

中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设

江昊杭

西藏民族大学体育学院, 陕西咸阳, 中国

【摘要】中华民族共同体意识融入体育课程思政建设是增强大学生凝聚力、促进形成团结意识的重要途径。具身性理论强调认知过程与身体的紧密联系,认为身体的物理状态、动作和环境交互对认知的形成和发展具有重要作用,中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设在实现培育具有多维生命张力的完整人格的教育目标中具有独特优势。在具体实践过程中,应以培养国家认同、增进民族团结、感召精神力量为内容组构,坚守认知导向、实践塑造、感召激发等基本要求,以学生发展为中心、以游戏与竞赛为主要方式,重构新目标,优化融入方式,打造高校体育课程思政建设新样态,构筑起中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设的完整体系。

【关键词】中华民族共同体意识; 体育课程思政; 中华体育精神; 体育教学; 具身理论

【基金项目】国家社科基金高校思政课研究专项一般项目(编号:24VSZ175)

1.引言

实现中华民族伟大复兴要以中华民族共同体意识为主线做好各项工作[1]。体育精神和体育文化是中华文化的重要组成部分,其本身有一种凝聚人心的内驱力。体育具有振奋民族精神、增强民族凝聚力的独特作用,中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设是发挥体育课程思政为国育才功能的应有之义[2]。中华民族共同体意识有着丰富的内涵,其对体育课程的影响也是多方面的。加强体育促进铸牢中华民族共同体意识的理论探讨,对于推动以中华体育精神构筑中华民族共有精神家园的实践进程具有重要意义[3]。

中华体育精神在铸牢中华民族共同体意识中不仅具有政治、经济、文化和社会功能,还能够促进民族传统体育的发展,增强民族共同体意识,其融入体育课程思政是实现立德树人根本任务的有效途径[4]。具身性理论强调认知过程与身体的紧密联系,认为身体的物理状态、动作和环境交互对认知的形成和发展具有重要作用。体育课程是学生人人参与的实践课程,学生在参与体育运动的时候身体易产生多巴胺,进而产生愉悦感,缓解来自学习、生活等方面的压力。在具身理论看来,身体是认知的基础,认知的发展与身体的装填密切相关[5]。在体育课程建设中,一些高校已经开始尝试将民族体育项目纳入体育课程,例如,抛绣球、高脚马、珍珠球等传统体育项目已经作为公共体育课程教学内容走进了一些高校的课堂[6]。这些实践探索不仅丰富了体育课程建设

理论和实践的内容,还促进了各民族学生之间的交流与融合。总体来说,中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设意义重大,已有学术成果为后续研究奠定了很好的基础,但仍存在需要进一步挖掘的广阔空间,如思政元素挖掘不足,实践探索过程中侧重于外在形式的学习而忽视民族传统体育对学生心灵和头脑的涵养,导致蕴含的“坚韧、顽强、爱国”等思政元素尚未被充分挖掘并应用于课程实践中。部分体育教师在育德意识与能力上尚有欠缺,在教学方式方法的选择、教学内容的筛选上创新不足,对教育时机的把握不够精准,导致教学内容与思政资源融合不恰当[7,8]。因此,探讨中华民族共同体意识在融入体育课程思政建设中的内容组构和基本要求,分析其实践路径,对拓展高校中华民族共同体意识教育的重要通路、实现立德树人的育才目标意义重大。

2.中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设的内容组构

“中华民族凝聚力进一步增强”已被列为“十四五”时期经济社会发展主要目标。2019年,《关于全面深入持久开展民族团结进步创建工作中华民族共同体意识的意见》(以下简称《意见》)指出,“中华民族共同体意识是国家统一之基、民族团结之本、精神力量之魂”[9],要加强中华民族共同体教育,形成中华民族伟大复兴的磅礴力量。纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行。高校作为人才培养的主力军,必须对铸牢中华民族共同体意识进

行深入实践,夯实全大学同心同德、团结奋斗的思想根基,为促进中国式现代化凝聚强大精神合力。

《高等学校课程思政建设指导纲要》(以下简称《纲要》)对体育课程思政建设作了明确安排,提出体育类课程要注重爱国主义教育和传统文化教育[10]。作为高校课程思政体系的重要组成部分,在体育课程思政建设中融入中华民族共同体意识是对民族理论和政策“三进”(进学校、进课堂、进头脑)工作的落实,应重点选取以下3个方面的内容。

一是培养国家认同。国家认同是一个国家的公民对自己所属国家以及对这个国家构成要素的国家主权、政治制度等的评价和情感,是中华民族共同体意识的主旋律[11]。体育“对国家团结起到的作用,超过任何政治家的努力”[12]。历史上很多事例显示出体育独特的魅力能够唤起人们的意识,促进国家认同。如1959年容国团在第25届多特蒙德世乒赛夺得男单冠军,成为中国体育史上第一位世界冠军,这种敢为人先、锐意进取的开拓精神值得我们学习。蔡振华1980年代作为国乒主力,多次助力中国队夺冠,后来放弃意大利高薪回国执教,重整处于低谷的中国男乒,彰显临危受命的担当与智慧。1984年洛杉矶奥运会,许海峰夺得中国奥运史上首枚金牌,打破了中国在奥运会金牌榜上“零的纪录”,极大振奋了民族精神。因此,针对高校体育课程思政的特点,应精选体育领域中华民族共同体意识中能够培养国家认同的内容,对其背景、案例、事件、意义等进行阐释与课程化设计,将体育课程中国家认同的思政元素融入教学中,使学生在体育学习中感受运动员等对国家认同的塑造。

二是增进民族团结。在高校体育课程思政建设中融入中华民族共同体意识,是培养大学生民族团结意识的重要途径[13]。大学生对中华优秀传统文化和文明的认同对精神力量的产生奠定了共同基础,这是铸牢中华民族共同体中最稳定的因子,体现出中华民族独特的文化标记[14]。《意见》强调要“推动中华优秀传统文化融入国民教育……构建课堂教学、社会实践、主题教育多位一体的教育平台”。民族团结是中华民族共同体意识的基本旨归,我们“要像爱护自己的眼睛一样爱护民族团结,像珍视自己的生命一样珍视民族团结”[15]。

中华民族悠久的历史和丰富的文化内

涵,决定了高校体育课程思政建设中能够呈现增进民族团结的课程内容非常丰富,例如不同民族的传统体育项目、参与者团结一心才能取胜的现代集体体育项目。开展民族传统体育能够加深大学生对不同民族体育文化的理解,而现代集体体育项目则能够使大学生深刻理解团结的重要性和体会不团结造成失败的教训。中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设,要使大学生在参与民族传统体育或集体体育项目中了解民族体育文化,感受民族传统体育魅力,努力将珍视民族团结内化为中华民族共同体意识的自觉行动。

三是感召精神力量。体育是影响人类行为方式的积极因素之一,自1949年以来,我国涌现出了“乒乓精神”(国球荣耀,创新不息)、跳水精神(追求完美,毫厘之争)、“登山精神”(征服巅峰,为国争光)等具有代表性的体育精神,更有以“铁血团结”的集体主义为内核的“女排精神”,孕育了拼搏、进取、刻苦为代表的跳水“梦之队”,这些精神共同构成中华体育精神。中华体育精神是中华民族在体育实践中的产物,其内涵极其丰富,包含了“为国争光”的爱国主义精神、“无私奉献”的忘我精神、“科学求实”的探索精神、“遵纪守法”的公平竞争精神、“团结协作”的集体主义精神、“顽强拼搏”的自我超越精神[16],这些精神激励着一代代中国人昂扬向上,是中华民族共同体意识的精神力量之一。

体育课程思政肩负着弘扬和传承中华体育精神的重任,体育课程思政建设需要强化中华民族共同体意识的融入,注入能够感召精神力量的内容,鼓舞大学生奋力拼搏,勇往直前。对此要深入剖析中华体育精神力量,挖掘其中丰富的思政元素,提升大学生对中华民族的荣誉感,同时要培育大学生体育品德素养,养成顽强拼搏、自强不息、奋斗有我的意志品质。

3. 中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设的基本要求

3.1 强化融入的课程思政建设目标

科学的认知可以指导实践更加高效地开展,更加具有针对性。中华民族共同体意识融入高校体育课程思政,首要的让学生明确铸牢中华民族共同体意识的意义[17]。体育中富含中华民族共同体意识的元素能否以及如何融入课程,是高校体育教育工作者应该积极思考的问题。《意见》《纲要》等文件都明确提出要把中华民族共同体意识融入国民教育,让民族理论和政策进学校、进课堂、进头脑。作为

国家的建设者和接班人,大学生的中华民族共同体意识关乎国家的稳定与繁荣。体育课程作为大学课程的重要组成,是形成铸牢中华民族共同体意识的重要环节,对中华民族共同体意识整体效果不可或缺。

3.2 优化融入的课程思政建设方式

中华民族共同体意识融入体育课程思政的内容丰富,既有培养国家认同的内容,如奥运健儿在赛场站上最高领奖台;也有增进民族团结、感召精神力量的内容,如全国少数民族运动会。这些中华民族共同体意识的内容融入高校体育课程思政,需要通过实践塑造才能够产生良好效果。随着信息技术的发展,仅依靠传统的教授运动技能的融入方式不符合时代的要求,必须予以优化。慕课、微课、翻转课堂等为中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设提供了新形式,一些思政课程采用VR手段、虚拟仿真平台也为中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设达到更好效果具有借鉴价值。但由于各高校的软硬件条件不一样,在融入的方式上不可生搬硬套,要紧扣体育课程是发展学生运动技能的特点,优化体育课程思政建设的方式,尽可能地采取在学生运动技能获取过程的同时发展中华民族共同体意识的方式。

3.3 丰富融入的课程思政建设手段

从中华民族共同体意识的内涵来看,无论是国家认同、民族团结还是精神力量,他们都属于隐性知识,要产生好的学习效果需要将其外化。教师要不断优化教育教学手段,通过讲解、类比、辅导等方式,将隐性知识转化为学生容易理解和接受的内容,帮助学生更好地理解。以中国体育代表团参加2021年东京奥运会为例,倘若只是告诉学生中国派出了777人的代表团取得了38枚奥运金牌,学生对于中华体育精神的感悟可能只是觉得运动员为国争了光。但如果教师通过提问并讲解“中国为什么派出了777人的代表队”,明确“777”是为了纪念“1937年7月7日的卢沟桥事变”,告诉世人中华民族经历了抗日战争后站起来、富起来、强起来的历史轨迹,就能激发学生更好地理解中华体育精神对中华民族共同体意识的价值,更好地理解中华体育精神在东京奥运会上的深刻意义。体育课程主要是以运动技能教学为主,有很多关于中华民族共同体意识的元素不能完全适应体育课程需要,尤其是学生对一些历史背景、史料等比较陌生,这时就需要通过理论教学并借助图片、视频等

辅助形式展开效果才会更好。

3.4 把握融入的课程思政建设契机

自教育部要求高校开展课程思政以来,各门课程都展开了积极探索。围绕“使各类课程与思想政治理论课同向同行,形成协同效应”[18]的课程思政建设目标,有些高校成立体育课程思政研究中心,有些高校设立体育课程研究专项课题,其目的都是从不同方面探讨并确保体育课程思政建设取得成效。在这种形势下,学校要思考在中华民族共同体意识熔铸方面存在着哪些不足?体育领域中中华民族共同体意识元素是否得到有效开发?中华民族共同体意识仅依靠体育课程的渠道进行传递和培育显然不够,还需要与不同课程形成合力,弥补体育课程思政在融入中华民族共同体意识教育时留置的空余问题,拓宽体育课程思政中华民族共同体意识教育的途径。为此,学校需要构建保障体育课程思政与思政课程、专业课程同向同行,建立起多维度、多层次的铸牢中华民族共同体意识的协同体系[19]。

4. 中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设的实践路径

4.1 以学生发展为导向,明晰融入的课程思政建设目标

要让学生专业技能与思想意识同步提高,体育课程思政建设首先要有明确的教学目标。中华民族共同体意识融入体育课程思政建设要以学生发展为导向,培养学生的国家认同、增进民族团结、感召精神力量。目标确定要围绕中华民族共同体意识的内涵展开,充分考虑不同区域、不同类型、不同层次高校独特的学情和学生身心发展水平。教师对学生进行集体运动项目教学时,要把引导学生建立起团结才能取胜的意识放在首位,通过启发、延伸、拓展,使学生在有正确认知的前提下学习,进而取得事半功倍的效果。

目标叙写是对体育课程思政在教学目标上用文字进行叙述,在教学过程中体育课程教学目标一般遵照“知识与技能”“过程与方法”“情感态度与价值观”的三维目标叙写。以篮球运动教学为例,在教学中可以将“情感与态度价值观目标”确定为3个方面:通过篮球运动的合作练习,培养学生团结互助的意识;理解国际比赛中国国家队的团结获胜代表着中华民族团结;启迪学生珍视民族团结,培养学生中华民族共同体意识。

4.2 以游戏和竞赛为主要方式,打造融入的新样态

中华民族共同体意识是培养学生国家认同、增进学生民族团结的必要条件,是维护国家统一的思想根基。青少年阶段是人生的“拔节孕穗期”,这一时期最需要精心引导和栽培[20]。体育课程思政对学生中华民族共同体意识的培育,要紧扣体育课程是发展学生运动技能的特点,建设学生喜闻乐见的教学样态,学生运动技能获取同步发展中华民族共同体意识。

一方面,可以采用游戏的方式开展。游戏具有趣味性强、易开展、效果好等特点,是体育课程中深受学生欢迎的方法。各民族在发展的过程中孕育了很多具有民族特色的体育游戏,如藏族的押加(大象拔河)、维吾尔族的达瓦孜(高空走绳)、壮族的抢花炮、满族的珍珠球、侗族的高脚马、傈僳族的刀杆节等。民族游戏的开展可以使学生掌握不同民族体育游戏技能,增进民族情感。可以中华民族共同体意识为主题开展一些拓展类游戏,学生在共同参与中合作完成,增强合作意识,潜移默化地增进民族团结。

另一方面,可以采用竞赛的方式开展。体育竞赛可以增加队员之间的信任,激烈的体育竞赛能够促进队员顽强拼搏、百折不挠的品质,增进民族团结。全国少数民族传统体育运动会汇聚各民族同台竞技,促进了不同民族交往交流。高校体育课程思政建设融入中华民族共同体意识,也可在课堂教学中经常开展不同民族的体育竞赛。还可以开展现代集体项目,发展学生的团结与合作品质,启迪学生更加珍惜各民族和谐共处的幸福生活。

在高校体育课程教学中,可以游戏和竞赛的方式常态化地开展民族游戏、民族竞赛,这些拓展游戏或集体竞赛使体育课程思政建设呈现中华民族共同体意识融入的新样态。但在这一过程中要注意结合学校教学的场地、器材、学生身心发展水平等适时适度变通,使学生领略游戏和竞赛对培育中华民族共同体意识的真谛而非仅仅对输赢结果的计较。

4.3 以理论深华为手段,外化融入的课程思政建设内容

作为隐性知识,中华民族共同体意识在教学中要手段多样化才利于更好地为学生领悟,视频、图片等都是很好的外化形式[21]。高校体育课程思政融入中华民族共同体意识,不仅需要游戏、竞赛等展现体育课程特点的方式,也需要借助理论教学手段,将隐性知识外化为体育课程思政的内容。体育领域诸多中华

民族共同体意识的元素有着特定的历史背景,难以完全用体育技能的形式展现,教学中如果教师只是对单一事件就事论事进行讲解,难以激发起学生捍卫祖国尊严的民族情感。以1932年刘长春孤身一人参加洛杉矶奥运会为例,教学中教师如果将其以理论教学形式展开,通过图片、视频介绍当时日军占领我国东北三省的状况,向学生呈现刘长春以“伪满洲国”之名代表我国参赛的背景,再结合其赴会的艰难参赛实情,会让学生产生历史代入感,油然而生捍卫民族尊严的情感。诸多中华体育精神的元素本身具有很强的感染性,但课堂中教师很难用语言使学生产生共鸣,可以通过虚拟现实的教学手段,将运动员展现中华体育精神的真实镜头、幕后故事、对手压力等全面展现,才能引导学生能感悟体育精神的力量,培养其顽强拼搏的品质。

教师主导着体育课程思政的实施[22],通过理论教学手段将中华民族共同体意识外化为高校体育课程思政建设的内容,考验教师理论知识的储备和现代教育技术手段运用能力[23]。这就需要体育教师不断提高教学技能,积淀中华民族共同体意识相关的知识,悟透国家相关政策,提升运用人工智能、现代信息技术的能力,并常与思政课程教师进行研讨,以提高教学水平。

4.4 以课程改革为契机,构筑融入的课程思政建设保障体系

中华民族共同体意识是民族团结、国家稳定的根基。体育课程思政建设是高校体育课程改革领域的重点[24],高校应与时俱进地开展体育课程改革,构筑起中华民族共同体意识融入体育课程思政建设的保障体系。

一是建立中华民族共同体意识的制度体系。制度是提高教学质量、培养优秀大学生的保障,学校建立良好的制度体系,有助于提高课程教学工作开展的规范化和效率[25]。中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设,需要建立起相应的制度体系,包括融入的实施办法、要求与措施,以及这一过程中师生的行为规范等。

二是构建中华民族共同体意识的元素体系。要构建相应元素体系,使体育教师在教学能够清楚从哪些方面或环节展开。元素体系可以从理论元素、实践元素两方面展开,理论元素主要凝练国家认同、民族团结、精神力量方面的内容;实践元素主要筛选有助于增进民族团结的游戏、竞赛项目等。

三是健全中华民族共同体意识的协同体系。中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设,需要学校在顶层设计上着力,从上至下形成以一盘棋,完善体育建设与思政课程、专业课程等在机制上的协同体系,形成中华民族共同体意识与思政课程和专业课程的有效联结[26],激发教师进行不同课程协同育人的内生动力,明晰不同课程的具体责任,扎实推进“三全”育人走深走实,以凝聚合力共同培养学生中华民族共同体意识。通过强化中华体育精神的传播、解决民族传统体育课程思政教学中存在的问题、丰富民族传统体育学科建设内容以及采用多元化的教学路径,可以有效促进学生的思想政治素养和社会责任感的提升。

5. 结语

体育课程蕴含着丰富的育人价值,高校体育课程不仅教授学生运动技能,还要培育学生国家认同和民族团结意识、感召中华优秀传统文化中丰富的精神力量。中华民族共同体意识融入高校体育课程思政建设,是体育课程思政建设育人价值的体现。通过丰富多彩的体育活动培养青年一代正确的国家观和民族观,促进其感召体育精神力量,领略体育独特的魅力,使其在拥有健康体魄的基础上更加胸怀祖国和人民,为实现中华民族伟大复兴中国梦打下有家国情怀的坚实人力资本基础。

参考文献:

[1]本刊评论员.铸牢中华民族共同体意识不断巩固各民族大团结[J].实践(思想理论版),2020(10):1.

[2]王慧玲.体育课程思政铸牢青少年中华民族共同体意识研究[J].当代体育科技,2023,13(10):142-145.

[3]赵富学.中华体育精神推进中华民族共有精神家园建设的多维向度及实践[J].天津体育学院学报,2025,40(1):1-8.

[4]殷鼎,史兵.铸牢中华民族共同体意识融入民族地区高校体育课程思政建设研究[J].南京体育学院学报,2022,21(12):60-67.

[5]叶松东,贾晨.运动技能具身发展模式的理论构建与教学实践启示[J].体育学刊,2024,31(3):95-102.

[6]吴地,经建坤.广西民族体育精神融入高校体育课程的实践探索——以民族传统体育课程思政为例[J].当代体育科技,2023,13(23):122-126.

[7]樊三明,董翠香,李梦欣,等.高校体育教

师课程思政教学能力培育研究[J].体育文化导刊,2025(2):103-110.

[8]陈小林,白银龙.高校体育课程思政教学高质量发展的现实困境与纾解路径[J].体育科技文献通报,2025,33(01):163-166.

[9]陈芳芳,李守培.中国武术铸牢中华民族共同体意识的核心与方略[J].体育学研究,2021,35(3):92-98.

[10]朱伟龙,宋耀伟,李清.“课程思政”理念下西安体育学院“游泳与救护”课程教学改革实践[J].体育世界,2025(4):124-126.

[11]薛博文.时代挑战与实践方向:国家认同教育的阐释与路径[J].中国教育学刊,2021(8):83-88.

[12]梁晓龙,鲍明晓,张林.举国体制[M].北京:人民教育出版社,2006:3.

[13]杨文炯.铸牢中华民族共同体意识建设各民族共有精神家园[J].青海民族大学学报(社会科学版),2021,47(2):1-14.

[14]马戎.中华民族凝聚力的形成与发展[J].西北民族研究,1999(2):1-18+284.

[15]做好民族工作“五个一”工程巩固发展民族团结大好局面[J].实践(思想理论版),2016(12):58-59.

[16]罗晓婷.新时代中华体育精神的继承、创新与发展[J].西安体育学院学报,2021,38(4):402-408.

[17]苏晓轶.高校铸牢中华民族共同体意识的文化观教育研究[J].中南民族大学学报(人文社会科学版),2024,44(01):43-50+182-183.

[18]李国娟.构建“同向同行、协同育人”新机制[J].红旗文稿,2017(12):21-23.

[19]赵芳,刘楚琛,谢雄健.阈限理论视域下节庆体育铸牢中华民族共同体意识的研究——基于广西三江花炮节的田野调查[J].武汉体育学院学报,2025,59(2):61-68.

[20]谢明,辜桃.增强“拔节孕穗期”大学生思想政治理论课获得感的三个切入点[J].知识经济,2020(15):134+136.

[21]石江年,张建华,张惠珍.论缄默知识在体育教学中的存在与传递[J].体育学刊,2014,21(1):86-90.

[22]赵富学,陈慧芳,李攀飞,等.体育教师课程思政建设能力的生成特征、核心构成与培育路径研究[J].沈阳体育学院学报,2020,39(6):27-34.

[23]王稳东.铸牢中华民族共同体意识的教学

- 进场及其实现[J].西北师大学报（社会科学版），2023，60（4）：14-22.
- [24]赵富学，焦家阳，赵鹏.“立德树人”视域下体育课程思政建设的学理要义与践行向度研究[J].北京体育大学学报，2021，44（3）：72-81.
- [25]黄声华，尹弘飏，何雨柔.基于隐性课程视角的学生社会情感能力培养[J].中国人民大学教育学报，2025（2）：102-114+4.
- [26]刘纯献，刘盼盼.体育课程思政的内容、特点、难点与价值引领[J].体育学刊，2021，28（1）：1-6.