**大学体育课程思政教学案例**

**“以体育人，以体育心”-彰显体育文化魅力**

**一、课程信息**

**（一）课程简介**

大学体育课程是高等教育重要组成部分，通过课程实施提高学生健康素质、适应未来社会对人才的健康需求为目标，将体育知识、技能学习与体育人文素质培养、体育精神塑造协调一致，寓乐于体，让学生从学习和参与体育运动过程中得到快乐，培养能力，磨练意志，塑造个性，促进学生身心协调发展，提高学生健康整体水平，为未来人生奠定健康基石。全日制本科在校学生一、二年级必须开设大学体育课程，分四个学期开课，共计144学时，经考核成绩合格，每学期可获得1个学分，共4个学分。

负责人：罗贤强

团队成员：舒川（副教授）；陈立新（教授）；李敏（教授）；

　　　　　易子斌（副教授)；龚燕（讲师）；

罗萍（博士，马院思政教师）；

**（二）教学目标**

　　1.运动参与目标：积极参与各种体育活动，养成运动的习惯，树立健康第一的思想，奠定终身体育的意识。

　　2.运动技能目标：熟练掌握两项以上健身运动的基本方法和技能，能够编制可行的锻炼计划，科学地进行体育锻炼，提高运动能力与技术水平。

　　3.身心健康目标：通过体育活动改善心理状态，养成积极乐观的生活态度，练就强健的体魄，培养勇敢顽强的意志品质，具备良好的身体素质和健康水平。

**二、思政素材**

**（一）适用范围**

要坚持把立德树人作为中心环节，把思想政治工作贯穿教育教学全过程，实现全程育人、全方位育人。

1.第一课堂：(1)“大学体育开学第一课”介绍中国体育走过了艰难的历程，传授“体育强国梦”“健康中国”奥运精神传承等重要观点及思想；（2）技能学习，培养学生毅力、拼搏精神、强调团队协作、尊重对手等价值观。

2.第二课堂：体育竞赛、课外体育锻炼（校园跑、AI锻炼等）培养学生的组织纪律性、集体荣誉感、自律能力和健康生活习惯。

3.选用教材：《大学体育与健康教程》董亚丽.肖军.首都师范大学社出版社.2024.03

**（二）素材内容**

　　1.体育课程“树立健康第一的教育理念，注重爱国主义教育和传统文化教育，培养学生顽强拼搏、奋斗有我的信念，激发学生提升全民族身体素质的责任感”。例如，公共体育课需融入“健康中国 2030”战略，引导学生理解体育与国家强盛的关系。［1］

　　2.《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》强调“将中华体育精神融入体育教学全过程”，要求通过体育课程培养学生的规则意识、团队协作精神和家国情怀。［2］

　　3.中华体育精神，内涵：以爱国主义为核心，包括 “为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏”。［3］

4.奥林匹克精神，《奥林匹克宪章》：明确 “相互理解、友谊、团结和公平竞争” 为核心，与课程思政中的国际视野、规则意识高度契合。［4］

围绕坚定学生理想信念，以爱党、爱国、爱社会主义、爱民、爱集体为主线，围绕政治认同、家国情怀、文化素养、宪法法制意识、道德修养等优化课程思政内容供给。为贯彻全国高校思想政治工作会议精神，为“科技师大1号工程”建设夯本固基，全面推进本科教育教学高质量体系建设。近年来，学院多次召开全员课程思政学习会和教研室集体讨论会，大力弘扬教育家精神，要求全体教师各门课都要“守好一段渠、种好责任田”使各类课程与思想政治理论同向同行，形成协同效应。要坚持把立德树人作为中心环节，把思想政治工作贯穿教育教学全过程，实现全程育人、全方位育人。结合不同运动项目的体育课程收集思政元素、进行集体备课、教学研讨、从新构建课程内容，渗透思政元素，更新教学大纲与教案，挖掘体育课程的思政价值，注重学思结合、知行统一、增强学生勇于探索的创新精神、善于解决问题的实践能力，尽量实现体育教育与思政教育的完美融合。旨在培养学生良好品德和优良品质，提升学生综合素质。

［1］《高等学校课程思政建设指导纲要》（教高〔2020〕3号）；

［2］关于政协第十三届全国委员会第四次会议第3100号（教育类191号）

［3］[《深入学习习近平关于体育的重要论述》出版发行](https://www.baike.com/redirect_link?url=https://www.chinanews.com.cn/gn/2022/02-03/9667844.shtml&collect_params={"doc_title":"%E6%B7%B1%E5%85%A5%E5%AD%A6%E4%B9%A0%E4%B9%A0%E8%BF%91%E5%B9%B3%E5%85%B3%E4%BA%8E%E4%BD%93%E8%82%B2%E7%9A%84%E9%87%8D%E8%A6%81%E8%AE%BA%E8%BF%B0","doc_id":"7060208680394233095","version_id":"7348278202421575731","reference_type":"web","link":"https://www.chinanews.com.cn/gn/2022/02-03/9667844.shtml","author":"","title":"%E3%80%8A%E6%B7%B1%E5%85%A5%E5%AD%A6%E4%B9%A0%E4%B9%A0%E8%BF%91%E5%B9%B3%E5%85%B3%E4%BA%8E%E4%BD%93%E8%82%B2%E7%9A%84%E9%87%8D%E8%A6%81%E8%AE%BA%E8%BF%B0%E3%80%8B%E5%87%BA%E7%89%88%E5%8F%91%E8%A1%8C","reference_tag":"","source_name":"%E4%B8%AD%E6%96%B0%E7%BD%91","publish_date":"","translator":"","volume":"","period":"","page":"","doi":"","version":"","publish_area":"","publisher":"","book_number":""}" \t "https://www.baike.com/wikiid/_blank).中新网.2022-02-03

［4］《奥林匹克精神》[J].长江文艺,2022

**三、教学设计及反思**

**（一）教学设计**

**1.组织学生集中学习“大学体育开学第一课”，教学展示见真章；**

大学体育每学期开学第一课，公共体育教学部会根据每一个时间段把不同学院的同学们全部召集一起，集中学习“大学体育开学第一课”MP3音频教学内容。从体育起源、本质、功能、发展历史以及我校体育发展，运动项目分类、考试标准、校园跑、体质健康测试等；讲授从“东亚病夫”到“体育大国”再到“体育强国”，中国体育走过了艰难的历程，传授“中国梦”“体育强国梦”“全民健康”“健康中国”“体育强则中国强”等重要观点及思想；并以中国奥运历史为主线（介绍王振东老师2016年参加奥运会经历故事），以优秀运动员为闪光点（我校体育健儿在国际健美操比赛夺金故事，在全国比赛、省级比赛取得的成绩，以及贾奥奇老师参加武林风夺金腰带经历故事），激发学生的爱国热情，厚植爱国主义情怀，把爱国情、强国志、报国行自觉融入坚持和发展中国特色社会主义事业、建设社会主义现代化强国、实现中华民族伟大复兴的奋斗之中。为学生建立大学体育课程观，为体育教育的各项工作开展奠定良好的基础和开端。

**2.普修/选项课程渗透思政教育；**

学校一年级开设了第九套广播体操、简化十二式太极拳普修课程，二年级体育课程为选项课程，目前开设篮球、足球、排排、乒乒球、羽毛球、网球、武术、体育舞蹈、健美操、瑜伽、花样跳绳、散打、户外运动、跆拳道、等十多个项目课程，在日常教学过程中，每一位体育教师都注重言传身教、以身作则，注重结合项目特点教育引导学生健康成才；建立良好的师生关系，做到情满课堂，爱洒学生，关注学生精神生命成长，焕发课堂教学的生命活力。在长期的体育教学实践活动中，老师们能够做到有意识、有目的、有计划地寓思想于行为之中，寓德育教育于体育教育之中。

**3.开展体育第二课堂，激发体育锻炼积极性；**

在2023年大学体育教学改革实施方案中，增加了体育第二课堂模块，包括校内外运动竞赛、群体活动、体育文化节、体质健康测试、闪动校园阳光跑等内容。第二课堂在广泛开展和向纵深发展之中，运动育人时时有，体育思政随处可见，身体教育和思想教育同步进行。

学生在校四年每年都得进行体质健康测试，测试项目包括身高体重、肺活量、立定跳远、50米、800米（女）或1000米（男）、引体向上、仰卧起坐等，如果哪项不达标还得补测，促使学生哪里短板哪里补；引导学生端正思想、提高认识，建立诚信守规、公平竞争的认识和意识。了解自身体质健康状况，养成良好锻炼习惯，为中华民族伟大复兴奠定扎实的身体基础。正确认识体质测试是学校体育工作和学校教育评价的重要组成部分，具有深远意义。

闪动校园跑是体育课堂的一项特色，每名学生在每个学期都有公里数要求，男生100公里女生80公里，以致校园里随处可见拿着手机跑步的学生，积极引导学生树立热爱体育、崇尚运动的健康观念，增强学生体质,锤炼学生意志,激励广大学生积极参加体育锻炼,养成良好的生活习惯，全面发展和提高我校大学生的身体素质水平

**4.大学体育教学过程的组织与实施**

大学体育教学遵循以学生为主体，教师为主导的教学原则，按照课前、课中、课后三个层次展开。

（1）课前：通过微信学习群或数字化教学平台、闪动校园平台等，提前布置下次课教学内容，使学生对学习内容提前认知。通过体育理论的学习，了解体育的本质与意义，丰富体育历史知识，从而培养学生爱国爱校、团结友善、崇尚荣誉、自我管理的意识。

（2）课中：教师明确教学目标，教学内容以及教学要求；教师讲解、示范、教授各项动作的技术要领；学生练习采用分组讨论、小组竞赛模式进行；教师做好课堂评价与总结。通过分组练习，身体素质训练，培养学生永不放弃、拼搏进取、精诚合作、顽强拼搏的精神气度；开展课上体育游戏与竞赛，增进人与人的交流，培养竞争意识与团队精神，提升学生适应社会的能力。

（3）课后：布置课外练习内容，发布到微信学习群或数字化教学平台、闪动校园平台等让同学们观看比较，进一步技术更正与巩固练习；通过第二课堂体育活动、了解中国传统体育文化，弘扬中华体育精神，提升民族自豪感，激发学生的爱国主义情怀；参与体育竞赛活动展现当代大学生精神风貌，提升爱校意识。

**5.大学体育教学方法与手段**

根据大学生生理、心理发展特点，为达到课程的教学及思政目标，主要采用以下教学方法:

**大学体育教学方法与手段表**



**（二）教学评价及反思**

**1.大学体育考核与评价**

　　采用将学生的课堂过程性表现与实践成果结合起来的评价方式，旨在充分调动学生的积极性、参与性和创造性，实现融知识传授、能力提升和素质培养为一体的教学评价。

**大学体育考核与评价表**



**2.大学体育教学成效**

（1）强化体育教学实践，提高教学效果

教学过程气氛活跃，学生学习与参与积极性高，教师因材施教，学生全面开花。

（2）创新体育教学方法，提高教学质量

 　通过对学生体育运动技能考核，75%以上达到良好及以上水平；学生身体素质发展，通过国家体质健康测试检验，测试合格率实现高于95%的目标；使得学生的运动技能和身体素质得到整体提高。

（3）构建体育教学文化氛围，提高学生体育意识

　　通过线上线下一体化教学，学生理论章节学习占比98%，作业提交率100%，课下自主练习逐渐增加，培养了终身体育锻炼意识和习惯。

（4）结合思政内容挖掘体育课程资源，提高学生整体素养。

　　通过课堂总结，学生的团队合作意识、规则意识、竞争精神以及意志品质等整体素养得到全面提高.

**3.教学反思**

**（1）教学目标达成反思​**

　在运动参与目标上，虽通过多种举措如校园跑、丰富的体育课程设置等激发学生参与，但仍有部分学生积极性未被充分调动。例如，校园跑中部分学生为完成公里数任务而敷衍，未真正养成运动习惯。这反映出在引导学生从被动参与向主动热爱运动转变方面，教学手段的深度和持续性不足。对于运动技能目标，学生在普修和选项课程中对基本技能有一定掌握，但在技能的深度运用和创新上有所欠缺。如在篮球比赛中，学生战术配合不够灵活，说明在技能教学中对实战情境模拟和战术思维培养不够到位。在身心健康目标达成上，体育活动对学生心理状态和意志品质的积极影响较为明显，但在面对复杂生活压力时，学生将体育锻炼中培养的意志转化为应对生活困境的能力方面，教学引导还需加强。

**（2）教学方法运用反思​**

在 “大学体育开学第一课” 的集中学习中，MP3 音频教学虽能传递大量信息，但形式较为单一，学生参与感不强，影响重要观点及思想的吸收效果。在日常普修和选项课程中，言传身教结合项目特点渗透思政教育的方式较为有效，但教学模式仍偏传统，小组讨论、小组竞赛等模式在时间把控和引导深度上存在不足，有时未能充分挖掘学生的思考潜力。在第二课堂，如体质健康测试和闪动校园跑，更多侧重于任务驱动，对学生内在动力激发和体育文化内涵的深入引导不足。在教学手段方面，线上平台（微信学习群、数字化教学平台等）利用不够充分，未形成线上线下深度融合的学习闭环，如线上理论学习缺乏互动交流和实践应用环节的有效衔接。​

**（3）教学评价反思​**

当前将课堂过程性表现与实践成果结合的评价方式有积极意义，但在具体操作中，过程性表现评价的标准不够细化，主观性较强。例如，对于学生在课堂中的团队合作表现、拼搏精神体现等评价缺乏量化指标，导致评价不够客观。从教学成效看，虽在运动技能考核、身体素质测试、理论学习参与度等方面取得一定成果，但在学生体育意识和整体素养的长期跟踪评估上存在缺失。未能建立长效机制观察学生毕业后是否持续保持体育锻炼习惯以及体育课程培养的意志品质和团队精神对其职业发展和社会生活的影响，不利于全面检验教学效果和进一步优化教学。​