

# 课程思政视域下高校健美操课程育人机制构建与路径研究

杨问新

西北大学现代学院, 陕西西安, 中国

**【摘要】**本文聚焦高校健美操课程,以课程思政与体教融合政策为导向,通过文献研究、文本分析、行动研究等方法,系统挖掘课程中的思政元素,构建“技能训练-价值引领-实践转化”三位一体的育人机制,并探索课堂教学、课外延伸、保障支撑的实践路径。研究表明,将爱国主义、团队协作等思政元素融入健美操课程各环节,能有效提升学生思想政治素质与体育素养,为高校体育课程思政建设提供可推广的实践范式,助力实现“立德树人”根本任务。

**【关键词】**课程思政; 高校健美操; 体教融合; 育人机制; 实践路径

**【基金项目】**关于高校健身健美课程思政元素挖掘与体教融合育人模式探索的研究——课程思政视域下高校健美操课程的育人机制构建与路径研究, 课题编号: 20251608

## 1. 引言

在课程思政与体教融合背景下,高校体育课程肩负“以体育人”使命。健美操课程因竞技性与艺术性深受欢迎,但存在重技能、轻价值引领,思政元素挖掘不系统的问题。现有研究多聚焦传统体育课程或体教融合宏观层面,针对健美操专项的研究薄弱。本研究以高校健美操课程为载体,系统挖掘思政元素,构建协同育人机制,探索实践路径,助力体育教育向全面育人转型。

## 2. 高校健美操课程思政元素的挖掘与分类

### 2.1 课程核心环节的思政元素载体定位

高校健美操课程的理论教学、技能学习、团体编排、比赛展演、课外实践五大核心环节,是思政教育的多元载体,蕴含丰富育人切入点。理论教学中,讲解我国健美操从引进到自主创新的历程,融入爱国主义与文化自信,同时传递生命教育与健康生活理念;技能学习通过攻克复杂动作、严守动作标准,培育抗挫折精神、拼搏意识与严谨治学态度。团体编排需成员沟通配合、优势分工,塑造团队协作与责任担当,融入秧歌等民族元素可强化文化认同;比赛展演通过规则学习、礼仪规范培养法治观念,引导树立正确胜负观。课外实践则让学生以技能服务社会,涵养奉献精神与社会责任感。

### 2.2 特色思政元素提炼与元素库构建

结合健美操“艺术性、竞技性、群体性”特色,从五大核心环节中提炼思政元素,按精神品质、价值观念、文化素养三类构建系统化思政元素库。精神品质类含拼搏、自律、抗压、专注等,通过高强度体能训练、形体训练等渗透,如突破生理极限的练习培育拼搏精神。价

值观念类涵盖集体主义、规则意识等,借团体编排、比赛展演等强化,如团体操表演中让学生理解集体与个人利益关系。文化素养类包括文化自信、家国情怀等,通过民族风格动作创编、红色主题健美操设计等提升,如以黄河文化为主题的动作编排,厚植学生文化认同与家国情怀。

## 3. 课程思政视域下体教融合育人机制构建

### 3.1 育人机制的核心逻辑

基于体教融合“育体与育人协同”的要求,结合健美操课程特点,构建“技能训练、价值引领、实践转化”的递进式育人逻辑,实现“强体魄、铸精神、优品格”的育人目标。以健美操技能训练为基础,将思政元素融入动作学习、体能训练、编排创新等技能培养全过程,让学生在掌握专业技能的同时,潜移默化地接受价值熏陶;以价值引领为核心,通过思政元素的显性渗透与隐性熏陶,引导学生树立正确的世界观、人生观、价值观;以课外实践与社会服务为延伸,搭建技能转化平台,让学生在实践中践行思政理念,实现“认知、情感、行为”的统一。例如,在“有氧健美操”教学模块中,先通过技能训练让学生掌握动作节奏与力度控制(技能训练);再结合“全民健身”国家战略,讲解健美操在推广健康生活方式中的作用,渗透体育强国理念(价值引领);最后组织学生走进社区,开展“健康健身进社区”实践活动,指导居民学习基础健美操动作(实践转化),形成“技能学习、价值认知、实践应用”的完整育人体系。

### 3.2 育人机制的构成要素

#### 3.2.1 主体协同要素

明确教师、学生、社团比赛组织方三方主体的角色与协同责任，形成育人合力。教师承担“思政引导者”角色，负责挖掘课程思政元素、设计融合教学方案、在教学中渗透价值引领，同时与思政教师组建联合备课团队，提升思政融入能力；学生作为“主动实践者”，需积极参与思政融入的教学活动、课外实践与竞赛展演，在实践中深化对思政理念的理解与践行；社团竞赛组织方作为“实践搭建者”，负责策划校级健美操大赛、红色主题展演等活动，为学生提供展示技能、践行思政理念的平台，同时建立活动反馈，及时优化活动设计。

### 3.2.2 内容融合要素

为避免思政教育与课程内容两张皮现象，本研究建立健美操课程体育技能与思政教育目标的对应关系，将技能目标拆解为动作掌握、编排创新、竞赛表现、实践应用四方面，分别对应专注力、文化自信、规则意识、社会责任感等思政目标。同时，设计课堂教学、课外训练、竞赛活动、社会服务的连贯流程，以团体编排为例形成闭环式内容融合体系，确保思政元素渗透的连续性。

### 3.2.3 评价反馈要素

构建技能水平、思政素养、实践表现的多元评价指标体系，采用定量与定性相结合的评价方式，动态监测育人效果，技能水平评价采用“动作标准度、编排创新性、竞赛成绩”等量化指标；思政素养评价通过“思政素养问卷”，包含集体主义、规则意识等、课堂观察记录，学生在团队协作、抗挫折中的表现进行；实践表现评价结合学生在课外活动、社区服务中的参与度与反馈意见。建立动态反馈机制，每学期末通过“教师评、学生自评、同伴互评、实践对象评”四方评价，收集育人效果数据，分析存在的问题，如思政元素融入生硬、实践路径衔接不畅等，并根据反馈结果优化育人机制与教学方案，实现评价、反馈、优化良性循环。

## 4. 高校健美操课程思政与体教融合的实践路径

### 4.1 课堂教学路径：实现“练技与铸魂”同步

#### 4.1.1 理论教学融入思政理念

在健美操理论教学模块，结合课程内容设计思政主题教学单元。例如，在“健美操发展史”单元，对比中外健美操项目的发展历程，重点讲解我国健美操运动员在国际赛事中取得的突破，如世锦赛获奖情况，通过视频展示、运动员事迹分享等方式，渗透爱国主义教育；在“健美操与健康”单元，结合“健康中国战

略，分析健美操对改善青少年体质、培养健康生活方式的作用，引导学生树立“健康第一”的理念，渗透健康教育。同时，采用“案例教学法”，引入红色主题健美操案例，如以“长征精神”为主题的编排作品），组织学生分析案例中思政元素的融入方式，培养学生的思政元素挖掘与应用能力。

#### 4.1.2 技能教学渗透思政元素

在技能教学中，通过分组训练、任务驱动等方式，将思政元素融入技能学习全过程。例如，在复杂动作组合教学中，采用分组互助模式，让基础较好的学生帮助基础薄弱的同学，在互助过程中培养团队协作与互助精神；在动作纠错环节，引导学生正视自身不足，通过反复练习突破难点，渗透抗挫折教育与拼搏精神。在编排部分，融入民族文化，以中华优秀传统文化为主题设计动作组合，鼓励融入京剧、武术、民族舞蹈等元素。教师对作品中的文化元素进行点评与深化，让学生在创作中感受民族文化魅力，强化文化自信。

## 4.2 课外延伸路径

#### 4.2.1 校园活动强化价值传递

依托高校健美社团，策划系列校园健美操活动，强化思政价值传递。组织“校级健美操大赛”，除设置技能评分奖外，增设团队风貌奖、拼搏精神奖、文化创意奖，将思政表现纳入评奖标准，开展红色主题健美操展演活动，以建党纪念日、国庆节等重要节点为契机，鼓励学生编排红色主题作品，通过展演营造浓厚的红色文化氛围，厚植家国情怀。同时，将健美操课程与校园文化建设结合，在体育文化节、新生入学教育等活动中，展示学生的健美操成果，宣传课程思政理念，扩大课程影响力。

#### 4.2.2 社会实践实现价值转化

对接社区、中小学等单位，搭建健美操社会实践平台，实现思政理念的实践转化，组织校园健康公益行活动，让学生走进社区，为居民提供免费的健美操教学服务，讲解科学健身知识，在服务中培育奉献精神与责任感；与中小学合作开展健美操进校园活动，学生作为“小老师”，指导中小学生学习基础健美操动作，传递“健康运动、团结协作”的理念，同时提升自身的沟通能力与责任担当。建立社会实践档案，记录学生的参与次数、服务时长、实践对象反馈等信息，将实践表现纳入课程评价体系，激发学生参与实践的积极性。

## 4.3 保障支撑路径：确保育人路径落地见效

#### 4.3.1 资源保障

编写《体教融合活动实施方案》，规范校级竞赛、社会实践等活动的组织流程、评价标准与安全保障措施，建设“健美操课程思政资源库”，收录红色主题教学视频、民族风格动作素材、思政案例库等资源，供教师教学与学生使用。

#### 4.3.2 师资保障

建立体育教师、思政教师联合备课模式，定期开展备课会议，共同设计教学方案、挖掘思政元素、解决教学难题。例如，思政教师为体育教师提供思政理论指导，帮助其准确把握思政教育目标，体育教师结合课程特点，提出思政元素融入的具体需求，双方协同优化教学内容。

开展师资培训活动，内容涵盖思政元素挖掘方法、体教融合政策解读、教学方法创新等；组织教师参与校内外课程思政教学研讨会、健美操教学技能大赛，提升教师的教学能力与思政素养。

### 5. 优化育人模式

将思政元素融入编排教学，能激发学生的创新意识，提升技能学习的深度与质量，育人机制对学生思政素养的提升具有显著效果，思政元素融入让健美操课程更有意义，通过团体编排与竞赛，更深刻地理解了团队协作的重要性，课堂观察发现，实验组学生在小组合作中更主动承担责任，面对训练困难时的坚持度更高，而对照组学生存在个人主义倾向，畏难情绪等问题的比例较高，当然在育人模式中也存在不足，针对“部分思政元素融入生硬”的问题，优化教学方法，采用情境教学法、体验式教学法替代传统的说教式渗透，例如在规则意识培养中，通过模拟竞赛判罚争议情境，让学生讨论如何处理争议，在体验中理解规则的意义；针对课外实践与课堂教学衔接不畅的问题，建立课堂、实践衔接机制，在课堂教学中提前布置实践任务，实践后组织成果分享会，让学生汇报实践收获，实现课堂与实践的闭环衔接；针对评价体系中思政素养量化难度大的问题，细化思政素养评价指标，从课堂参与度、团队贡献度、实践表现等具体行为方面进行评分，提升评价的可操作性与准确性。

### 6. 结论

本研究通过对高校健美操课程的深入研究，得出以下结论：

第一，高校健美操课程蕴含丰富的思政元素，通过系统挖掘可构建精神品质类、价值观念类、文化素养类元素库，为课程思政建设提

供内容支撑；

第二，构建的技能训练、价值引领、实践转化育人机制，明确了主体协同、内容融合、评价反馈三大要素，实现了体育教育与思政教育的深度融合，解决了融什么、怎么融、如何评的核心问题；

第三，课堂教学、课外延伸、保障支撑的实践路径，能有效将思政元素融入课程各环节，实证检验表明该路径可显著提升学生的技能水平与思政素养，为高校体育课程思政提供了可操作的实践范式。

高校体育课程思政建设，需持续探索与创新，本研究以健美操课程为切入点，为体育课程思政提供了实践参考，期待未来能有更多研究聚焦专项体育课程，共同推动高校体育教育实现“立德树人”的根本目标。

### 参考文献

- [1]宁宇航. 北京市高等体育院校健美操教学中落实“课程思政”理念的发展对策研究[D]. 首都体育学院, 2022.
- [2]关晨涛,朱俊杰. 高校公共体育课“课程思政”教学改革路径研究——以健美操选项课为例[J]. 福建师范大学福清分校学报, 2022(3):13-18.
- [3]曾玲玲. 新时代背景下高校健美操课程思政体系的构建[J]. 当代体育科技, 2023(5):34-37.
- [4]教育部. 高等学校课程思政建设指导纲要[EB/OL]. (2020-05-28)[2025-04-08].
- [5]张萍萍,张晗. 大学公共体育课思政教学实施路径研究——以健美操课为例[J]. 当代体育科技, 2023(2):15-18.
- [6]莫丽琼. 高校体育专业开展课程思政的策略分析——以健美操课程为例[J]. 当代体育科技, 2023(5):44-47.
- [7]邓嘉,邱建钢. 高职院校健身健美课程与思政教育融合研究[J]. 体育视野, 2022(8):57-59.
- [8]夏贵霞,舒宗礼. 课程思政视角下高校体育课程育人质量提升体系的构建——以华中师范大学为例[J]. 体育学刊, 2020, 27(4):7-13.
- [9]陈雪. 高职院校健美操课程思政的建设研究[J]. 黑龙江农垦职业学院学报, 2023(7).
- [10]张永平. 民办高校公共体育课程与课程思政融合发展探究[J]. 当代体育科技, 2022, 12(20):133-136.