江某院校与地方政府合作共建“夜间开放泳池”的成功案例值得推广。由于高校和社区在体育场馆使用上存在互补性,该校积极与地方政府沟通协作,达成共建共享协议。通过合理规划开放时间,在满足学校教学需求的同时,利用夜间时段向社区居民开放泳池。这一举措不仅提高了场馆的利用率,相较于以往,场馆利用率提升了40%,还促进了学校与社区的互动交流,实现了教育资源的社会共享,为学校体育教育创造了更有利的外部环境。

4.3.2 改革评价方式

引入“体育素养档案”是一种具有前瞻性的举措。传统的体育课程评价过于侧重体测成绩和考勤,难以全面衡量学生的体育素养。“体育素养档案”则注重对学生体育学习过程的全面记录,除了体测成绩外,还详细记录学生的参赛记录、志愿服务时长、体育技能进步情况以及在体育活动中的团队协作表现等[9]。并且,“体育素养档案”的综合评分在学生体育课程总评分中的占比提升至30%,这使得评价体系更加多元化、动态化。通过这种评价方式,能够更全面、客观地反映学生的体育素养发展情况,激励学生积极参与各类体育活动,培养综合体育素养[10]。

5. 典型案例分析

5.1 武汉工程科技学院“四大平台”协同育人模式

武汉工程科技学院以构建“课程改革+自主锻炼+文体活动+校园联赛”四位一体的体育教育体系为核心,实施体育教育综合改革。该模式将体育课程成绩与学生奖学金评定机制深度挂钩,形成了完善的激励机制。通过构建系统化的课程体系、搭建自主锻炼平台、组织多样化的文体活动以及举办校园体育联赛,实现了体育教育多维度协同发展。根据该校教育质量监测数据显示,在实施该模式两年后,学生体质健康合格率从71%显著提升至89%,体育类社团参与率增长达3倍,充分体现了该模式在激发学生体育锻炼积极性、提升学生体质健康水平方面的显著成效。

5.2 浙江大学体育必修课改革实践

浙江大学在体育教育改革进程中,创新性地于毕业年级增设体育必修课,并采用“APP跑步打卡+体测达标”的双轨制考核模式。该模式依托现代信息技术,通过运动

APP实时记录学生日常跑步数据,结合传统体测达标要求,构建起动态监测与静态考核相结合的评价体系。同时,学校将体育课程完成情况与学生毕业资格紧密关联,明确规定未完成体育必修课程要求的学生将延迟毕业。改革实施后,基于学生运动行为监测数据统计,学生日均运动时长从25分钟提升至48分钟,有效促进了学生运动习惯的养成和运动时间的增加,为高校体育教育改革提供了可借鉴的实践经验。

6. 结论与建议

6.1 结论

新建本科院校体育教育存在关键短板,课程思政融合不足、教学模式与资源有缺陷、评价体系失衡,严重影响育人成效。课程思政方面,多数教师未接受系统培训,教学多为“口号式灌输”,像篮球课仅重战术训练,忽视集体主义精神培养。教学模式与资源上,传统项目占比高,新兴项目因师资和场地受限难以开展,课内外脱节,仅12%的学生参与体育社团。评价体系过度依赖体测成绩和考勤,缺乏对体育精神、社会责任感等的考核。

构建“体育+思政”课程体系、创新教学模式、整合资源与改革评价是优化新建本科院校体育教育的重要方向。借鉴长沙师范学院经验,融入红色体育资源,能使思政教育具象化;推广“翻转课堂+情境模拟”模式,可提升学生学习体验和体育精神培养;整合资源,如校社共建场馆,能提高利用率,引入“体育素养档案”可完善评价体系。

新时代新建本科院校体育教育需紧跟时代步伐,积极引入新技术和新理念。目前已探索利用AI技术辅助个性化教学,如通过智能手环监测运动数据并推送思政学习内容,未来应持续探索,以满足学生不断变化的学习需求,促进学生全面发展。

6.2 建议

针对新建本科院校体育教育中存在的课程思政融合不足问题,教育部门应发挥引导作用。设立专项基金,支持院校开展体育教师课程思政培训,提升教师思政教学能力。同时,鼓励院校与地方红色文化机构合作,挖掘本地红色体育资源,开发校本化体育思政案例库。例如,组织教师实地调研,将本地革命时期的体育故事融入体育课程,使思政教育更具地方特色和吸引力。

为解决教学模式与资源短板问题,一方

面，教育部门的专项基金可用于支持新建本科院校体育设施建设，尤其是新兴体育项目所需场地和器材的配备，同时鼓励院校与专业体育机构合作，引进新兴项目师资。另一方面，院校自身应加强教学模式创新，结合“互联网+”技术，打造线上线下融合的教学模式。如利用线上平台发布教学视频，学生线下实践，教师线上指导，提高教学效果。

鉴于评价体系失衡问题，院校应在教育部门指导下，完善“体育素养档案”评价机制。明确档案中各项指标的权重和评价标准，确保评价客观公正。同时，鼓励学生积极参与体育实践活动，通过举办体育赛事、社区体育服务等，为学生提供更多展示体育素养的平台。此外，还可利用信息化手段，如开发体育素养评价 APP，方便记录和管理学生的体育素养数据。

参考文献

- [1]李志民.教育数字化赋能建设学习型社会的新赛道新优势——《教育强国建设规划纲要（2024—2035年）》第七部分解读[J].中国教育信息化, 2025, 31（02）: 3-12.
- [2]教育部.《国家学生体质健康标准》年度报告.北京:人民教育出版社, 2022.
- [3]刘会平,谢旭东.课程思政视域下大学生体育与健康核心素养提升的价值探索与实践创新[J].南京体育学院学报, 2021, 20

- （06）: 1-4.DOI: 10.15877/j.cnki.nsin.2021.06.001.
- [4]马俊龙,付雯,廖雨.中小学体育课程思政建设的价值逻辑和实施途径[J].教育评论, 2021,（05）: 136-139.
- [5]赵富学,黄桂昇,李程示英,等.“立德树人”视域下体育课程思政建设的学理阐释及践行诉求[J].体育学研究, 2020, 34（05）: 48-54.DOI: 10.15877/j.cnki.nsic.20201009.001.
- [6]李超.立德树人背景下高校篮球课程思政建设路径研究[J].当代体育科技, 2024, 14（33）: 146-148.DOI: 10.16655/j.cnki.2095-2813.2024.33.040.
- [7]周惠新,于婷,欧玉珠.地方本科院校大学体育课程思政现状审视与策略研究[J].武术研究, 2025, 10（02）: 137-139.DOI: 10.13293/j.cnki.wskx.010962.
- [8]魏源,程传银.红色资源融入高校体育课程思政的价值定位、目标指向与实践路径[J].体育文化导刊, 2022,（08）: 14-20.
- [9]孙志强.基于泰勒模式的大学体育课程评价体系研究[J].当代体育科技, 2024, 14（26）: 56-59.DOI: 10.16655/j.cnki.2095-2813.2024.26.016.
- [10]王勇.高校大学体育课程“学练赛”一体化教学模式创新研究[J].长春师范大学学报, 2023, 42（10）: 170-173.