

“课程思政”视域下高校体操教学设计研究

李姗姗

河北体育学院, 河北 石家庄 050041

摘要: 在立德树人根本任务践行的背景下, 课程思政作为高校教育教学改革的重要方向, 要求体操教学设计期间, 也需要将课程思政的理念渗透进去。从当前高校体操教学现状来看, 重视技能忽视价值的倾向显著, 思政元素的挖掘与融入难以实现系统化, 不能与日常体操教学内容形成关联。为了改变这种局面, 本研究倡导从课程思政角度入手, 使用案例分析法, 对于高校体操教学设计存在的问题进行分析, 认为在重构期间, 要关注: 以体载德、技道并进理念的树立、形成技能认知情感三维目标体系、深度挖掘体操技术动作、发展历史礼仪规范中的思政节点, 将情境教学、翻转教学、榜样示范教学法综合使用进去, 形成过程性和结果性结合的多元评价体系。

关键词: 课程思政; 高校体操; 教学设计

DOI: 10.64649/yh.jydk.issn3080-2660.202606031

0 引言

体操有“运动之父”的称号, 在高校体育教育专业课程体系中占据着主导地位。体操运动中有规范性、严谨性、挑战性、艺术性、技巧性的内容, 这些都是开展德育活动的素材, 但是长期以来, 高校体操教学会将技术作为主导, 教师在教学期间也会关注动作规范性、难度系数的控制、成绩的考核, 忽视了体操运动背后文化内涵和育人功能的挖掘。学生在学习期间, 会因为动作枯燥陷入畏难的状态, 也不能理解体操的价值。为了改变这种局面, 高校体操教学设计期间, 有必要将课程思政的理念融入进去。

1 课程思政融入高校体操教学的逻辑

课程思政, 不是新增加一门课程, 而是一种教育理念, 认为所有课程都有育人功能, 教师要保证其育人效益得以发挥。课程思政强调的是, 将思想政治教育的理论知识、价值观念、精神追求融入不同的课程中去, 继而起到润物细无声的育人效果。高校体操教学的特点可以归结为: 其一, 挑战性, 无论是动作的腾空, 还是动作的翻转, 都会让教学中出现一些意外, 在此期间保护和帮助的责任意识、勇于挑战的冒险精神, 就成为思政的重要节点; 其二, 规范性, 体操动作对于姿态、幅度、路线有着很高的要求, 这恰好是培育规则意识、严谨作风的契机; 其三, 艺术性, 体操与形体美、表现力之间是高度融合的, 这些完全可以使用到学生审美情趣和艺术表现力培育的场景中去。

体操与思政教育之间也存在深刻的联系: 技能训练是载体, 意志锤炼是过程, 而人格完善是落脚点。如果学生克服恐惧完成一套单杠动作, 获得的就不仅仅是技术分数, 还有战胜

自我的信念, 这是值得赞扬的。再者学生严格依照保护手法帮助同伴的时候, 学习的不仅仅是方法, 还是生命安全至上的责任意识, 这也是值得表扬的。上述的种种细节, 都是思政教育与体操融合的契机, 是学科育人效益提升的重要节点。

2 高校体操教学现状审视与问题分析

2.1 教学目标方面的问题

对于多所高校体操教学的大纲进行研判, 发现教学目标设定期间, 本身就倾向于将技能作为主导, 在认知上要求可以了解体操规则和裁判方法, 在情感素养维度需要培养对体操运动的兴趣, 属于相对空洞的表述, 没有具体的思政指标, 比如将诚信自评或者见义勇为式的保护, 作为教学目标。在这样教学目标偏颇的背景下, 教师在实际课堂中, 会仅仅关注学生是否完成了对应动作、执行的动作是否规范, 不会关心学生在练习期间表现出的互助意识、坚韧品质等。

2.2 教学内容方面的问题

当前很多高校体操教学内容会将队列队形、技巧、跳跃、单双杠作为主要内容, 教材编写体例的时候, 多数会以技术动作描述为主导, 很少将思政元素提示融入进去。教师在实际教学期间, 会在课堂小结的时候, 提及几句鼓励的话语: 大家要勇敢、要团结协作等, 没有在动作要领上讲解渗透思政元素。在碎片化思政融入方式下, 学生往往不能真正感受到体操运动的深层价值, 学生会将体操课程当作练习动作的技术课程, 不能将体操与人格塑造关联起来。

2.3 教学方法方面的问题

传统的体操教学, 多数会遵循如下的步骤:

讲解、示范、练习、纠错,属于线性的模式,该模式可以让技术得以有效传递,但是在此期间忽视了学生的情感体验、心理需求。比如在实际练习头手倒立动作环节,学生会感受到颈部的酸痛、摔落的恐惧,如果没有教师的心理疏导和思政元素的浸润,学生负面体验会因此不断增加,甚至会对体操课程产生抵触心态。再者,当前教学方法并没有尊重学生主体性,学生多数处于被动接受的状态,没有自主探索的机会,没有同伴互助的机会,没有反思分享的机会,由此让思政教育失去了情感共鸣、价值认同的机会^[1]。

2.4 教学评价方面的问题

在当前体操教学评价中,期末技术考核占比七成,队列等基础知识测试占比二成,平时出勤和课堂表现占比一成,这样的评价结构,会出现显著的问题:其一,平时表现会与出勤率、着装情况挂钩,不会衡量学生在此期间保护同伴时候的责任心,也不会衡量学生在团队练习中表现出的合作精神、更加不会衡量在面对失败时候的不服输的态度。其二,采取终结性评价的方式,过程性评价策略使用很少,学生可能会将所有注意力放在分数提升上,有时候为了获得高分,会谎报自己练习的次数,这反而进入不诚信的状态。在评价体系不关注德育的时候,学生自然不会将注意力集中在此方面。

3 课程思政视角下高校体操教学设计策略

3.1 构建多维度思政化目标体系

在原本高校体操教学目标基础上,强化情感素养、价值观念塑造方面的指标,并且确保其达到可观测、可评价的状态。具体来讲,主要涉及如下几个方面的目标指标:其一,家国情怀与民族自信素养培育目标。在学习中国体操队历史的过程中,认识了李宁、杨威、刘洋等,知道了他们的故事,可以激发他们的民族自豪感和爱国热情。在队列队形练习中,可以形成强烈的组织纪律性和集体荣誉感。其二,职业伦理与责任担当素养培育目标。对于体育教育专业学生而言,在体操教学中,还需要考查学生是否有保护与帮助的站位、是否有责任心、是否有敬畏生命安全第一的认知,在此期间,让学生意识到自己未来从事的职业,不仅仅要教会学生对应的技术,还需要保证他们的生命安全。其三,意志品质与抗挫折能力培养培育目标。在完成一些有危险系数的动作的环节,可以将其作为培育学生冷静判断、果断执行、坚韧不拔心理素质的契机,让学生能够学会与恐惧共处、在失败中可以自己重新振作起来。

其四,规则意识与诚信精神的培育目标^[2]。

3.2 建立动作—思政映射矩阵

在高校体操教学内容重塑期间,要能够将动作与思政作为映射的两个要素,形成映射矩阵,确保内容体系是完善的。具体来讲,在此维度教师可以将关注点放在:其一,理论基础模块,主要动作有体操起源与发展、中国奥运征程等,思政映射点是爱国主义、拼搏精神、文化自信,此时育人目标是家国情怀;其二,队列队形模块,主要动作有:集合动作、散开动作、行进间转法等,思政映射点主要有:令行禁止、集体主义、纪律意识,此时对应的育人目标是规则意识;其三,技巧模块,主要动作有滚翻、头手倒立、前手翻等,思政映射点主要有克服恐惧、自我保护、挑战极限等,此时育人目标是坚韧意志;其四,跳跃模块,典型动作有助跑、踏跳、分腿腾跃等,思政映射点有果断决策、危险识别、勇气品质等,此时育人目标有果敢品格;其五,器械模块,牵涉的典型动作有上法、回环、下法,思政映射点有:规范操作、严谨细致、审美表现等,对应的育人目标是工匠精神;其六,保护与帮助模块,主要动作有站位、顺势、给力、脱手处理等,对应的思政映射点有换位思考、互助互信、生命安全等,由此对应的育人目标有责任担当。

3.3 实现浸润式体验教学模式的使用

在高校体操思政化改革期间,要将浸润式体验教学模式使用进去:其一,使用情境教学法。在队列队形教学中,引入军事化管理标准和规范,创设阅兵礼仪等情境,依靠分列式练习和团队配合的方式,让学生感受军人是如何保持严谨作风的,是如何呈现自己集体荣誉感的,这样的情境是真实的,自然可以获得相对真实的情感体验。其二,使用翻转课堂和分组互助制的方式。在保护与帮助模块学习期间,学生课前通过视频自学对应课程,了解动作基本要求,在课堂上可以采取结对子的方式,两个人一个小组,明确保护者对练习者的生命安全负有道义上的责任。在此期间,教师要保持观察者的角色,对认真负责的小组进行现场表扬,由此让责任伦理得以强化。其三,关注挫折教育与叙事分享活动的开展。在教学期间某学生在某个动作上反复出问题,教师不要急着去纠正技术问题,而是先组织开展一次克服恐惧分享会的活动,学生轮流讲述自己内心害怕的事情,探讨自己是如何克服的,在这样的交互中,让学生能够勇敢地去面对自己的错误,提升心理韧性,形成良好的班集体氛围。

3.4 形成过程 + 结果的多元积分卡

在高校体操教学评价改革期间,可以引入多元积分卡制度,让思政素养占比达到理想的状态。首先,从评价结构来看,技能掌握占比50%,主要有动作规格和完成质量;思政素养占比30%,主要有平时表现、保护责任评价、意志品质评价;创新能力占比20%,主要有编排成套动作时的主题创意。其二,从评价主体角度来看,教师评价占比40%,小组互评占比为30%,自我评价占比为30%。在自我评价期间,可以让学生去撰写思政反思日志,主要回答的问题有:本次课程我是否认真保护了同伴?在面对失败的时候我是保持冷静还是处于急躁的状态?在体操练习中我感悟到了什么道理?依靠这样的反思,让学生能够思考体操过程中的多元价值,由此让课程思政与体操训练不断融合,学生也因此可以形成正向的人格^[3]。

4 课程思政视角下高校体操教学设计案例

选择以体育教育专业大一学生为对象,以头手倒立为具体项目,设定的课时时间为90分钟,据此教师设定的思政主题是:稳如泰山、重托如山。

4.1 教学目标

思政课程视角下本次课程教学目标的重塑,需要将关注点放在:其一,八成的学生可以在有效保护下完成头手倒立的动作,形成稳固的三角支撑面;其二,学生可以准确说出三角支撑的原理、保护手法的要点;其三,保护者能够保持专注,体会你的生命在我手中的责任感,练习者可以克服倒置带来的眩晕或者恐惧,体验倒过来看世界的勇气;建立保护者与练习者之间相互信任的关系。

4.2 教学过程

在导入环节,教师会播放中国体操队的精彩片段,要求学生完成热身活动,在此基础上

提出对应问题:支撑身体倒立的,除了手臂的力量之外,还有什么?学生开始想到信念或者同伴,由此进入本次课程的主题:支撑,有物理支撑和精神支撑两种。接着,技能学习环节,讲解三角支撑原理、顶肩立腰的技术要点,教师会讲述千里之堤毁于蚁穴的典故,强调三角支撑面的任何一个点松动,都会出现坍塌的情况,由此希望学生形成严谨治学的态度。在保护手法教学期间,教师会详细讲述站位、手法、应急处理方法,在此期间强调保护不是拉拽,而是顺势给力,还可以将医者的誓言引入进去,让保护者形成对应的责任认知。现场还可以演示一些错误的保护案例,让其看到严重后果。在此学生两个人一个小组,开展角色扮演活动,让应急保护体验朝着更加深刻的方向发展。在此之后,切实开展分组练习活动,学生循环练习,并且轮流保护对应角色,教师对于练习者提出坚持五秒钟的挑战,让练习有对应仪式感。对保护者设立对应的奖项,确保可以评选出最佳的保护选手。在此期间,还可以设定失败挑战区,鼓励摔倒的学生可以继续练习。最后,展示和小结环节,邀请平时心理胆怯的学生去展示,评价标准不能仅仅在动作质量上,还应该关注其是否敢于去尝试。教师结合其表现进行升华:头手倒立,可以让我们有了新的视角去看待世界,如同人生的逆境一样,在此期间我们需要同伴的支撑,我们也需要自己站得住^[4]。

5 结语

综上所述,课程思政理念在高校体操教学中的渗透,是高校体操教学改革的题中之义。结合传统体操教学以技术为主导的弊端,理性看待其在教学目标、内容、方法、评价等维度的问题,继而将思政元素融入进去,让体操课程可以成为勇敢精神、规则意识、责任担当、审美情趣培育的重要平台,自然可以使得体操课程的育人功能不断发挥出来。

参考文献:

- [1] 武博,汪玲玲,杨静.广播体操融入高校体育课程的思政价值探索[J].当代体育科技,2025,15(14):49-53.
- [2] 李义军,杨伟康.课程思政融入高校体育教育专业体操教学策略研究[J].时代青年,2025,(15):40-42.
- [3] 王迺丽,朱艳.基于OBE教学理念对普通高校体育课程思政PBL教学模式的探究——以北京联合大学艺术体操课程为例[J].北京联合大学学报,2024,38(03):15-19.
- [4] 杜彩凤,李淑萍.基于OBE理念下高校体操教学中思政元素的融入分析[J].运动精品,2023,42(11):59-60+63.

作者简介:李姗姗(1996.08—),女,汉族,河北石家庄,本科,助教,研究方向:体操。