

体教融合背景下，大学体育八段锦课程承载思政教育的价值意蕴与实践路径

黄玺永 崔开开

广东工商职业技术大学体育学院，广东肇庆，526000；

摘要：体教融合政策的全面推进与课程思政的深度实施，为大学体育育人改革提供了新的契机。八段锦作为中华优秀传统文化体育项目的典型代表，兼具体育健身与文化育人的双重属性，是体教融合背景下实现思政教育与体育教学协同育人的优质载体。本文采用文献研究法、案例分析法等，系统探讨八段锦课程承载思政教育的价值意蕴与实践路径。研究发现，八段锦课程在传承中华优秀传统文化、塑造大学生健全人格、促进身心健康发展等方面具有独特价值。当前，该课程在思政元素挖掘、师资素养与评价体系等方面仍存在诸多困境。基于此，本文提出通过重构教学内容、创新教学方法、加强师资建设与优化评价机制等路径，实现八段锦课程与思政教育的深度融合，为大学体育落实立德树人根本任务、推动体教融合落地见效提供理论参考与实践借鉴。

关键词：八段锦；课程思政；体教融合

DOI：10.64216/3080-1516.25.06.069

新时代以来，《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》等政策的出台，标志着体教融合已成为我国教育与体育事业协同发展的核心方向^[1]。大学体育作为体教融合的关键环节，不仅承担着增强学生体质的基础任务，更肩负着落实立德树人根本任务的重要使命。与此同时，课程思政作为全方位育人的重要举措，要求将思政教育贯穿教育教学全过程，实现知识传授、能力培养与价值引领的有机统一。

八段锦源于中国古代养生文化，动作舒缓连贯、内涵博大精深，既是提升身体素质的有效手段，更是承载中华优秀传统文化与哲学思想的重要载体^[2]。将思政教育融入大学八段锦课程，既是体教融合政策的具体践行，也是传统体育文化创新性发展的必然要求。然而，当前大学八段锦教学多聚焦于技能传授，对其思政育人潜力的挖掘不足，难以满足新时代大学体育的育人需求。

基于此，本文立足体教融合背景，深入剖析大学八段锦课程承载思政教育的价值意蕴，精准把握实践中存在的困境，探索科学可行的实现路径，旨在为推动大学体育课程思政改革、传承中华优秀传统文化提供有益参考。

1 体教融合背景下大学八段锦课程承载思政教育的价值意蕴

1.1 文化传承价值：弘扬中华优秀传统文化，增强文化自信

八段锦作为流传千年的传统养生功法，是中华优秀传统文化的浓缩，蕴含着“天人合一”、“阴阳平衡”的哲学思想。在体教融合背景下，大学八段锦课程将传统体育文化融入教学过程，通过讲解八段锦的历史渊源、文化内涵，让大学生在练习技能的同时，深入了解中华优秀传统文化的精髓。

这一过程不仅能够丰富大学生的文化知识储备，更能增强其文化认同感与自豪感，培育文化自信。有助于培养具有文化自信的时代新人，为中华优秀传统文化的传承与发展注入青春力量。

1.2 品德塑造价值：培育坚韧意志、自律意识与敬畏之心

八段锦的动作要求精准规范、呼吸与动作协调，这一过程能够有效培育大学生的坚韧意志与自律意识^[3]。在练习过程中，学生需要克服动作难度大、枯燥乏味等困难，逐步养成坚持不懈、精益求精的品质。

此外，八段锦蕴含着对生命、自然的敬畏之心，其动作设计顺应人体生理规律与自然节律，传递着“顺应自然、尊重生命”的理念。通过课程教学，能够引导大学生树立敬畏生命、尊重自然的观念，培养其社会责任感与道德情操，实现品德素质的全面提升。

1.3 身心健康价值：践行健康中国理念，促进身心协同发展

健康中国战略的实施,要求高等教育重视学生的身心健康发展。大学生面临学业压力、就业压力等多重挑战,身心健康问题日益突出。八段锦作为一种温和的养生功法,能够有效改善学生的心肺功能、增强体质,缓解身体疲劳^{[3][4]}。同时,其注重“身心合一”的练习方式,能够帮助学生放松身心、调节情绪,提升心理调适能力。

在体教融合背景下,八段锦课程将身心健康教育与思政教育相结合,通过引导学生养成良好的运动习惯,践行健康中国战略要求。同时,在身心健康的基础上,帮助学生以更加积极乐观的心态面对学习与生活,为其全面发展奠定坚实基础。

1.4 价值引领价值:传递正确世界观、人生观与价值观

八段锦蕴含的哲学思想与价值理念,与社会主义核心价值观具有内在契合性。其“中正平和”的动作要求,传递着公平正义、谦逊包容的价值观念;“自强不息”的练习过程,彰显着奋斗进取、坚韧不拔的精神品质;“天人合一”的核心理念,蕴含着人与自然和谐共生的生态智慧。

在课程教学中,通过挖掘这些价值元素,将其与社会主义核心价值观教育相结合,能够引导大学生树立正确的世界观、人生观与价值观。同时,通过案例讲解等形式,让学生在潜移默化中接受价值引领,培养其时代责任感与历史使命感,成长德才兼备的社会主义建设者和接班人。

2 体教融合背景下大学八段锦课程承载思政教育的实践困境

2.1 教学层面:思政元素挖掘不深,教学方法单一固化

当前大学八段锦课程教学中,思政元素的挖掘存在明显不足。多数教师将教学重点放在动作技能的传授上,对八段锦的文化内涵、价值理念等思政资源挖掘不够深入,未能将思政元素与技能教学有机融合。

同时,教学方法较为固化,多采用“教师示范—学生模仿—反复练习”的传统模式,缺乏互动性与创新性。无法有效引导学生感悟其中思政元素,导致思政教育与技能教学脱节,育人效果不佳。

2.2 师资层面:思政素养不足,跨学科教学能力欠缺

缺

高校体育教师是八段锦课程思政教学的实施主体,其思政素养与教学能力直接影响育人效果。当前,多数体育教师的专业背景集中于体育学科,缺乏系统的思政教育理论培训,对思政教育的内涵、目标、方法认识不足,难以准确识别和挖掘八段锦课程中的思政元素。

同时,教师的跨学科教学能力欠缺,无法将体育学、文化学、思想政治教育等多学科知识有机融合,在教学过程中难以将思政元素自然融入技能教学,容易出现“生硬说教”的问题,引发学生的抵触情绪。

2.3 评价层面:评价体系重技能轻思政,育人效果难以量化

当前大学八段锦课程的评价体系存在明显的“重技能、轻思政”倾向。评价内容主要聚焦于学生的动作规范度、熟练程度等技能指标,对学生的文化素养、道德品质、集体意识等思政表现缺乏明确的评价指标。

评价方式以终结性评价为主,多采用期末考试的形式,忽视了对学生学习过程的动态评价,难以全面反映学生的思政素养提升情况。此外,思政育人效果具有隐性化、长期性的特点,难以通过量化指标进行精准评价,导致部分高校缺乏科学的评价方法,无法有效反馈课程思政的教学实效,也难以根据评价结果优化教学过程,形成“教学—评价—改进”的良性循环。

2.4 保障层面:教学资源配置不足,协同育人机制尚未健全

当前,部分高校对八段锦课程的重视程度不足,教学资源存在配置不足。一方面,教材建设滞后,现有教材多以动作技能讲解为主,缺乏对思政元素的系统梳理与融入设计;另一方面,教学设施不完善,部分高校缺乏专门的八段锦教学场地,多媒体教学设备、传统文化展示资源等不足,影响了教学效果。

同时,协同育人机制尚未健全。高校体育部门、思政部门、传统文化研究机构之间缺乏有效的沟通协作,未能形成育人合力。思政部门对体育课程思政的指导不足,导致八段锦课程思政教学缺乏系统性的规划与保障,难以实现持续推进。

3 体教融合背景下大学八段锦课程承载思政教育的实践路径

3.1 内容重构：深挖思政元素，构建“技能+文化+思政”的教学内容体系

3.1.1 系统挖掘思政元素

组建由体育教师、思政教师、传统文化研究者组成的教学团队，深入挖掘八段锦课程中的思政资源。从文化维度，梳理其历史渊源、文化内涵，挖掘其中蕴含的中华优秀传统文化基因；从品德维度，结合练习过程中的自律、坚韧、专注等要求，提炼意志品质培养元素；从价值维度，解读“天人合一”、“中正平和”等哲学思想，挖掘与社会主义核心价值观相契合的价值元素。

3.1.2 优化教学内容设计

构建“技能+文化+思政”的三位一体教学内容体系。技能模块聚焦动作规范与健身原理的教学；文化模块融入八段锦的历史演变、地域特色、非遗价值等内容；思政模块结合时代热点，设计“传统文化与文化自信”、“团队协作与集体荣誉”、“健康生活与责任担当”等主题教学内容。同时，编写融合思政元素的专用教材，将思政内容与技能教学、文化传授有机结合，确保教学内容的系统性与针对性。

3.2 方法创新：采用多元化教学模式，提升思政育人感染力

3.2.1 案例教学法与探究式教学法的融合

选取与八段锦相关的典型案例，如传统体育文化传承案例、运动员拼搏励志案例等，引导学生进行讨论分析，深化对思政元素的理解。同时，采用探究式教学法，提出“八段锦如何体现中华优秀传统文化的包容性”、“在集体练习中如何实现个人与团队的协同”等探究问题，鼓励学生自主查阅资料、小组合作探究，培养其独立思考与创新能力。

3.2.2 数字化教学手段的运用

充分利用多媒体教学设备、在线教学平台等数字化资源，丰富教学形式。通过三维动画演示八段锦动作的发力原理，利用直播课程邀请非遗传承人开展专题讲座，借助在线讨论区组织学生进行课后交流，打破时空限制，提升教学的趣味性与互动性，增强思政教育的感染力。

3.3 师资建设：强化思政素养培训，提升跨学科教学能力

3.3.1 开展系统的思政培训

高校应将思政素养培训纳入体育教师的继续教育体系，定期组织教师参加思政教育理论培训班、专题研讨会，邀请思政专家、传统文化学者开展讲座，帮助教师系统学习思政教育理论，提升对课程思政的认知水平。同时，组织教师参观红色教育基地、非遗传承基地，丰富实践体验，增强育人意识。

3.3.2 搭建跨学科交流平台

建立体育教师与思政教师、传统文化教师的跨学科交流机制，通过集体备课、教学观摩、联合教研等形式，促进不同学科教师之间的知识互补与经验共享。鼓励体育教师参与跨学科课题研究，围绕八段锦课程思政开展专项研究，提升跨学科教学能力，学会将思政元素自然融入技能教学，避免政教分离问题。

3.4 评价优化：构建多元评价机制，全面反馈育人实效

3.4.1 完善评价内容与指标

构建“技能指标+思政指标”的多元评价内容体系。技能指标主要包括动作规范度、熟练程度、健身知识掌握情况等；思政指标涵盖文化自信、意志品质、价值观念等方面，具体可设置“传统文化认知度”、“练习坚持性”、“价值观体现”等细分指标，确保评价内容的全面性。

3.4.2 创新评价方式

采用终结性评价与过程性评价相结合、定量评价与定性评价相结合的评价方式。终结性评价可通过技能考核、理论测试等形式开展；过程性评价可通过课堂表现、小组作业等方式，全面记录学生的学习过程与思政素养提升情况。同时，引入质性评价方法，如通过访谈、观察等，深入了解学生的思想变化，确保评价结果的客观性与全面性。

4 结论与展望

4.1 研究结论

本研究立足体教融合背景，系统探讨了大学八段锦课程承载思政教育的价值意蕴与实践路径，得出以下结论：

第一，在体教融合与课程思政协同推进的时代背景下，大学八段锦课程承载着多元的思政育人价值，具体体现为身心健康价值、品德塑造价值与文化传承价值，这些价值与立德树人根本任务高度契合，是实现体教融

合育人目标的重要支撑。

第二,当前大学八段锦课程思政教学面临诸多现实困境,主要包括教学层面思政元素挖掘不深、教学方法单一;师资层面思政素养不足、跨学科能力欠缺;评价层面重技能轻思政、育人效果难以量化等问题,制约了课程思政育人功能的充分发挥。

第三,解决上述困境需要从多维度构建实践路径:通过内容重构,挖掘思政元素,构建“技能+文化+思政”的教学体系;通过方法创新,采用案例教学等多元化模式,提升育人感染力;通过师资建设,强化思政培训与跨学科交流,提升教师育人能力;通过评价优化,构建多元评价机制,全面反馈育人实效。

4.2 研究不足与未来展望

本研究虽对大学八段锦课程思政的价值与路径进行了系统探讨,但仍存在一定的局限性。在研究方法上,案例分析与访谈的样本范围相对有限,研究结论的普适性有待进一步验证;在研究内容上,对课程思政育人效果的研究周期有限,未能深入分析思政元素对学生思想观念的长期影响。

未来研究可进一步扩大样本范围,采用问卷调查、长期跟踪调研等方法,增强研究结论的科学性与普适性。

同时,可聚焦八段锦课程思政的具体教学案例,深入分析不同教学模式的实施效果。此外,还可探索数字化时代下八段锦课程思政的创新路径,如利用人工智能、虚拟现实等技术优化教学过程,提升育人实效,为传统体育课程思政的持续发展提供更多理论与实践支持。

参考文献

- [1] 国家体育总局.《关于印发深化体教融合促进青少年健康发展意见的通知》[EB/OL]. (2020-08-31). http://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2020-09/21/content_5545112.htm.
- [2] 吴歌,郝云菲.民族传统体育八段锦在高校体育教学中融合推广的路径与方法[J].中华武术,2024,(07):121-122.
- [3] 李国辉.对中国传统健身气功起源及其健身功效的研究[J].搏击(武术科学),2013,10(02):72-76.
- [4] 刘生明.健身气功·八段锦对高校大学生体能的影响研究[J].当代体育科技,2025,15(05):109-111.

广东工商职业技术大学 2024 年课题“课程思政视域下职业本科大学体育八段锦教学思政融入的路径研究”(项目编号:GDGSGQ2024008)。