

# 中华优秀传统文化融入高校体育课程思政建设的探索研究

彭延光

(黑龙江外国语学院体育部, 黑龙江哈尔滨 150025)

**摘要** ▶ 自党的十八大以来,“立德树人”的根本任务被习近平总书记等多个场合反复提及并强调。中华优秀传统文化作为我国宝贵的文化遗产,资源广博,底蕴绵长,对于高校体育课程思政建设而言,它不仅是宝贵的教学素材,更为这一工作注入了源源不断的活力。鉴于此,文章从“立德树人”的教育核心出发,深入挖掘中华优秀传统文化中的教育价值,以及中华优秀传统文化在高校体育课程思政建设中的重要作用,并探讨如何将传统体育文化元素与高校体育课程思政建设相结合,从而为我国高校体育课程思政建设实践提供有益的参考与启示,并推动相关工作的深入开展。

**关键词** ▶ 中华优秀传统文化; 高校体育; 课程思政

DOI: 10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2024.08.007

全球化浪潮下,文化交融与冲击日益加剧,保护和传承本土优秀传统文化显得尤为重要。高校作为青年才俊的聚集地,肩负着培养新时代人才的重任。体育课程作为学生身心健康发展的重要环节,其教育意义远超过单纯的体能训练。将中华优秀传统文化融入体育课程思政建设,不仅能提升学生的文化素养,还能在潜移默化中强化学生的民族认同感和文化自信。此研究意在探寻中华优秀传统文化与高校体育课程思政建设的融合之道,使用合适的教学策略和方法,使学生在体育锻炼的过程中深刻感受到中华文化的深厚底蕴,从而实现思政教育的目标。这一研究旨在为高校体育课程思政建设开辟新路径,培养出体魄强健的中华优秀传统文化继承人。

## 1 高校体育课程中的思政教育需求

### 1.1 培养学生社会责任感的需求

高校体育课程作为大学教育的重要组成部分,肩负着培养学生社会责任感的重要任务。在体育课程中,教师可以通过组织团队活动、竞赛等形式,让学生意识到个人与团队、个人与社会之间的紧密联系。通过参与体育活动,学生不仅

能够锻炼身体,还能学会如何与他人合作,如何为团队的胜利贡献力量。这种团队意识和社会责任感的培养,将有助于学生在未来社会中更好地融入集体,为国家的繁荣富强贡献自己的力量。此外,教师还可以在体育课程中穿插讲解体育精神、体育道德等内容,引导学生理解并践行公平竞争、尊重对手、遵守规则等体育精神。这些精神内核与社会责任感紧密相连,都是学生在未来社会中必须具备的重要品质。

### 1.2 弘扬集体主义精神的需求

集体主义精神,不仅是中华民族的传统美德,也是现代社会不可或缺的核心价值观。在高校体育课程中,弘扬集体主义精神显得尤为重要,对于塑造学生的团队协作精神、增强集体荣誉感具有深远影响。体育课为学生提供了一个绝佳的平台,让他们在实践中学习和感受集体主义的重要性。在篮球、足球等团队运动中,学生们需要紧密合作,共同为团队的胜利而努力。只有每个人都发挥出自己的最大潜能,并与队友相互支持、相互配合,才能取得最好的成绩。这种体验不仅有助于培养学生的团队协作精神,还能增强他们的集体荣誉感。当学生意识到自己的行为可以直接影响到团队的成败时,他们会更加珍惜团队中的每一个成员,更加努力地

基金项目:黑龙江省高等教育本科教学改革项目《中华优秀传统文化融入高校体育课程思政建设的探索研究》(SJGY20220721)

作者简介:彭延光,男,副教授,研究方向:体育教学。

为团队的共同目标而奋斗。因此，在高校体育课程中融入集体主义教育，不仅是为了锻炼学生的身体，更是为了培养他们的团队协作精神，提升集体荣誉感，对学生未来的生活和工作中产生积极的影响。这种教育方式将使学生受益终身，成为他们未来发展的重要支撑。

### 1.3 传承爱国主义精神的需求

在体育课程中融入爱国主义教育，不仅可以增强学生的民族自豪感和国家认同感，还能激发他们的爱国热情。体育课程中的爱国主义教育可以通过多种形式来实现，如讲解中国体育健儿在国际赛场上为国争光的事迹，组织学生观看爱国主义题材的体育赛事等。这些活动能够让学生深刻感受到祖国的强大和民族的骄傲，激发他们的爱国之情。

## 2 中华优秀传统文化与高校体育课程思政的契合点

### 2.1 道德修养与体育精神的融合

中华优秀传统文化中，道德修养被视为立人之本，它涵盖了诚信、守义、仁爱等诸多品质。这些品质在高校体育课程中得到了淋漓尽致的体现。体育课程不仅锻炼了学生的体魄，更在竞技与锻炼中培养了学生的团队合作精神和公平竞争意识，这些都是道德修养的具体实践。例如，在篮球、足球等团队运动中，学生们需要互相信任、互相协作，才能取得胜利，这正体现了传统文化中的“仁爱”与“和谐”思想。同时，体育课程中强调的公平竞争，也与中国传统文化中的“正义”观念相呼应。将道德修养融入体育课程，能够使学生在运动中感受传统文化的魅力，进而提升自身的道德水准。

### 2.2 自强不息与拼搏精神的契合

中国传统文化中的“自强不息”精神，是一种积极向上、永不言败的人生态度，这种精神在高校体育课程中得到了生动的诠释。无论是田径场上的速度比拼，还是泳池里的奋力向前，都需要学生们具备坚持不懈的拼搏精神。体育课程的锻炼过程，就是学生们挑战自我、超越自我的过程。通过一次次的训练和比赛，学生们深刻体会到了自强不息的重要性，逐渐培养出了勇于挑战、追求卓越的精神品质。这种品质不仅对学生们的体育成绩有着积极的影响，更将伴随他们走向社会，成为他们实现梦想的重要支撑。

### 2.3 礼仪规范与体育道德的相通

中国传统文化注重礼仪规范，体现了人与人之间的尊重

和谦逊之美。在高校体育课程中，体育道德同样强调尊重对手、遵守规则、公平竞争等原则。这些原则与中国传统文化中的礼仪规范不谋而合，共同构成了体育竞技中的道德准则。将礼仪规范融入体育课程思政建设中，不仅可以帮助学生树立良好的体育道德观念，更能培养他们在日常生活中尊重他人、遵纪守法的良好品质。这种品质的培养不仅有助于提升学生们的个人素养，还将对整个社会的文明程度产生积极影响。礼仪规范与体育道德的相通之处不仅体现在竞技场上，还会延伸到学生们的日常生活中去。

## 3 中华优秀传统文化在高校体育课程思政建设中的实践探索

### 3.1 做好课程思政统筹规划设计

做好高校体育课程思政统筹规划设计，对于培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人具有重要意义。在规划设计中，应坚持“健康第一”的教育理念，将思政教育融入体育教学中，强化学生的体育精神和爱国情怀。首先，高校需要明确课程目标，不仅注重学生体质健康和运动技能的培养，更要通过体育活动培养学生的团队合作精神和拼搏进取的态度和遵守规则的意识；其次，在课程内容上，要挖掘体育项目的思政元素，如通过讲述中国体育健儿为国争光的事迹，激发学生的爱国热情；最后，评价体系要多元化，不仅考查学生的运动成绩，还要关注学生的思政表现，以及他们在体育活动中所展现的团队合作精神和责任感。通过这样的统筹规划设计，高校体育课程可以更好地落实立德树人的根本任务，培养出既有健康体魄，又有高尚品德的优秀人才，为实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献力量。

### 3.2 创新教学方法激发探究意识

中华优秀传统文化是中华民族几千年文明积淀的瑰宝，在高校体育课程思政建设中，深度融入这一文化资源，能够实现传统文化的现代转化。通过创新教学方法，如将太极拳、武术等传统体育项目与思政教育相结合，不仅可以锻炼学生的体魄，还能让学生在运动中感悟中华文化的博大精深。以“太极课程”为例，在教授“云手”这一动作时，教师可以引导学生思考其中蕴含的阴阳平衡、以柔克刚的哲学思想，并与现实生活中的困境和挑战相联系，教导学生如何运用这种思想去应对生活中的问题。同时，教师还可以通过组织学生进行太极拳表演、比赛等活动，增强学生对传统文化的认同感和自豪感。此外，利用情景模拟、角色扮演等互

动式教学方法,能够激发学生对传统文化的兴趣与探究意识,让他们在体验中感受中华文化的魅力,进而培养文化自信。这样的实践探索,不仅丰富了高校体育课程的内容与形式,也为思政教育注入了新的活力,使学生在运动中受到文化的熏陶,提升了思政教育的实效性。

### 3.3 精选教学内容

深入挖掘中国优秀传统文化中与体育紧密相关的元素是高校体育课程思政建设的首要任务。在教学内容上选择太极拳、武术等传统体育项目,不仅具有卓越的体育价值,更承载着深厚的中华文化精髓,能让学生在挥洒汗水的运动中感受到千年文化的浸润,从而自然而然地培养出对中华文化的热爱与自豪。同时,选择能够展现团结协作、锐意进取、自强不息等中华民族核心价值观的体育项目,使学生在实践中深刻领悟这些价值观的真谛,不仅能锻炼学生的体魄,更能塑造他们的精神世界,培养坚韧不拔的优秀品质。此外,教学内容的选择也需与时俱进,紧密结合当代大学生的兴趣点 and 需求。挑选那些能够引起学生共鸣、激发他们探索欲望的教学内容,让传统与现代在体育课堂上融合。

### 3.4 营造良好的文化氛围

高校可以在体育课程中融入更多的传统文化元素。例如,在体育馆内悬挂中国传统文化标语,展示中国优秀运动

员的事迹和体育精神,播放中国传统音乐等,让学生在运动的同时感受到浓厚的文化氛围,提高对传统文化的认知水平和兴趣。高校还可以定期组织与传统文化相关的体育活动和比赛,如太极拳比赛、武术表演等,让学生在参与中亲身体验传统文化的魅力。同时,教师也应积极引导了解和学习传统文化,鼓励他们在课程中分享自己对于传统文化的理解和感受。此外,高校应加强与传统文化的联系和交流,例如与其他高校或文化机构合作,共同举办传统文化研讨会、展览等活动,拓宽学生的文化视野。通过这些实践探索,高校能够在体育课程思政建设中营造良好的文化氛围,让学生在全面发展的同时,更加深刻地理解和传承中华优秀传统文化。

## 4 结语

随着时代的进步和教育理念的持续演变,中华优秀传统文化与高校体育课程思政建设的融合已成为教育领域的重要议题。本研究致力于探寻实现这一融合的有效策略,期望在增强学生体能训练的同时,也能加深其对中华文化的理解和认同。本研究从多个维度出发,寻找将传统文化精髓融入体育课程思政教育的契合点。通过精心设计的课程规划,创新的教学手法,以及选择富含文化底蕴的教学内容,使学生在每一次的体育活动中都能深刻感受到中华文化的博大精深。

#### 参考文献:

- [1] 王锐,葛国政.高校民族传统体育课程思政的价值蕴含与践行路径[J].南京理工大学学报(社会科学版),2023,36(6):73-78.
- [2] 梁超.传统文化融入思政课教学的思考[J].中学政治教学参考,2023(45):16-17.
- [3] 石晶.北京冬奥精神融入高校课程思政的价值与实践路径[J].产业与科技论坛,2023,22(24):101-103.
- [4] 侯海燕.课程思政视阈下高校武术课程发展研究——以蔡李佛拳为例[J].武术研究,2023,8(11):50-52+59.
- [5] 龚诗昆.中华优秀传统文化融入高校思政教育的价值与路径[J].黑龙江教师发展学院学报,2023,42(11):154-156.