

新时代背景下高校“乒乓球”教学课程思政实践研究

金南 何茂玉

滇西科技师范学院, 云南 临沧 677000

摘要: 新时代背景下, 高校体育课程思政建设是落实“立德树人”根本任务的重要途径, 乒乓球作为我国“国球”, 具有深厚的文化底蕴和广泛的群众基础, 在高校体育教学中占据重要地位。本文以文山学院、普洱学院、红河学院、滇西科技师范学院为调查对象, 以云南边疆地区乒乓球课程教学与思政教育融合的实践探索为切入点, 分析云南省边疆高校乒乓球课程思政建设的特殊价值, 剖析当前云南省边疆高校乒乓球课程思政建设存在的突出问题, 从教学目标、教学内容、教学方法、教学评价四个维度, 提出乒乓球课程与思政教育协同发展的优化设计, 针对问题提出优化建议, 开发具有地方特色的“乒乓球”课程思政资源, 结合边疆地区的文化特色和历史背景, 设计具有针对性的教学案例和活动, 提高课程的吸引力和实效性, 以期为新时期高校体育课程思政建设提供理论参考与实践借鉴。

关键词: 新时代; 乒乓球教学; 课程思政

0 引言

新时代对高校思政教育提出了新的要求与挑战, 为实现思政教育的创新发展, 探讨高校“思政课程”与“课程思政”的融合发展显得尤为重要。高校体育课程作为高等教育体系的重要组成部分, 其“以体育人”的功能天然具备思政教育的独特优势。乒乓球被誉为我国的“国球”, 其发展历程凝聚了民族精神、家国情怀、集体主义和个人奋斗的丰富内涵。通过乒乓球课程与思政教育的融合, 明确协同育人目标, 深度挖掘思政元素、创新教学方法、构建科学评价体系, 有效解决当前课程思政建设中存在的问题, 实现乒乓球课程知识传授、能力培养与价值引领的有机统一, 实现全员全程全方位育人的目标。

1 云南省边疆高校乒乓球课程思政建设的特殊价值

1.1 传承“国球”精神, 弘扬爱国主义情怀

乒乓球被誉为我国的“国球”, 其发展历程与我国现代史紧密相连。从1959年容国团为中国夺得第一个世界冠军, 到20世纪70年代“乒乓外交”打开中美关系的大门, 再到中国乒乓球队长盛不衰、包揽世界大赛金牌, 乒乓球运动承载着深厚的民族情感和国家记忆。在高校乒乓球课程中融入这些历史素材, 讲述其历史背景与时代意义, 能够让学生深刻理解“为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏”的中华体育精神, 激发学生的民族自豪感和爱国热情。中国乒乓球重大历史事件及其思政教育价值关系见表1。

表1 中国乒乓球重大历史事件及其思政教育价值表

时间	事件	思政教育价值
1959年	容国团获第25届世乒赛男单冠军	打破西方垄断, 展现中国人自强不息的精神
1971年	中美“乒乓外交”	体育服务于国家外交, 体现智慧与担当
1981年	中国乒乓球队包揽世乒赛全部7项冠军	集体主义精神的胜利, 团队力量无穷
2008年北京奥运会	中国乒乓球队包揽男女单打金银铜牌	展现大国体育风范, 追求卓越
2020年东京奥运会	中国乒乓球队克服困难再创佳绩	逆境中坚守, 传承拼搏精神
2021年休斯敦世界乒乓球锦标赛(单项)	中国队包揽男单、女单、男双、女双、混双全部5枚金牌	“祖国荣誉高于一切”, 团队的成功源于每位运动员的奉献
2022年成都世界乒乓球锦标赛(团体)	中国男队和女队均夺得冠军	团结协作的力量, 团队的胜利依赖于体系的支持与队员的默契
2023年德班世界乒乓球锦标赛(单项)	中国队再次包揽全部五枚金牌	传承与超越, 新一代运动员接过使命, 延续辉煌
2024年釜山世界乒乓球锦标赛(团体)	中国男队实现史无前例的十一连冠, 女队实现六连冠	坚韧不拔的毅力, 长期保持领先, 源于日复一日的刻苦训练与坚持
2024年巴黎奥运会乒乓球赛	中国队包揽男单、女单、男团、女团四枚金牌	学会优雅地面对胜利与失败, 在挫折中学习, 在逆境中成长

2025年多哈世界乒乓球锦标赛(单项)	中国队获四枚金牌(男单、女单、女双、混双)	自信与担当,扛起责任实现突破,尊重规则与公平竞争
---------------------	-----------------------	--------------------------

1.2 培养团队协作与竞争意识,塑造健全人格

乒乓球运动既有单打项目,强调个人能力的发挥,也有双打和团体项目,注重队员之间的默契配合。在乒乓球课程教学中,通过组织团体赛、双打练习等形式,让学生体会到个人与集体的关系,学会尊重队友、信任同伴、承担责任,培养集体荣誉感和团队协作精神。同时,乒乓球比赛节奏快、对抗激烈,要求参赛者在瞬息万变的赛况中果断决策、敢于拼搏,这有助于培养学生公平竞争的意识、积极进取的态度和坚韧不拔的意志品质,促进学生健全人格的形成。

1.3 提升心理素质与抗压能力,促进身心健康

乒乓球运动对参与者的心理素质要求极高,在比赛中参赛者需要保持高度专注,应对各种压力和突发情况,如比分落后、裁判误判、观众干扰等,这就要求在乒乓球课程教学中,要通过系统的教学和训练,锻炼学生的情绪调控能力、抗压能力和心理韧性。学生通过积极参与乒乓球运动能够有效缓解学习压力,调节情绪,促进身心健康发展,这与思政教育中关注学生全面发展的目标高度契合。

1.4 增强文化自信,推动体育文化交流

乒乓球作为一项全球性运动,是中外体育文化交流的重要载体。高校乒乓球课程可以引入不同国家和地区的乒乓球文化,让学生了解世界乒乓球运动的发展,同时展示中国乒乓球文化的独特魅力。在乒乓球课程教学中,可借鉴“冠军思政课”的模式,邀请学校体育榜样分享;或参考跨国组队比赛的形式,邀请留学生参与乒乓球比赛,让学生在实战中体验团结与尊重,培养学生的国际视野和文化包容性,增强文化自信,促进文明互鉴。

2 云南省边疆高校乒乓球课程思政建设存在的问题

2.1 思政元素挖掘不深,融入方式生硬

在乒乓球课程教学中部分教师对课程思政的理解停留在表面,认为只要在课堂上讲几句爱国、拼搏的口号就是思政教育。对乒乓球运动本身所蕴含的丰富思政元素(如战术思维中的辩证唯物主义、双打配合中的集体主义、规则遵守中的法治意识等)挖掘不够深入。在融入方式上,存在“贴标签”、“两张皮”现象,

思政内容与乒乓球教学内容缺乏有机联系,生硬插入,导致学生反感,教育效果不佳。

2.2 教师思政育人意识和能力有待提升

部分高校体育教师专业背景集中在运动技能和体育理论方面,对思想政治教育理论和方法的学习相对欠缺,部分教师对乒乓球课程思政的重要性认识不足,认为思政教育是思政课教师和辅导员的事,与体育课关系不大,缺乏将思政元素自然融入体育教学的技巧和能力,不知道“融什么”、“怎么融”。社会实践资源整合不够,课程思政理论与实践相脱节,目前高校在整合社会实践资源方面仍存在不足,难以为学生提供丰富的实践机会和平台。

2.3 教学方法和手段单一,学生参与度不高

部分高校乒乓球课程仍以传统的技术教学和体能训练为主,教学模式相对单一,缺乏互动性和参与性,实践路径和方法的创新不足,导致学生对课程思政的兴趣不高,难以达到预期的教育效果。教师讲、学生练的模式难以激发学生的学习兴趣 and 主动性,学生被动接受知识,对教师灌输的思政内容也难以产生共鸣。缺乏利用现代信息技术(如慕课、微课、虚拟仿真)和多样化教学活动(如辩论赛、情景剧)来辅助思政教育的探索。

2.4 课程思政评价体系不完善,缺乏有效反馈

部分高校乒乓球课程的评价体系仍然侧重于运动技能和体能的考核,对思政育人效果的评价缺乏明确的指标和有效的方法。即使有相关评价,也多以教师的主观印象为主,缺乏科学的量化标准和多元的评价主体。由于评价体系的不完善,教师实施课程思政的积极性和效果难以得到客观反映和有效激励,也无法为改进教学提供有针对性的反馈。

3 云南省边疆高校乒乓球课程与思政教育协同发展的优化设计

3.1 教学目标协同,从“技能传授”到“价值引领”

传统乒乓球课程的教学目标主要集中在运动技能、身体素质和运动参与度的提升。在课程思政理念下,乒乓球课程教学目标应实现知识传授、能力培养与价值引领的有机统一。在乒乓球课程教学目标设置中维度、传统教学目标、课程思政融入后的教学目标体系见表2。

表2 高校乒乓球课程思政教学目标体系表

维度	传统教学目标	课程思政融入后的教学目标
知识与技能	掌握乒乓球基本技术(握拍、发球、推挡、攻球等)、基本战术	理解乒乓球运动蕴含的体育精神和文化内涵,能够运用所学技能参与比赛和交流
过程与方法	通过练习和比赛提高运动水平	在训练和比赛中体验团队协作、公平竞争、顽强拼搏的过程,学会情绪管理和压力应对
情感态度与价值观	培养运动兴趣,养成锻炼习惯	传承“国球”精神,增强爱国情怀;培养团队意识、规则意识和拼搏精神;树立正确的胜负观

3.2 教学内容协同,深度挖掘乒乓球运动中的思政元素

将思政元素自然融入乒乓球教学内容,是课程思政建设的关键。教师应深入挖掘乒乓球运动本身、乒乓球历史与文化、乒乓球比赛规则等所蕴含的思政教育资源。注重挖掘乒乓球技术教学中的思政元素,如发球与接发球中强调诚信和规则意识,不遮挡发球,尊重对手;攻防转换中培养果断决策能力和应变能力,体会“进攻是最好的防守”的辩证思维;步法移

动中体现勤奋刻苦、脚踏实地的重要性。注重挖掘战术教学中的思政元素,如单打战术中培养独立思考能力和坚韧不拔的意志;双打战术中强调配合默契、相互信任、牺牲小我成就大我的团队精神。注重挖掘理论教学中的思政元素,如乒乓球运动发展史中重点讲述中国乒乓球的发展历程和“乒乓外交”的历史意义,进行爱国主义教育;乒乓球竞赛规则与裁判法中培养规则意识、公平公正精神和遵纪守法的品质;运动损伤预防与康复中进行生命教育和健康生活理念的教育。具体对应关系见表3。

表3 高校乒乓球课程思政建设优化路径与措施表

教学内容模块	具体内容	可融入思政元素	融入方式
基本技术	正手攻球、反手推挡、发球	精益求精的工匠精神、诚信意识、规则意识	讲解技术要领时强调动作规范的重要性,结合案例说明违规发球的危害
基本战术	单打战术、双打配合	独立思考、团队协作、奉献精神	分析经典双打比赛案例,讨论配合的重要性;组织双打比赛,赛后总结团队合作经验
理论部分	中国乒乓球史	爱国主义、民族自豪感、拼搏精神	播放纪录片片段,组织专题讨论,撰写学习心得
实践环节	教学比赛、裁判实习	公平竞争、责任担当、抗压能力	让学生轮流担任裁判,体验公正执裁;组织关键分比赛,锻炼心理素质

3.3 教学方法协同,创新教学模式,实现隐性教育

在乒乓球课程教学中改变传统“教师示范—学生练习”的单一教学模式,采用多样化的教学方法,使思政教育“润物细无声”。如运用案例教学法,选取中国乒乓球队的经典比赛、运动员的成长经历(如邓亚萍、刘国梁、马龙等)作为案例,分析其体现出的精神品质;运用情境教学法,创设比赛关键时刻的情境(如10平后的关键分),让学生体验压力下的决策和情绪控制;运用问题导向学习(PBL),提出如“如何理解‘走下领奖台,一切从零开始’?”等问题,引导学生思考和讨论;运用合作学习法,通过双打练习、团体赛等形式,强制学生进行合作,培养团队精神;运用角色扮演法,让学生扮演运动员、裁判、教练等不同角色,体验不同角色的责任和要求。

3.4 教学评价协同,构建综合性的课程思政评价体系

在乒乓球课程教学中建立科学合理的评价体系,将思政育人效果纳入评价范畴,是保障课程思政实施效果的重要手段。设置评价内容多元化,如运动技能与体能方面主要考核学生乒乓球基本技术和身体素质;学习过程与态度方面主要考核学生学习态度、课堂参与度、努

力程度、团队合作表现;思政素养表现方面,通过观察记录、学生互评、心得体会、专题汇报等方式,评价学生在爱国情怀、团队协作、意志品质、规则意识等方面的表现。设置评价主体多元化,如教师根据学生在课堂、训练和比赛中的表现进行评价,引导学生反思自己的学习过程和思想收获,通过小组讨论、团队项目等形式,让学生相互评价合作精神和贡献度。设置评价方式多样化,如过程性评价与终结性评价相结合,定性评价与定量评价相结合。

4 云南省边疆高校乒乓球课程思政建设的优化建议

4.1 深化乒乓球课程思政内涵建设,提升育人高度

深度挖掘思政元素,建立资源库,系统梳理乒乓球运动的历史、文化、技术、战术、规则等各个方面,深度挖掘其中蕴含的思政元素,建立“高校乒乓球课程思政元素资源库”,包括经典案例、视频资料、图片故事、名言警句等,方便教师备课使用。注重文化浸润,讲好“国球”故事,将乒乓球文化作为思政教育的重要载体,通过举办乒乓球文化节、邀请省级优秀运动员讲座、参观乒乓球训练基地等形式,让学生深入了解乒乓球的文化内涵和历史价值,增强文

化自信和民族自豪感。

4.2 创新乒乓球课程思政教学模式，增强育人实效

推广“翻转课堂+思政研讨”模式，利用线上平台发布乒乓球技术视频和思政案例资料，让学生课前自主学习；课堂上则重点进行技术指导和思政研讨，引导学生深入思考技术背后的精神和价值。开展“项目式学习(PBL)”，设计如“策划一场弘扬‘国球’精神的乒乓球赛”、“调研乒乓球运动对大学生心理健康的影响”等项目，让学生在完成项目的过程中，综合运用所学知识和技能，培养团队协作、解决问题和社会责任感。利用现代信息技术，打造智慧课堂，开发乒乓球课程思政APP或小程序，设置“国球荣耀”、“精神传承”、“规则解读”等模块，利用VR/AR技术模拟比赛场景，让学生在虚拟环境中体验压力下的决策和情绪管理。强化实践育人，拓展第二课堂，组织学生参加各级各类乒乓球比赛、担任乒乓球赛事志愿者、参与社区乒乓球推广活动等，在实践中培养学生的体育精神、服务意识和担当精神。

4.3 提升教师课程思政育人能力，建强育人队伍

加强教师培训，提升思政素养，定期举办课程思政专题培训班、工作坊和研讨会，邀请思政专家和优秀体育教师分享经验，提升教师的思政理论水平和教学能力。实施“传帮带”机制，发挥名师引领作用，选拔一批课程思政教学名师，组建教学团队，通过“师徒结对”等方式，指导青年教师开展课程思政教学。完善激励机制，激发教师内生动力，将课程思政建设成效纳入教师绩效考核、职称评聘和评优评先的重要依据。

参考文献：

- [1] 习近平. 高举中国特色社会主义伟大旗帜 为全面建设社会主义现代化国家而团结奋斗：在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告[M]. 北京：人民出版社，2022:34
- [2] 中共中央 国务院印发《关于新时代加强和改进思想政治工作的意见》[N]. 人民日报，2021-07-13(1).
- [3] 陈启辉，陈继文等. 新时代背景下高校课程思政建设路径探索——以山东建筑大学为例[J]. 高教学刊，2024(05)：185-188.
- [4] 周湘林、张梦瑶. 材料·元素·融入：经管类课程思政如何开展——以新华网课程思政平台经管类课程为例[J]. 中国人民大学教育学报，2024(01)：44-58.
- [5] 席秋红，胡彬彬等. 新时代背景下高校课程思政建设研究[J]. 沈阳建筑大学学报(社会科学版)，2024，26(5)：97-102.
- [6] 贾孟喜. 课程思政的内涵特色、价值指向与实施路径[J]. 百色学院学报，2024，37(02)：118-127.
- [7] 王娇. 高校“思政课程”与“课程思政”融合发展的理论框架、核心要素及实践路径[J]. 西南科技大学学报：哲学社会科学版，2024，41(02)：103-108.

作者简介：金南(1985—)，女，回族，山东汶上，副教授，硕士研究生，研究方向：体育教学与训练。

项目信息：本文系2025年云南省教育厅科学研究基金项目资助，《新时代背景下高校“乒乓球”教学课程思政实践研究》(2025J1091)。

4.4 构建科学合理的课程思政评价体系，保障育人质量

制定多维度的评价指标体系，建立包含“知识掌握、技能提升、思政素养、行为表现”等多维度的评价指标体系，将思政育人效果具体化、可观测化。采用多元化的评价方法，综合运用课堂观察、学生访谈、问卷调查、乒乓球技术动作视频分析、学生多球练习等多种方法，全面评价学生的思政素养发展情况。强化评价结果的应用与反馈，将评价结果及时反馈给教师和学生，帮助教师改进教学，引导学生自我反思和提升，将评价结果作为课程持续改进的重要依据。

5 结语

乒乓球运动以其独特的“国球”地位、深厚的文化底蕴与广泛的群众基础，为高校课程思政建设提供了天然载体与鲜活素材。在新时代背景下，推动乒乓球教学与思政教育深度融合，既是落实立德树人根本任务的现实需要，也是边疆高校提升育人质量、服务地方发展的重要路径。本文以云南省四所高校为研究对象，系统梳理了乒乓球课程思政建设的特殊价值与现实困境，并从教学目标、内容、方法及评价四个维度提出了协同优化的设计思路与实践路径。研究表明，唯有深度挖掘乒乓球运动所蕴含的家国情怀、团队精神、规则意识与意志品质等思政元素，创新教学模式，强化教师能力，构建科学评价体系，才能真正实现“以体育人、以球铸魂”的教育目标。未来，应进一步结合边疆民族地区文化特色，开发具有地方辨识度的课程思政资源，推动乒乓球课程在知识传授、能力培养与价值引领中实现有机统一，为新时代高校体育课程思政建设提供更具操作性的理论借鉴与实践范例。