

# 体育人文精神视角下的高校体育教育创新路径研究

董兴社

中国矿业大学, 中国·江苏 徐州 221000

**摘要:** 现代教育体系下, 体育教育不只涉及身体技能培养, 还关注学生全面素质发展。体育人文精神, 作为体育教育的核心理念, 突出“以人为本”, 注重学生身心健康与全面发展。高校, 作为培养社会未来栋梁的主要基地, 应该秉承这一思想, 不断对教育模式进行探索和革新。随着社会的进步和教育理念的更新, 传统体育教育方法已经很难适应当代大学生多样化的需要。因此, 在体育人文精神角度下对高校体育教育创新路径进行深入探究, 不仅有利于促进教育质量的提高, 也能够为培养学生综合素质打下坚实的基础。基于此, 论文分析体育人文精神基本概念以及体育人文精神视角下高校体育教学创新意义, 探究有效教学创新路径。

**关键词:** 体育人文精神; 高校体育; 教育创新路径

## Research on the Innovation Path of College Physical Education from the Perspective of Sports Humanistic Spirit

Xingshe Dong

China University of Mining and Technology, Xuzhou, Jiangsu, 221000, China

**Abstract:** Under the modern education system, physical education not only involves the cultivation of physical skills, but also focuses on the comprehensive development of students' quality. The humanistic spirit of sports, as the core concept of physical education, emphasizes "people-oriented" and emphasizes the physical and mental health and comprehensive development of students. Universities, as the main base for cultivating future pillars of society, should adhere to this ideology and continuously explore and innovate educational models. With the progress of society and the updating of educational concepts, traditional physical education methods have become difficult to adapt to the diverse needs of contemporary college students. Therefore, in-depth exploration of innovative paths in college physical education from the perspective of sports humanistic spirit is not only conducive to promoting the improvement of educational quality, but also lays a solid foundation for cultivating students' comprehensive qualities. Based on this, the paper analyzes the basic concepts of sports humanistic spirit and the significance of innovative sports teaching in universities from the perspective of sports humanistic spirit, and explores effective teaching innovation paths.

**Keywords:** sports humanistic spirit; college sports; educational innovation path

### 1 引言

体育教育不仅以增强体质为目的, 更重要的是在体育活动中培养学生团队合作精神, 竞争意识以及面对挫折时的处理能力。高校体育教育作为高等教育中的一个重要环节, 对其进行改革与创新已是势在必行。特别是在体育人文精神视野下考察, 体育教育不只是一种技能传递, 还是一种文化传承与价值观形塑。当今社会, 人们健康意识增强, 教育理念也发生了改变, 高校体育教育也需不断跟上时代步伐, 主动谋求改变。通过对高校体育教育过程中体育人文精神的渗透与融入进行深入研究, 能够为培养出拥有健康体魄与健全人格大学生, 进而推动全社会和谐发展提供强有力的支撑。

### 2 体育人文精神

体育人文精神指体育领域, 以人为本、关注人类生命价值与生存意义的思想。它强调体育是一种身体锻炼与竞技

活动, 又更是一种精神的磨砺和人文素质的提升。体育人文精神秉承了人文精神的一般意义, 其目的是达到人的全面发展。通过体育活动培养人的道德品质、意志力、团队合作精神和创新能力等诸多素养等多方面的素养<sup>[1]</sup>。

在现代社会, 体育人文精神被赋予了更加丰富的内涵。它既致力于把体育看作是保持人类健康的意义、成效的重要途径, 又强调要让每一个人都能通过体育活动在生理、心理上感受创造力和自由性。与此同时, 体育人文精神则强调竞技冲突时友好关系的达成, 以对抗和竞争来促进人的竞争能力的增强, 促进人们道德、心理、精神、智力以及体力诸方面平衡发展。

体育的人文精神也突出了体育与人类社会以及自然环境之间的和谐共生。它倡导在体育运动中融入环保理念, 注重活动可持续性并注重与自然环境共生。这一思想反映出人们对人类生存环境深刻关怀, 是人文精神在当代体育中的一

个重要拓展。除此之外,体育人文精神表现为公平竞争、规则意识以及团队协作的价值主张。这些价值观不仅是体育竞技之本,更是现代社会中公民应该具备的基本素养。所以,体育人文精神对培养人的全面发展,有着其他学科所无法代替的重要作用。

由此可知,体育人文精神是“以人为本”,注重全面发展的精神。通过体育活动不仅促进了人各项素质的提高,促进人与社会、自然的和谐发展。将人文体育精神渗透在体育领域中,也是现代社会发展中一股重要推动力。

### 3 体育人文精神视角下高校体育创新意义

#### 3.1 完善学科知识

在体育人文精神视域下,高校体育创新对学科知识提升有着深远的意义。体育不只是身体上的运动,它还是一种文化和精神上的融合。在这种视角下,高校体育教育创新,不仅可以促进学科知识的多方面发展,加强学生的体能锻炼,还能加深他们对体育文化和历史的认识。比如通过民族传统体育、极限运动等更加多元化体育项目的介绍,能够开阔学生眼界,加强学生对于不同体育文化理解<sup>[2]</sup>。同时,这种创新还可以促进体育与其他学科的交叉融合,如运动生理学、体育心理学,从而进一步丰富和完善体育学科的知识体系。除此之外,通过创新的课程设计和教学实践,可以更有效地传授体育技能,培养学生的团队合作能力、竞争意识和拼搏精神,这些都是现代体育人文精神的重要组成部分。

#### 3.2 落实立德树人

体育教育既要增强体质,又要注重塑造学生品格。通过创新的体育教育方法,如团队合作培训、领导能力培训课程,能够在潜移默化之中塑造学生的道德观念和价值取向。在运动中,学生学会了遵守规则、尊重对手及团结协作等,而这正是立德树人所必须具备的。除此之外,在体育教育中挫折教育是非常重要的,教育学生怎样正视失败、从中吸取经验教训、寻求新机遇。这一教育方式是培养学生坚韧精神,积极进取精神的关键<sup>[3]</sup>。

#### 3.3 助力教学改革

传统的体育教学往往只重视技能和体能的发展,而忽视了学生的兴趣,情感以及创造力等方面的发展。通过不断创新,可引进更多基于学生的教学手段与方法,如情境教学、项目式学习等。这些新方法在激发学生学习兴趣的同时,也培养了学生创新思维与解决问题能力。同时,体育教育的创新还可以促进教育技术的整合应用,如利用虚拟现实(VR)技术进行模拟训练,或使用智能设备监测和分析学生的运动表现,这些都是教学改革中需要探索的新方向。

### 4 体育人文精神视角高校体育教育创新路径

#### 4.1 融合人文理念, 重塑体育课程体系

当今社会,体育教育已经超越了传统意义上的单纯体育锻炼,其更多地承载了学生全面成长的希望。在体育教育中融入人文理念,则是对这一期待的一种积极响应。人文理

念强调人的价值、尊严与人格,其与体育教育培养出来的学生顽强向上,团结合作的品质高度一致。通过体育课程体系的重塑,可以将这一深层人文关怀渗透于体育教学之中,让学生从每次锻炼中实现自我价值提升,实现个性彰显<sup>[4]</sup>。它既是传统体育教育模式下的改革,也是学生全面发展理念在体育教育过程中的深入践行。在这个过程中,教师需要发挥自身引导作用,要通过设计合理的课程内容以及灵活多变的教学方法,让学生获得体育技能,同时能够深刻认识到体育中蕴涵的人文精神。

基于此,学校方面应当展开积极探索,将人才理念融入课程体系之中,以实现体育教学创新,在课程内容上,学校既保留传统体育技能训练,又专门开设“体育与人文”模块,将体育文化、体育哲学等内容融入其中,并定期推出一系列体育人文问题组织学生进行话题讨论,如“体育如何促进不同文化之间的交流?”“传统体育教学与现代体育教学法有哪些差异?”“在体育比赛中,运动员和教练员可能面临哪些道德困境?”进行深入讨论,并选择一些真实的体育运动案例来佐证自己的观点,在学生心灵的深处播下人文精神的萌芽。再者,学校方面大胆创新,引入太极拳、瑜伽等文化内涵丰富的体育项目,并在体育活动期间穿插其中背后蕴含的体育精神,如太极拳强调“以柔克刚”“以静制动”,这源于《易经》的“阴阳五行”理论。它追求身心的和谐统一,不仅体现在个人的身体和心灵上,也贯穿于人与人、人与自然、人与社会的关系中。这种和谐思想是中国传统文化中的重要组成部分。依托于真实的体育项目,将人文精神逐步渗透其中。从评价体系上看,学校实行全面改革,传统技能考核,已不再作为评价的唯一标准,而将学生参与度、体育学习态度、团队合作精神以及体育道德等诸多要素纳入考核体系。全方位、多维度的考核不仅更具人性化,而且更利于学生综合素质的综合发展,深刻地反映出人文精神对高校体育教育的渗透和融入。

#### 4.2 推行体验式教学, 深化学生体育认知

体育人文精神的融入,需要强化学生的体验,而在体育教学活动创新,实施体验式教学旨在打破传统教学方法,注重学生主体性与实践性。通过亲身体验,学生能够获得更加直观地体验,把握体育项目对技能的要求,对体育精神有更加深刻地感受,进而激发学生自主参与、长期运动的兴趣。与此同时,体验式教学强调学生在实践活动中自我探索与成长,不仅能够促进学生运动技能的掌握,更能够在潜移默化中养成团队合作、公平竞争的人文精神。这种教学方法的推广,旨在使学生由知识的被动接受者变为知识的主动探索者,以达到体育教育深层次的目的<sup>[5]</sup>。

例如,教师不再单纯地进行理论讲解与演示,更多的是以实战为背景设计出一系列体验活动。学生以小组为单位开展篮球对抗赛活动,从比赛的协作和较量中深刻地感受到团队协作的重要性,感受到竞技体育带来的热情。与此同时,教师结合篮球运动特点,指导学生比赛时要沉着冷静、尊重对手,遵守比赛规则,以培养其体育道德及公平竞争意识。

这一教学方式不但促进了学生篮球技能的掌握,更为重要的是在每次跳跃、投篮以及防守时,都能够让学生深切地体会到篮球运动包含着团队合作、拼搏进取以及尊重规则的人文精神。通过这种方式,高校在传授体育技能的同时,成功地传递了体育的人文精神,实现了全面的教育创新。

#### 4.3 利用多媒体技术,拓宽体育教学空间

在目前数字化、信息化背景下,多媒体技术迅猛发展给各行各业都带来深刻变化,高校体育教育也不例外。面对这一技术浪潮,高校体育教育工作者需要对传统教学方法进行再审视,积极运用新技术来拓宽体育教学领域。多媒体技术具有信息量大、交互性强,展示直观等特有的优点,给体育教学带来了崭新的生机和活力。通过多媒体技术的引进,不仅可以使学生对运动技巧有更加直观地认识,增强学习效果,而且可以激发学生学习兴趣、培养自主学习与探究的能力。更重要的是多媒体技术的运用有助于我们突破传统课堂的局限,把体育教学的界限延伸到一个更加宽广的天地,让学生可以在任何时间、任何地点展开学习,从而更好地领略体育的魅力,领悟体育人文精神。

基于此,高校在体育教学创新改革中,意识到多媒体技术对教学所具有的极大潜能,并且积极运用到实际教学中。学校已建成体育教学综合资源库,内容包括篮球、足球、网球、排球等多项目专业视频教程、技术动作详解及精彩比赛记录,并且在运动教学视频的下方,会推送一些具备人文精神的体育事件,如篮球视频链接中,教师融入,教师选择 2023 年 7 月 2 日,中国队在夺冠后庆祝。当日,在澳大利亚悉尼举行的 2023 年女篮亚洲杯决赛中,中国队以 73 : 71 战胜日本队,夺得冠军。这是中国女篮时隔 12 年再次站上亚洲杯最高领奖台。这次胜利体现了中国女篮的团结协作、敢打敢拼、永不放弃的精神。即使在阵容不整、磨合时间短等不利条件下,她们依旧通过努力和调整,最终站上亚洲之巅。在我们为他们感到骄傲的同时,更要看到他们背后的坚持、努力以及他们所展现的顽强意志,以及奋起直追的精神。

除此之外,学校推出体育教学 APP,让学生在任意时间、任意地点都能用手机或者平板电脑获取这些教学资源进行自主学习,并且在平台上每天有专门的师生负责推送一些最新的体育人文资讯,其中不仅有国内的一些热点新闻赛事,也涵盖国外一些具备浓厚人文色彩的体育事件,依据多媒体技术基础上的一系列教学创新,不仅提升了学生学习效果,而且让学生在自主学习中深切感受到体育带来的快乐与挑战,进而对该项目倍加珍惜与喜爱,是体育人文精神崇尚的核心理念。

#### 4.4 开展体育文化节,弘扬体育人文精神

体育文化节是大学体育教育中的一个重要组成部分,它在给学生提供一个展示体育技能、交流与学习平台的同时,也切实发扬体育人文精神、促进学生综合素养的提高。通过体育文化节的开展,高校可以创造一个积极,健康,和谐的校园文化氛围,让学生在参加各项体育活动中体验体育的魅力和价值。体育文化节旨在调动学生体育运动积极性,

培养学生团队合作精神,竞争意识和创新能力<sup>[6]</sup>。同时,这也是一个极好的教育契机,它能使学生在轻松愉悦的气氛中自然感知体育的历史、规律与精神,强化体育人文精神的认知与认同。

例如,高校体育教师在教学之余,定期组织体育文化节,在体育文化节上,学校举办各种体育活动,如篮球、足球、羽毛球比赛友谊赛及体育人文知识问答、体育摄影展、体育文化周边展览等文化活动。这些活动引起了大批学生的主动参与,在锻炼身体的同时,也在潜移默化中培养学生团队协作精神,公平竞争意识以及艺术审美能力。例如,在体育知识答疑环节中,学生通过对涉及体育历史、规则、精神等方面问题的解答,对体育丰富内涵有了更加深刻的理解。又如,在体育摄影展活动期间,教师可以鼓励学生寻找身边的“体育中的坚韧与拼搏”“运动场上的竞争与合作”等,并用相机记录下来。在展示期间,一张张精美的照片在展示体育运动的同时,也凸显出其背后有内涵的人文关怀和精神力量。除此之外,学校还特邀体育界专家学者及优秀运动员演讲交流,以亲身体验与感受,鼓励学生精益求精,攀登高峰。通过这些举措,学校不仅为学生提供了一个全面展示自我、提升自我的机会,更在体育人文精神的培养上取得了显著成效,为高校体育教育的创新发展树立了典范<sup>[7]</sup>。

## 5 结语

体育文化既是历史的延续,也是顺应时代发展的重要产物,随着人们认知水平的持续增加,体育被赋予更多职能,而非基本的运动。因此,作为高校体育教师,应当立足人文精神内涵,积极探索新路径,融合人文理念,重塑体育课程体系;推行体验式教学,深化学生体育认知;利用多媒体技术,拓宽体育教学空间;以及开展体育文化节,弘扬体育人文精神等一系列创新措施,高校体育教育在提高学生体育技能的同时,也培养了他们的人文素养、团队合作精神和竞争意识。这不仅促进了学生身心的和谐发展,也为社会输送了更多具有健康体魄和健全人格的未来栋梁。

#### 参考文献:

- [1] 翟婷婷,荣文学.体育人文价值视域下高校体育教育策略思考[J].当代体育科技,2021,11(29):117-120.
- [2] 罗晋.对当代东西方体育人文精神的思考[J].当代体育科技,2021,11(20):237-239.
- [3] 李艳霞,白广昌.高校体育教学中人文精神培养的理论研究[J].文体用品与科技,2021(14):120-121.
- [4] 张建.体育人文精神在高校体育教学中的渗透路径研究[J].当代体育科技,2021,11(5):148-150.
- [5] 杨盼洁.浅谈大学体育人文精神及构建策略[J].文体用品与科技,2020(16):87-88.
- [6] 董振.试分析高校体育教学改革中人文精神的融入措施[J].当代体育科技,2020,10(15):75-76.
- [7] 曾石山,李立平.新时代普通高校体育人文精神传播路径重塑[J].当代体育科技,2020,10(15):135-137.