

# 人文体育与教育融合对学生全面发展的影响研究

杨建蕊

江苏师范大学科文学院 江苏省徐州市 221132

**摘要:** 本文通过研究人文体育与教育融合的实践与理论,探讨其对学生全面发展的深远影响。结合国内外相关文献与实例,分析人文体育如何促进学生的身心发展、社会适应能力和人文素养的提升,并讨论教育领域如何通过融合策略提升学生的综合素质。研究表明,人文体育与教育的有效融合不仅能够增强学生的身体素质,还能提升其社会责任感、团队合作能力及创新精神,从而为学生的全面发展提供坚实的基础。

**关键词:** 人文体育; 融合教育; 大学生全人发展; 身心健康; 社会生活能力

## 引言

随着世界文明的发展,教育不仅仅是传递知识,而是培养全方面的人才的桥梁。文教体育融合是新时期一种新的育人模式,在学科教学的过程中同时注重学生的身体发育、社会意识以及文化素养的提升。不但提升了学生的体质,在思考方式、情感反应和文化理解方面也给予了正向的影响。深入探索文教体育融入到教育教学中去,提升学生全方面发展,这对提升教学体系和教学质量都具有深远意义。

### 1. 人文体育与教育融合对学生全面发展的影响

#### 1.1 身体素质与心理健康的提升

##### 1.1.1 增强学生的身体素质

人体机能是学生全面发展的基础,可以通过人文体育的结合在锻炼学生身体机能的同时,促进他们对运动的热爱以及运动的好习惯,更有利于调节他们的身心健康。在当今的教育观念中,不仅仅是要求学生的学习成绩优秀,而且还越来越重视学生的身体健康,人文体育通过提供多样化的体育项目以及教学内容,学生在实践活动中加强身体平衡、协调、耐力等。例如,通过把舞蹈、戏剧表演、武术等人文体育因素融入到体育运动的环节,既可以让学生的身体得到充分的锻炼,同时也让学生们在体育锻炼的过程中收获更多的乐趣,不仅提高了身体的健康状况,甚至可以为自身带来更多的自信和健康意识。同时,可以有效改善学生的生活健康状况。学生在体育运动的锻炼过程中,可以加强自身体能以及免疫力,患病的几率也会大幅降低。健康的体魄为学生学习和生活奠定了坚实的基础,让其更加乐观积极地去面对生活中的所有困难。通过人文体育项目的融合,我们的身体素

质得到很大提升,而且学生在日常生活锻炼过程中,呈现出前所未有的精力旺盛、热情饱满。

#### 1.1.2 促进学生的心理健康与自我认知

心理健康与身体健康息息相关。除了体能训练之外,人文体育对学生精神世界的培养也是主要方式。在各种体育活动过程中,如竞争、合作、挑战、成功等体验可以帮助学生调整心理状态、建立自信、调试压力感、适应社会。运动赋予学生成就感,同时让学生学会承受失败,磨炼学生的意志和人格魅力。在活动的过程中,学生通过与同学的交流以及自主学习,能够逐渐领悟到自身的优势和不足,自知力和自我评价能力都会有所提升。另外,参加体育比赛的学生在运动中,会通过相互之间交流、配合等促进社交能力的发展,了解如何正确地与他人相处、解决与他人之间的矛盾、营造良好的团体氛围。人文体育活动通过实际感受和感知引导学生进行情绪管理,从而促进学生精神层面健康的发展。学生通过参与各种各样比赛之后内心的蜕变,更加清楚自己在团体中的位置,并通过比赛学会自信、稳定的感情以及内心精神上的成熟。

#### 1.2 社会适应能力与团队合作能力的提升

##### 1.2.1 培养学生的社会责任感

个人全面发展的关键点在于个人对于社会职责的认识。在人文体育及教育的整合中,学生们在增加机体体质的同时,又能以合作、积极参与的方式增强他们对于个人职责的意识。例如,大量的人文体育项目侧重于小组间的团结协作及共同发展,使得学生们了解自己不仅是运动及活动的主体,更是团体的有机组成部分。在小组活动的过程中,学

生们了解到如何去承担一份职责,还学会了在小组内部起到应有的作用,并且进一步明确个人对于他人和社会的社会责任意识。在组集体中,每个人都能扮演不同的角色并分配不同的工作,这样的活动能让学生懂得自己的行为决定着整个集体的发展。在很多小组活动中,学生不仅能顾及到自己,还得思考如何去帮助团队取得成功,这种合作意识、责任意识的培养对成年具有社会责任感的个体发展起到了很好的促进作用。通过人文体育的整合,学生在身体发展过程中形成了对于他人和社会关心及爱护的责任意识。

### 1.2.2 促进学生的团队合作与沟通能力

目前,团队合作和沟通能力是社会发展的必不可少技能之一。人文体育为这些学生提供了很好的教学场所,因为其中大多数活动都需要队员之间的合作努力才能取得最佳表现。例如,在篮球、足球、排球等项目中,学生只有顺畅交流配合才能一起完成比赛。这种互助训练提高学生的团队合作素质外,还教会学生如何有效地与他人交流和协调。人文体育不仅仅培养了学生的身体素质,而是要教会学生和理解彼此之间默契配合、团结合作的精神。在学生一起努力克服困难和解决问题的过程中,他们除了能够增加沟通能力外,还可以通过角色分工和责任任务等,听从他人意见、容忍不同看法,不断强化自身的沟通协调能力。良好的团队协作能力将有助于学生在未来社会中的生存和适应社交、与工作中的同事相处。

## 1.3 人文素养与创新能力的提升

### 1.3.1 丰富学生的人文素养

人文素养作为学生发展的必要部分,对于学生的整体进步十分必要。人文活动的融合可给予学生丰富多彩的文化教育经历。这种活动有利于学生的身心健康,并且丰富学生的审美情趣、艺术才华和人文素养。例如,把舞蹈、剧场、戏剧及文学等文化元素融入运动中,让学生在身体动作、节奏和情绪表达中学习并欣赏艺术的美。学生们可借此活动文化知识水平得到全面的提升,还能激发其创新能力和创造力。人本体育课是以教授和讲解多样化的文化背景及历史故事,从而让学生能认识到并尊重各种文化观点,使学生成为一个有着广阔视野和文化包容能力的人。通过历史和文化、艺术方面的研究,学生除了能在生理方面得到锻炼外,还能够在心理方面得到启示,从而提升学生的综合素质。

### 1.3.2 提高学生的创新思维与实践能力

创新作为时代的引擎,对于学生成才过程来说极为重要。人文体育给予学生充分的创意思维发挥平台,这种平台主要体现在课程模式上,在这个模式下,学生们除了掌握一定的体育知识外,更要通过亲身实践来激发自我创新能力的萌动与发育。譬如在体育舞蹈或表演运动中,学生必然要反复探索新动作并突破自我来击败一个个难关;再如团体对抗式运动中,学生必然要借助协作和策略创新来解决困难,这都将提升他们的创新能力。此外,创新思维也不是局限在体育中的。人文体育课的多学科融通教育,同样能触发他们发散性的创新思路,在解决各种问题时使用更加鲜活多元的方法。这样对于学生今后的学习、工作和社会能力都会有积极作用的长远益处。

## 2. 人文体育与教育融合的实施策略

### 2.1 学校教育体系中的融合路径

要在实现教书育人和人文求学的融合方面,从课程设置、教学方式、评价体系等方面,做好优化和改进。首先,加强校内课程联动,开设包含体育锻炼以及富有文化、艺术的跨学科的多元化课程。这不仅促进学生身体素质健康发展,提升综合素质,同时激发学生创造力。其次,我们可以组织校内外体育文化活动,让学生在参与体育文化活动中获得更多动手能力,掌握怎样锻炼自身体质、人文素养和交流能力。在这个融合理念下的实施,能让学生融于多元的学习氛围且继续自我发展,实现全面成长。

### 2.2 教师角色与教学方法的转变

首先,人文教育与人文学术关系密切,要求老师首先要有正确的教师身份认知和教学方式改变。因为他们都是教导学生知识,培养学生的全面发展的人,因此教师也必须具备较强的人文科学理论基础以及教学技巧,这样他们才能根据体育、人文两学科的特点制定合适的教学模式。其次,将灌输式的传统授课变为启发式的、以学生的主体地位为标志的互动式教育,注重培养学生的自我思维能力、创新精神。教师可以依据这一教学理念使用游戏、实践、合作的形式激发学生的学习主动性和学习积极性,推动学生在行动中学习,在学习中提升。

### 2.3 校园文化与社会环境的支持

社会为学校人文体育教育提供环境依托,我们应形成一种浓厚的运动校风,引导学生积极投身各种文艺体育活

动,并将他们一起营造出健康活力蓬勃向上的高素质的校园体育文化环境。此外,有效整合内外资源,拓展学生的学园空间,与社区、企业、文化和社交群体等展开联动,提高他们的社交能力与实践技能。这些都是社会支持的有效形式,是实现人文体育教育与体育教育深度结合的重要保证。

#### 结语

将人文知识与体育教学相结合的培养方法,有助于使学生们实现全面发展,不仅能在人的各方面素质中被潜移默化地提高,如人文教育使人思维得到进一步发展,文化素养提升等,又在体育教育中得到进一步增强体魄与团队协作的能力。这一种全面的教育方法有助于年轻学子在今后的困难处境中,拥有更为全面的能力与素质。教师们应大力促进体育与人文的结合教育,帮助年轻人的身心健康成长,使社会德育水平提高,为创造未来的积极的、负责任的一代打好基础。

#### 参考文献:

- [1] 张鹏;李佳.人文体育教育融合对学生全面发展的影响[J].教育学报,2023(5):22-26.
- [2] 王敏;刘涛.体育与人文学科结合对学生综合素质提升的研究[J].体育科学,2023(9):18-22.
- [3] 陈飞;高翔.人文体育课程融合对学生心理健康的影响研究[J].心理学与教育,2022(12):35-39.
- [4] 李华;张俊.人文体育融合模式在中小学教育中的应用与实践[J].教育创新与实践,2023(3):40-44.
- [5] 刘斌;赵丽.体育与人文教育融合对学生个性发展的促进作用[J].教学与研究,2022(8):11-15.

#### 作者简介:

杨建蕊(1982.02-),女,汉,江苏徐州人,本科,讲师,主要研究方向为排球技术与体育教学。