

高校体育课程思政的逻辑、时机、路径、方法和案例分析

练志宁 楚海月

广东培正学院体育学院 广东广州 510830

摘要:采用文献资料法、逻辑推理法、案例分析法对高校体育课程思政实践的底层逻辑、实施时机、实施路径、方法创新进行揭示并以案例说明。结果显示:认知心理学视角下高校体育课程思政底层逻辑是:课程思政是教师与学生之间“认知差”的流动;在体验式教育视角下,学生在体验的基础上,产生感悟并进入反思的阶段是高校体育课程思政实施的最佳时机窗口。在混合式教学常态化背景下高校体育课程思政的实施路径在空间维度上要包括线上和线下,时间维度上要包括课的前中后。按照高校体育课程思政底层逻辑,高校体育课程思政最佳实施方法是“升维说服”法,即不仅仅是就事论事,而是把事物提升到更高的维度去探讨。

关键词:课程思政;底层逻辑;体验式教育;方法创新

2020年5月教育部印发《高等学校课程思政建设指导纲要》至今,我国高校课程思政全面实施带来的思考和经验,使我国高校体育课程思政方面的研究成果呈爆发性增长趋势。但在热闹的背后,从一线教师角度看,目前我国高校体育课程思政的育人效果普遍不及预期。高校体育课程思政仍然存在“思政”的内容、时机、尺度仅凭教师的素质、经验、情绪而定等初级阶段的特征^[1]。学者毛振明认为,要搞好新时代的体育立德树人和体育课程思政工作,必须在深入探究体育品德教育的学理基础之上大力总结和开发体育立德树人和体育课程思政的教学与养成方法并将其体系化^[2]。由此可见,改进高校体育课程思政育人效果不佳的现状,其研究不能只停留在具体的方法和情景上,必须上升到学理和方法论的层面。实践显示,在认知心理学、体验式教育视角观照下,可以理清高校体育课程思政的底层逻辑、实施时机、实施方法,可以从学理和方法论层面对高校体育课程思政建设进行审视和指引,为我国高校体育课程思政的实践提供新的思路。

1. 什么是立德树人与体育课程思政

2020年中共中央办公厅和国务院办公厅印发了《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》将学校体育定位为“实现立德树人根本任务的基础性工程”^[3]。立德树人的语境宏阔、语意深远。立德,就是坚持德育为先,通过正面教育来引导人、感化人、激励人;树人,就是坚持以人为本,通过合适的教育来塑造人、改变人、发展人^[4]。不管立德还

是树人,其目的都是让学生成为一个“人”,具有人之所以为人的品质的“人”。

体育课程思政是指寓体育价值引领贯穿于体育知识技能传授和体育能力培养的全过程,引导帮助学生逐步形成正确的世界观、人生观、价值观^[5]。有学者认为,立德树人是体育课程思政的目标,体育课程思政是实现立德树人的一种举措。

2. 认知心理学视角下高校体育课程思政的底层逻辑

底层逻辑是指一个系统或问题的基本原理和规则,它们构成了系统或问题的基础结构和运作方式^[6]。实践经验显示,课程思政的最终育人成果(引导学生形成正确的世界观、人生观、价值观),主要体现在学生认知水平的改变。认知心理学理论认为,认知决定格局,格局决定结局,一个人的认知水平,影响着他不不同的选择,更决定了他的前途命运^[7],改变一个人的认知是快速改变一个人的重要方法。高校体育课程思政的底层逻辑是教师与学生之间存在“认知差”,教师处于认知的高位,学生处于认知的低位,高位引领低位,教师通过改变学生的认知,启迪学生的思想,拓宽学生的眼界,打开学生的格局,震撼学生的灵魂,从而实现“立德树人”根本任务。

3. 体验式教育视角下高校体育课程思政的实施时机

高校体育课程思政的实施需要合适的时间窗口,课程思政只有在合适的时机介入才能获得预期的育人效果,否则将事倍功半,甚至引起学生的抵触和反感。体验式教育是指

教育者依据德育目标和未成年人的心理、生理特征以及个体经历创设相关的情景,让受教育者在实际生活中体验、感悟,通过反思体验和体验内化形成个人的道德意识和思想品质,在反复的体验中积淀成自己的思想道德行为^[8]。体验式教育理论认为,体验整合了身体运动、思想、感觉、情绪、智力形态等要素,因而对学习产生的记忆痕迹也是最大的^[9],受教育者的道德意识和思想品质经过体验、感悟、反思和内化四个流程达到了入心、入脑、入魂的效果。在体验式教育视角下,学生在教师有意设置的情境下,亲历相关教学活动,获得深刻的体验,在此基础上产生强烈的感悟并开始进入反思的阶段是高校体育课程思政实施的最佳时机窗口,此时教师插入与此情景相应的思政主题,可以升华学生的感悟和反思,引导学生做出正确的价值判断并内化于心。比如,在激烈的班级篮球比赛暂停时间,全队集中讨论战术的当下,教师插入显性思政教育:“两队激烈相持时间不多的情况下怎么处理球权?这个时候,篮球技术最好的同学应该主动去控球,队友也应该主动给技术最好的同学创造机会,为什么呢?因为,重要关头,能力越大,责任越大”。分析认为,这样的课程思政效果十分理想,因为此时是比赛关键时刻,学生身心正沉浸在比赛的紧张和刺激中,对比赛的动向和如何安排下一步有着强烈的感悟和思考,但又未形成清晰的理性判断,此时情景,给予了教师课程思政的介入时机,教师的三言两语,为大家理清了思路,统一了共识的同时,在学生心目中植入了,能力越大,责任越大的价值观,这种特殊时刻植入的价值观将对学生今后的人生产生深远的影响。

4. 全程育人背景下高校体育课程思政的实施路径

《关于加强和改进新形势下高校思想政治工作的意见》明确提出,高校可以更好地将思想政治教育融入教育教学全过程,实现全程育人。全程育人的要求决定了高校体育课程思政的实施路径在空间维度上要包括线上和线下,时间维度上要包括课的前中后。在混合式教学常态化的今天,高校体育课程思政主要实施路径有六:一、课前,在翻转课堂教学模式下,学生自行学习线上已插入的思政教育的视频课件,这些视频课件可以分三类,分别是以家国情怀为主题的体育课程思政开学第一课;以爱国主义为主题的精彩赛事欣赏;以励志拼搏为主题的体育人物介绍。二、课中,在开始部分以近期大型群体活动为契机的思政教育,比如以阳光长跑活动为契机的诚信教育,以全校体质测试为契机的国民责任教

育;三、课中,在准备部分教师插入以体育游戏为载体的团队精神教育;四、课中,在基本部分教师结合教学内容择机进行各类主题的思政教育;五、课中,在结束部分教师以安排学生轮流整理器材场地的方式,对学生进行服务他人意识的培养。六、课后,教师以布置课外锻炼作业为由,要求学生课外长期锻炼,形成锻炼习惯,以此培养学生知行合一、持之以恒的精神。

5. 底层逻辑观照下的高校体育课程思政方法创新

认知心理学理论认为,课程思政的本质是“认知差”前提下师生之间的认知流动,有“认知差”就有课程思政,没有“认知差”就没有课程思政,师生之间的“认知差”越大,教师的“认知势能”就越大,课程思政的育人效果就越好。所以,为了获得更好的“认知势能”,最好的课程思政实施方法就是“升维说服”,即不仅仅是就事论事,而是把事物提升到更高的维度去探讨。该方法受启发于爱因斯坦说过的一个重要观点:重大问题的解决方案永远不可能在产生这个问题的维度上出现。比如,一个十字路口,当车辆与人流量足够大的时候,红绿灯再有效率也避免不了堵塞的产生。那怎么办呢?解决的办法就是修立交桥,修立交桥就是用三维空间思路来解决二维空间的疑难问题。

体育课程思政的实施方法也有类似情况,目前高校体育课程思政最常见的实施方法,就是在教授或执行某部分教学内容时插入显性思政教育。比如,身体素质练习就说培养学生吃苦耐劳,团队比赛时就说培养学生团队协作,多人分组就说培养学生合作共赢,诸如此类。这样的案例在认知心理学底层逻辑看来效果不理想的地方在于,在此思政元素上教师与学生之间的认知没有形成足够的“认知差”,特别是在大部分体育教师课程思政实施“同质化”十分严重的情况下,教师所融入的思政元素耳熟能详、陈腔滥调,教师所说的一切都在学生的意料之内,对于学生来说没有新鲜感,所以无法引起强烈心灵的触动和震撼,育人效果自然就差。想要摆脱以上困局的要点在于不要在事物的本身维度找答案,把看问题的角度上升一个维度,即采用“升维说服”往往会取得令人意想不到的效果。

6. 底层逻辑观照下的高校体育课程思政案例分析

案例一:某高校篮球选项课。课程思政目标:就阳光长跑以车代步作弊问题培养学生诚信意识。课程思政的实施:A教师和B教师分别在各自的班上在课的开始部分融入思政

显性教育。

A 教师：“各位同学，阳光长跑活动中发现一些同学有以车代步等作弊行为，大家一定要杜绝此类行为，我们做人要有诚信意识，要做一个有诚信的人。”课程思政效果：一般。

B 教师：各位同学们，阳光长跑活动中发现一些同学有以车代步作弊行为，这是很严重的诚信问题？有人说，诚信问题本质上是尊严问题，一个有尊严的人就会有诚信，一个没有尊严的人就没有诚信，因为，有尊严意味着这个人是可以为他的言行负责的，没有尊严则相反，所以说，诚信问题，归根到底是一个人的尊严问题，希望大家不要再去各种违反规则的行为，因为那样的话你至你的尊严于何地。”课程思政效果：较好。

案例二，某高校健身选项课。课程思政目标：通过优秀运动员介绍培养学生民族自豪感。课程思政的实施：课中引导学生观看我国运动员鹿晨辉健美黄金联赛夺冠视频片段，在激动人心的短片结束之后，A 教师和 B 教师分别在各自的班上插入显性思政教育。

A 老师：“健美黄金联赛是最具影响力的世界性大型健美比赛之一，我国选手鹿晨辉能够一路过关斩将，最终夺取桂冠，在为国争光的同时，说明我国的健美竞技水平已处于世界的前列。”课程思政效果：一般。

B 老师：“国际健美比赛，表面上是各个国家运动员身材之间的竞争，其实本质上是各个国家之间人种和基因的竞争，我国运动员能在世界顶级的健美比赛中夺冠，说明我们中国人的基因和人种都是非常优秀的，这彻底颠覆了中国人在这个项目上基因和人种劣势论的谣言和偏见。”课程思政效果：较好。

案例一 B 老师把一个人的诚信问题升华到一个人的尊严问题，案例二 B 老师把我国健美运动员在国际健美比赛夺冠，巧妙地升华到中国人基因和人种的胜利。以上两个案例，A 教师就事论事，课程思政效果一般，B 教师采用“升维说服法”，抛开问题本身来谈对问题，以更高的视角，在实施时打破了学生的刻板印象，形成足够的认知差，在这种认知差的作用下，降维打击般颠覆了他们的认知，拓宽了他们的视野，启迪了他们的思想，所以课程思政育人效果较好。

7. 结语

实践显示，目前高校体育课程思政实施过程中之所以

存在表面化、形式化、随机化的特征和课程思政效果差强人意，是因为大部分教师缺乏认知心理学视角下课程思政底层逻辑和体验式教育视角下课程思政实施时机的把握，从而知其然不知其所以然，无法应机说法，灵活创新。相信随着体育课程思政经验的丰富和更多体育课程思政实施规律的面纱被揭示，高校体育课程思政整体性育人水平将会大幅提升。

参考文献：

- [1] 余卫平, 楚海月. 体育院校专业课“课程思政”现状、问题及对策探究[J]. 体育师友, 2020, 43(04): 23-25.
- [2] 毛振明, 丁天翠, 温君慧. 论体育立德树人和体育课程思政的策略与方法(一): 困境与原因[J]. 体育学刊, 2023, 30(03): 1-8.
- [3] 周妍, 齐静, 李启迪等. 习近平关于“四位一体”学校体育目标的历史超越和时代引领[J]. 体育学刊, 2025, 1(01): 1-7.
- [4] 百度知道, 如何理解“立德树人”的含义[EB/OL]. (2019-03-14)[2024-12-02]. <https://zhidao.baidu.com/question/436845445671655084.html>.
- [5] 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, 2023, 30(4): 1-6.
- [6] 知乎, 什么是底层逻辑[EB/OL]. (2023-05-05)[2024-12-02]. <https://www.zhihu.com/question/598609127/answer/3014111585>.
- [7] 楚海月, 练志宁. 三维健康观视角下高校体育课程改革的困境与对策[J]. 兰州文理学院学报, 2017, 31(04): 121-124.
- [8] 360 百科, 体验式教育[EB/OL]. (2020-09-25)[2024-12-02]. <https://baike.so.com/doc/746429-790056.html>.
- [9] 钱永健. 北京大学拓展训练课程设置与开展效果的分析研究[D]. 北京: 北京大学大学学报, 2006: 3-7.

作者简介：

练志宁(1973, 7—), 男, 汉族, 广西省岑溪市人, 本科(硕士), 教授, 研究方向: 学校体育学。

基金项目：

2024 年广东省教育评估协会课题: 高校体育课程思政的底层逻辑、多维路径、方法创新和评价方案研究(BDPG24118)。