

# 培养中华民族复兴人才——体育教学的价值定位与变革路径

马骁

河北省邢台市第二十四中学, 中国·河北 邢台 054000

**摘要:** 本文旨在探讨新时代背景下, 体育教学服务于复兴人才培养的多维价值定位(铸就强健体魄、锻造坚韧意志、培育团队精神、激发进取意识、增强文化自信), 并系统分析其面临的现实挑战(如地位边缘化、内容方法陈旧、评价体系片面等)。最后, 结合国家最新政策导向, 提出以“健康第一, 全面发展”为核心理念, 通过体系优化、方法创新、评价改革、资源拓展、文化浸润等多维路径进行系统性构建, 以期推动体育教学从教育体系的“边缘”走向“中心”, 为培养体魄强健、精神昂扬、全面发展的复兴栋梁提供理论参考与实践指引。

**关键词:** 民族复兴; 人才培养; 体育教学; 价值重塑; 体教融合; 体系变革

## Cultivating Talents for the Chinese National Rejuvenation——The Value Positioning and Reform Path of Physical Education Teaching

Ma Xiao

Xingtai No.24 Middle School, Hebei Province, China Hebei Xingtai 054000

**Abstract:** This study explores the multidimensional value of physical education in cultivating talents for national rejuvenation under the new era context (building robust physique, forging resilient willpower, fostering teamwork, inspiring ambition, and strengthening cultural confidence). It systematically analyzes practical challenges including marginalization of status, outdated content methodologies, and one-sided evaluation systems. In alignment with national policy directives, the paper proposes a "health-first, all-round development" core philosophy. Through systematic optimization, methodological innovation, evaluation reform, resource expansion, and cultural immersion, this framework aims to elevate physical education from the periphery to the core of the education system. The research provides theoretical references and practical guidance for nurturing physically strong, spiritually vibrant, and holistically developed pillars of national rejuvenation.

**Keywords:** National rejuvenation; Talent cultivation; Physical education teaching; Value reconstruction; Integration of sports and education; System reform

### 1 时代命题与体育教学的使命召唤

实现中华民族伟大复兴, 是近代以来中华民族最伟大的梦想。这一梦想的达成, 归根结底要靠一代代德智体美劳全面发展、能够担当时代重任的建设者和接班人。人才, 不仅需要精湛的专业知识与卓越的创新能力, 更需要强健的体魄以承载历史责任, 坚韧的意志以应对艰难险阻, 协作的精神以凝聚集体智慧, 健全的人格以引领社会风尚<sup>[1]</sup>。

在此宏大历史背景下, 体育教学的使命被赋予了前所未有的战略高度。它已不再是教育体系中可有可无的“调节课”或“放松环节”, 而是关乎民族未来生命力、精神竞争力与个体幸福感的关键性育人工程。体育教学如何精准对接复兴伟业对人才核心素养的内在要求, 如何从价值认知到实践操作层面实现根本性跃升, 从而完成从“边缘”到“中心”的嬗变, 是当前我国教育改革必须回答的深刻

时代命题。本文以此为出发点, 旨在系统阐述体育教学在复兴人才培养中的多维价值, 剖析其现实困境, 并基于国家最新战略部署, 探索其系统性变革的可行路径。

### 2 核心价值重塑: 体育教学在复兴人才培养中的多维功能定位

服务于中华民族复兴的体育教学, 其价值必须从多维度进行深刻重塑与战略深化, 形成一个从生理基础到精神归宿的完整育人链。

#### 2.1 铸就强健体魄, 夯实奋斗之基——承载使命的生理载体

健康的身体是个人成就与国家贡献最根本的物质前提。从“文明其精神, 野蛮其体魄”的百年呼唤, 到“健康中国 2030”的国家战略, 强健国民体魄始终是国之所系。体育教学的首要与基础功能, 在于通过科学、系统、

持之以恒的体育锻炼,有效提升学生的心肺功能、肌肉力量、耐力、柔韧性等基础体能指标,并使其内化为受益终身的运动习惯与健康生活方式。这不仅是应对未来高强度、快节奏学习与工作的“蓄电池”,更是奠定整个民族旺盛生命力与持久创造力的个体细胞。没有亿万青少年坚实的身体根基,任何宏伟的复兴蓝图都将成为空中楼阁<sup>[1]</sup>。

## 2.2 锻造坚韧意志,塑造不屈之魂——应对挑战的心理铠甲

复兴之路绝非坦途,必然充满荆棘与挑战,需要一代人具备迎难而上、百折不挠、愈挫愈勇的精神品质。体育赛场,是锤炼这种品质的天然熔炉与微观战场。在日常训练的汗水与疲惫中,在对抗竞争的激烈碰撞中,在挑战生理与心理极限的煎熬中,在胜负得失的喜悦与沮丧中,学生得以最直接地体验何为“坚持”,何为“拼搏”,何为“在绝望中寻找希望”。这种在运动中反复淬炼出的“钢铁意志”与强大心理韧性,是未来人才面对复杂国际环境、攻克科技难关、承受生活压力时不可或缺的心理铠甲。体育教学,正是锻造这副铠甲的核心工序。

## 2.3 培育团队精神与规则意识,涵养社会之德——现代公民的协作蓝本

现代社会任何重大成就的取得,几乎都是高度组织化、专业化协作的产物。体育教学,尤其是足球、篮球、排球等集体项目,为培养学生理解团队、融入团队、奉献于团队提供了绝佳的实践场景。在团队中,学生学会沟通、信任、支持,懂得个人利益与集体荣誉的辩证关系,体验合作共赢的深层快乐。同时,所有体育运动都在一套清晰、公平、被共同认可的规则下进行。遵守规则、尊重裁判、公平竞争、诚信对待对手,这些赛场上的基本要求,正是法治社会、诚信社会所需公民品格的生动预演。通过体育培养的规则意识与契约精神,是构建现代文明社会秩序的基石。

## 2.4 激发进取精神与创新能力,启迪智慧之光——驱动创新的思维引擎

体育运动绝非简单的肢体活动,更是高强度的智力博弈与策略实践。它充满动态变化与不确定性,要求参与者在瞬息万变中快速观察、判断、决策并灵活调整战术。这种环境极大地激发了学生的竞争意识、求胜欲望和主动探索精神。无论是破解对手防守阵型的创造性传球,还是临场应变的新奇战术,都是创新思维的直观体现。体育教学所培养的快速反应能力、风险决策能力以及在压力下的创造性解决问题的能力,与科技创新、商业竞争等领域所需的素质同根同源。它以一种生动、具象的方式,启迪着学生的智慧之光。

## 2.5 增强文化自信与民族认同,筑牢精神之本——爱国主义的生动课堂

体育是文化的载体,也是民族精神的窗口。中华传统体育文化博大精深,武术、射艺、养生功法等蕴含着独特

的哲学思想与伦理价值;近现代以来,中国体育健儿在国际赛场上一次次奋勇拼搏、为国争光的壮举,更是爱国主义与集体主义精神的集中迸发。体育教学应有机融入这些鲜活素材,让学生在练习太极拳时感悟阴阳调和的中和之道,在了解女排精神时体会团结拼搏的民族气节。这种在身体力行中产生的文化体验与情感共鸣,比任何空洞说教都更为深刻有力,能够有效激发学生的民族自豪感与文化自信,将个人的成长轨迹与国家的命运前途紧密相连,筑牢为民族复兴而奋斗的精神根基<sup>[1]</sup>。

## 3 现实审视:当前体育教学支撑复兴人才培养的主要短板与挑战

### 3.1 地位“名重实轻”与课时保障不足:“重智轻体”的观念痼疾

尽管“五育并举”方针已提出多年,“健康第一”理念也被反复强调,但“重智育、轻体育”的功利化教育观念在社会、学校乃至部分家庭中仍根深蒂固。体育课在中小学课程体系中常处于“说起来重要,做起来次要,忙起来不要”的尴尬境地,课时被文化课挤占的现象屡见不鲜。虽然教育部多次发文要求保障学生校内体育活动时间,但“每天一小时”的底线要求在不少学校,尤其是毕业年级,仍难以得到稳定、高质量的落实。体育教学的基础性地位并未转化为刚性的制度保障和实践优先。

### 3.2 教学内容与方法陈旧脱节:兴趣与需求的“供给侧”失衡

许多学校的体育教学内容长期固化于跑、跳、投等少数传统田径项目,呈现单一化、重复化、枯燥化的特点,与当代青少年追求趣味、多样、挑战自我的运动需求严重脱节。教学方法上,仍大量存在“命令式”“灌输式”“一刀切”的模式,过分强调运动技能的标准化传授与重复训练,忽视了学生个体的兴趣差异、能力差异和情感体验。这种陈旧的教学供给,非但不能培养学生终身运动的兴趣,反而可能扼杀其参与体育活动的热情,导致“学生喜欢体育但不喜欢体育课”的普遍困境。

### 3.3 评价体系功利与片面:育人过程的“测量”失准

当前的体育评价在很大程度上仍沿袭着“达标考核”的旧有范式,过度依赖50米跑、立定跳远、引体向上等体能测试成绩和特定运动技能的技术评分。这种重结果、轻过程,重体能、轻品行,重量化、轻质性的评价体系,无法全面衡量体育教学在意志品质、团队合作、规则意识、健康行为养成等方面的育人成效。它导致教学实践简单围绕“达标”展开,异化为另一种形式的应试,背离了体育促进人的全面发展的根本宗旨。

### 3.4 师资与资源配置结构性不均:教育公平的“体育短板”

优质体育教育资源在城乡、区域、校际间分布不均衡

的问题十分突出。广大农村地区、经济欠发达地区以及城市薄弱学校,普遍面临专业体育教师数量严重不足、教师专业发展渠道匮乏、运动场地设施简陋短缺等困境。这种资源配置的“马太效应”,使得不同背景的学生在享受体育教育权利、发展体育素养方面存在巨大差距,不仅影响了体育育人功能的普遍实现,也加剧了教育机会的不公。

### 3.5 “体教融合”机制壁垒待破:协同育人的“孤岛”现象

学校体育、竞技体育后备人才培养、社会体育组织(青少年体育俱乐部、社区体育)长期以来存在体系分隔、目标各异、资源不通的“孤岛”现象。学校体育侧重于面向全体学生的普及教育,竞技体育系统专注于少数精英运动员的培养,社会体育资源则未能有效与学校教育衔接。三者之间缺乏深度融合的机制与平台,导致人才成长通道狭窄,教育资源无法共享,社会力量难以注入校园,未能形成协同发力、共育英才的整合效应。

## 4 变革路径:面向复兴的体育教学系统性重构

### 4.1 理念重塑:确立“健康第一,全面发展”的绝对核心地位

改革的首要前提是全社会教育价值观的根本扭转。必须从教育行政部门、学校管理者、教师到家长层面,彻底摒弃“体育可有可无”的陈旧观念,牢固树立“无体则无德智”“体育是人格教育最好方式”的共识。《意见》将青少年体质健康水平纳入地方政府及学校考核评价体系,正是以强有力的政策指挥棒,确保“健康第一”的理念从口号落地为刚性约束。只有当体育成为评价教育质量不可或缺的关键指标时,其在育人体系中的基础性、战略性地位才能真正稳固。

### 4.2 体系优化:构建“基础普惠+专项选择+兴趣深耕”的一体化课程内容体系

(1)基础普惠层:严格落实并高质量开齐开足国家《体育与健康》课程标准规定内容,确保全体学生掌握基本运动技能、健康知识与安全防护能力,筑牢“普惠”根基。

(2)专项选择层:大力开发与开设丰富多样的运动项目模块化选修课程,如球类、武术、游泳、体操、户外运动、民族传统体育等,满足学生个性化、多样化的发展需求,实现“小学兴趣化、初中多样化、高中专项化”的进阶性学习。

(3)兴趣深耕层:依托学生体育社团、俱乐部和校代表队,鼓励学生在广泛接触的基础上,至少熟练掌握一项能够陪伴终身的运动技能,形成稳定持久的运动习惯。借鉴《意见》提出的“人人有项目、班班有活动、校校有特色、周周有比赛”模式,通过普及性竞赛活动,将课内教

学与课外实践有机串联。

### 4.3 方法创新:迈向“科技赋能、个性精准”的智慧体育教学模式

(1)推行游戏化、情境化、探究式教学:在低学段广泛采用体育游戏,在中高学段创设比赛情境和战术问题,激发学生内在动机,让体育课变得“有趣、有料、有挑战”。

(2)尊重个体差异,实施分层教学:通过初步评估,根据学生运动能力与兴趣进行分组,设计不同难度的学习任务与评价标准,让每个学生都能在“最近发展区”获得成功体验。

(3)积极运用信息技术赋能:利用可穿戴设备监测心率、运动负荷,利用视频分析技术辅助动作纠偏,利用大数据平台建立学生数字体育档案,实现教学过程可视化、数据化、精准化,打造“智慧体育课堂”。

## 5 结语

培养担当中华民族伟大复兴大任的时代新人,是一项关乎国家前途与民族命运的世纪工程。体育教学,作为这项工程中最基础、最活跃、最具有生命力的组成部分,其价值远未被充分发掘。它不仅是“育体”之学,更是“育心”之学、“育德”之学、“育魂”之学<sup>[4]</sup>。面对新时代的历史召唤,我们必须以壮士断腕的决心与系统工程的思维,对体育教学进行一场深刻的价值重估与全面的实践变革。

这场变革的核心,在于通过理念的重塑、体系的优化、方法的创新、评价的改革、资源的拓展与文化的浸润,彻底扭转体育在教育中被边缘化的历史惯性,构建起一个以学生终身发展和民族长远利益为中心的、科学、开放、充满活力的现代化体育教育新体系。唯有如此,方能让广大青少年在体育的律动中真正“享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”,最终成长为体魄强健、精神刚毅、人格完善、全面发展的复兴栋梁,为中华民族以更加昂扬的姿态屹立于世界民族之林,注入源源不断、不可阻挡的青春动能与生命力量。

### 参考文献:

[1]中华人民共和国教育部.义务教育体育与健康课程标准(2022年版)[S].北京:北京师范大学出版社,2022.

[2]钟秉枢等.体教融合:理论建构与实践探索[M].北京:人民体育出版社,2021.

[3]刘海元.新时代学校体育改革的使命与方向[J].体育科学,2020,40(8):3-12.

[4]毛振明.体育课程与教学论[M].北京:高等教育出版社,2019.

作者简介:马骁(1988.09-),男,汉族,河北邢台,中小学二级,大学本科,研究方向:民族传统体育。