

# 黄河文化精神视域下高校一流田径思政“五航”一体化体系构建研究

安俊智

(郑州西亚斯学院体育学院, 河南 郑州 451150)

摘要: 运用文献资料、实地调研以及专家访谈对比分析等研究方法, 对黄河文化精神: 勇往直前、积极奋发向上的文化精神视域下对高校一流田径思政课程进行研究, 提出五航理论——领航、主航、跟航、导航和启航一体化体系, 从立德树人体教融合论证领航是方向、主航是基础、跟航是过程、导航是要求、启航是行动为高校体育课程思政一体化建设提供参考。

关键词: 黄河文化; 五航理论; 五变心理学说; 田径思政; 一体化

## 一、前言

### (一) 宏观政策

立德树人是教育的根本任务, 体教融合乃教育实施立德树人途径的完美结合。为构建德智体美劳全面培养的教育体系、形成更高水平人才培养体系的导航策略体系, 高校教师立足基本国情, 遵循教育规律, 坚持改革创新, 以凝聚人心、完善人格、开发人力、培育人才、造福人民为工作目标, 培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人, 加快推进教育现代化建设教育强国办好人民满意的教育。全国高校思想政治工作会议中强调: “要用好课堂教学这个主渠道, 思想政治理论课要坚持在改进中加强, 提升思想政治教育亲和力和针对性, 满足学生成长发展需求和期待, 其他各门课都要守好一段渠、种好责任田, 使各类课程与思想政治理论课同向同行, 形成协同效应。”在黄河精神视域下要践行“立德树人”, 要将思想政治教育贯穿田径一流思政教学全过程, 实现全人、全方面、全过程育人。

### (二) 黄河文化精神

“黄河文化是中华文明的重要组成部分, 是中华民族的根和魂。”要推进黄河文化遗产的系统保护, 守好老祖宗留给我们的宝贵遗产。黄河不仅是一条地理的河, 还是一条文化的河、精神的河, 哺育了中华民族, 孕育了灿烂辉煌的中华文明。奔腾不息的黄河水象征着中华民族勇往直前、积极奋发向上的民族精神, 在继承黄花文化精神下, 不忘初心, 不辱使命, 积极投身于一流田径学科建设、课程建设、课堂建设、教学文件的修订及完善, 做到勇毅前行, 不断创新与发展。

## 二、研究现状

目前国内学者或专家研究课程思政的人数较多, 研究高校思政课程的次之, 高校体育课程更少, 高校一流体育课程思政方面的更是少之又少资料显示仅有三人, 以首都体育学院张洋立德树人视域下体育院校课程思政建设的价值与路径; 华中师范大学

体育学院夏贵霞课程思政视角下高校体育课程育人质量提升体系的构建; 天津师范大学马克思主义学院王秀阁关于“课程思政”的几个基本问题——基于体育“课程思政”的思考, 大多数研究者从内容、形式、特点、类型、途径等方面进行了阐述与归纳, 研究方法单一, 没有实验法研究, 没有过程性研究, 研究课程思政体系过于单一, 只能适合某一个学科或专业, 解决途径不够具体, 可操作性不强。

## 三、研究内容

### (一) 一流田径思政“五航”一体化体系构建体系

认真领会贯彻执行国家宏观政策——领航; 教学上践行厚德载物知行合一——主航; 实践上靠拢领航并拢主航在教学过程应用教学手段“学、练、会、赛”——跟航; 交叉学科上融合、借鉴、交流、学习达标——导航; 不忘初心, 不辱使命扬帆起航砥砺前行——启航。心理属性上讲领航是方向信仰, 主航是基础信念, 跟航是过程信心, 导航是要求坚信, 启航是行动确信; 社会属性来说优秀领航学道、品性主航明道、敬业跟航传道、信念导航悟道、事业启航守道, 五航体系相互联系相互促进彼此渗透融合达到有机之整体——高校体育课程思政一体化。

### (二) “田径思政体教融合”构建体系

田径教学中运用镜子原理、种子原理、优势教育、体验式教育、温度教育理念、直角坐标系育人原理, 构建“田径思政体教融合”体系使学生上课时学习态度发生了极大地改变, 学生考核成绩明显提高, 上课态度极大转变, 上课过程态度发生显著性的改变等, 学生对田径课程改革的满意度调查问卷统计分析研究数据中表明95%以上的同学认为很满意。

### (三) 田径思政“体育温度教育”和“五变”心理学说

教育就是爱, 教育就是热, 教育就是光, 教育就是温度, 充分运用“传导、辐射、对流”等物理概念把这种发光发热聚能凝力的温度教育在田径课程中发挥得淋漓尽致; 从心理学角

度启迪学生的思想激励学生的斗志挖掘学生的潜能助力学生成长,让他们在体验式教育的情境下从内心深处觉醒自己,从而达到“心变——转变——改变——渐变——蜕变”课程思政之效果。

#### (四) 构建高校田径课程“五航”一体化课程思政路径

“万变不离其宗,大道至简”,工作要积极认真的态度,脚踏实地的实干精神,实事求是的实践作风,敢于挑战、勇于创新,将理论联系实际,信奉“没有调查就没有发言权”真理,有一种万能定律那就是“五航”一体化课程思政体系,适用于适合于理论课、实践课、不同类型的技术课建设的需求和模式。

##### 1. 认真领会贯彻执行国家宏观政策——领航

高校体育课程思政一体化是从国家宏观定位格局下,思想上以德树人体育融合课程思政三全育人为领航。从课程设计原理、课程理念、教学采取方法、练习使用手段综合利用体育与道的原理不断地实践创新总结归纳,寻觅一种符合多种学科的体系那就是课程与道。

##### 2. 教学上践行厚德载物知行合一——主航

在立德树人体教融合领航下践行“厚德载物、知行合一”理念,教学上践行厚德载物知行合一为主航,打造高校田径课程品牌,凝练高校“五航”课程一体化之精髓,历练体育名师,铸造体育金课。

##### (1) 厚德载物

立德树人与厚德载物一脉相承,是继承与发展。作为高校体育教师——品德像大地一样能容养万物,道德高尚的人能承担重大的任务!教师具有广博的爱心,乐善好施;要有道义感,见义勇为;要有道德操守、讲诚信;要正确处理义利关系,见利思义;要有承担责任与苦难的勇气等等。现代社会的发展越来越表明,凡是有作为、成大器者,无不具有高度的责任感、进取心、自信心,以及热爱祖国、关心他人、勤奋上进、勇于奉献等品质。

##### (2) 知行合一

王守仁提出行合一,即认识事物的道理与在现实中运用此道理,是密不可分的。知是指良知,行是指人的实践。体育教育时教师始终要保持一颗良知的心,善待学生善良的心理去践行神圣的使命,一切从实际出发,实事求是,本着立足眼前成就未来,知道就要做到,要做就做最好的态度,去应对一切客观事实,不断总结、感悟、升华、凝练、聚能,发光、发热、普照、传导、辐射、对流,把爱把情传播给学生。知与行的合一就是行便是知,这是中国古代哲学中认识论和实践论的范畴,主要表现在道德修养、道德实践方面,二者统一方称得上“善”,“知行合一,致良知”,是王阳明文化的核心,高校体育课程在改革、发展、创新方面需要遵循前者贤人智慧,继承文脉,开拓创新。

3. 实践上靠拢领航并拢主航在教学过程应用教学手段“学、练、会、赛”——跟航

在国家宏观政策的引领下积极以国家政策路线方针为旗帜、标杆,进行对标学习,参悟,在厚德载物上善若水的主航中,不断地修炼自己强大内心,业务精益求精,教学追求优秀至极致,教育融合体育即为体教融合,在体育教学过程中不断地渗入教书育人元素,从而达到学生在体育学习、练习、掌握、竞赛等环节中不断地体验新的感知,进而通过身体锻炼达到净化心灵、身心和谐统一之目的。

##### (1) 学习新知识新技能

学习体育新技能是学生从认知程度的改变,再到意识和肢体上的统一,所以学习体育新技能时作为教师要有耐心把每一个技术动作要领讲清楚讲明白,动作示范做标准做规范,示范动作面选择好,要把温度教学格局与层次把握好,刚开始接触新技术难免会出现技术动作要领记不住,做动作模范不到位等。教师要言传身教、做好标杆、做好旗帜、做好榜样的镜子,让学生明白技术动作形成的三个阶段,增加学习时的动力与动机,让每一个学生懂得没有教不会的学生只有不会教不会引导不会启迪的教师。

##### (2) 练习新技术运用新手段

大量的练习会显得枯燥而范围,在练习中大胆创新不断地完善练习手段、练习模式、练习方式、练习分组等措施,让以往的练习时的枯燥、无味、单一、乏味的技术动作,注入新的能量新的温度新的爱新的情景模式,从而达到灵活多变的间接持续的练习,与陈旧原来的教学模式达到异曲同工的效果,进而达到量的积累达到质的飞跃之功效。

##### (3) 学会新知识新技能

从“五变”心理学说来讲,每次在讲解体育新技能新知识时都会给学生讲解五变“心变、转变、改变、变化、蜕变”,只有学生从意识上、思想上、理念上、思维上发生了转变,信心就会随之增加增强,内驱力增大,做事有激情有动力有朝气,在此良好的心理状态下,进而掌握了这项技术动作学会了新技能。

##### (4) 运用新知识新技术

兴趣是最好的老师,当学生通过勤奋学习、认真练习、不断挑战自我,掌握了这项运动技术的时候,总想通过展示、表现让教师他人肯定自己认可自己,唯一的途径就是“竞赛”让他们知道如何在规则允许的情况下通过竞争、角逐、较量从而决出胜负找出差距以及努力进取的方向。通过“场赛”激励学生的斗志、挖掘学生的潜能、助力学生成长。

##### 4. 交叉学科上融合、借鉴、交流、学习达到——导航

体育锻炼能够使人明志至善,通情达理,体验成功时的喜悦,进步时的心灵成长与进步,体育的教学与训练涉及的学科众多:

管理学、教育学、心理学、成功学、逻辑性、社会学、哲学等学科,体育课堂要上好上优秀上档次上格局上卓越,就一定需要体育教师的知识与能力不仅是优秀还要卓越,只有这样才能在体育课中合理地运用交叉学科知识,达到自己想要达到的教学目标与教学效果。在众多学科的融合、借鉴、交流、互溶融合之下输入关键词就能够一步到达目的地起到教学导航效果。

#### (1) 交叉学科推广就是融会贯通触类旁通举一反三

高质量发展阶段价交差学科的推广就是融会贯通触类旁通举一反三,所有的技术动作的学习都会遵循一定的技能学习规律,在学习得到过程中巧妙地运用体育与道的原理,正相关、正迁移等原理,镜子原理,种子原理,优势教育原理等,把只要在教学中有用的知识或学科理论都拿来运用,不仅增添了体育教学中的元素,同时拓宽了学生的视野进而激发学生的求知欲探索欲挑战欲,交叉学科知识在体育教学、思政建设在过程中起到画龙点睛目的。

#### (2) 借鉴学科就是继承前人智慧,因时因势因地制宜谋合中庸之道

借鉴学科就是在前沿研究的基础之上继承与发展,信仰实现中国梦及中华民族的伟大复兴梦想启迪学生的思想,加强学生的理想和信念教育,运用伦理学在体育教学中结合体育规则告知学生什么事情可为什么事情不可为为什么应该去做,借鉴王阳明心学理论“我心光明致良知”理论引导启发学生心存善意传播正能量,不同时间不同地点不同人员对象结合中庸之道矫正大学生的心里状态,重新塑造崭新自己,努力学习艰苦奋斗实事求是魏国出力。

#### (3) 交流就是学习时学生之间的互动、合作、担当与共赢

在课程建设过程中充分利用拓展游戏,让大学生在游戏中找到自信,得到信任,学会合作,勇于担当,懂得共赢,从而加强同学们之间的友谊与信任。

### 5. 不忘初心,扬帆起航砥砺前行——启航

#### (1) 不忘初心

作为人民的教师,就是太阳底下最光辉的职业,新时代高质量发展阶段要始终严格要求自己,兢兢业业、任劳任怨、教书育人、为人师表、做好学生的标杆、旗帜和榜样,勤于思考,不断探索教书育人的新方法、新技巧、新手段、新途径,只有始终保持一颗为学生服务的新,一切为了学生,为了学生的一切,一切问题都不是问题,在教学、科研方面实事求是、勇于创新,不断前进。

#### (2) 扬帆起航

只要在四个意识四个自信两个维护的前提下,就要不断地启迪学生思想引导学生行为,最终教育学生信仰马列主义毛泽东思想,不忘历史守住初心,从历史中吸取经验教训,不忘初心,红

船精神、红色基因、求真务实勇毅前进。在中国梦强国梦的引领下,教育引导大学生树立远大的理想、坚定信念、必胜信心,怀着一颗炽热的心,努力奋斗为实现“中华民族的伟大复兴”去扬帆起航。

#### (3) 砥砺前行

没有人能够随随便便成功,没有人能够不劳而获,没有人能够坐享其成,只有不断地努力、不断地奋斗、不断地挑战自我、不断地尝试、不断地大胆创新才会走向成功彼岸,现实与理想中间就是一个桥梁,在没有找到桥梁之前会经历这样或那样的困难,这样或那样的挫折,在困难、挫折面前,如何调节自我心态,矫正自我行为,提高自控力,加强自律力,挑战坚持力,这期间会徘徊踌躇犹豫不决,也会有欢喜和喜悦,不经历风雨怎样见彩虹,只要选择了前方就要义无反顾坚持果断地走下去,通往成功的道路上不是一帆风顺的——砥砺前行。

#### (4) 圆梦起航

既然选择了远方就要坚定信念,做事要有信心和勇气,不论通往前面成功的路上多么坎坷泥泞,都要不忘初心牢记使命,困难与挑战都是成就自己未来的丰功伟绩的,咬定青山不放松,之选选择了远方,确立理想与目标,就要一往直前,做任何事情都是一样,方向对、目标标准、计划好、措施利——圆梦起航!

### 四、结论与建议

在实践教学中有93.63%同学赞同“五航”一体化课程思政大改革,96.88%认为改革效果良好以上,82.54%的同学从未迟到,上课期间有80.95%的同学从来不玩手机,85.71%对教师工作态度很满意,14.29%满意。98.42%的同学对五航一体化安逸符合自己的志趣。

建议,时时关注学生成长与进步,田径教学中始保持着全心全意为学生服务的态度,做好标杆、榜样、旗帜的正能量代表,加强学生的过程管理,认真做好每一节课学生上课时的表现与记录,构建好田径思政课程一体化的搭建与创建的服务平台。

#### 参考文献:

- [1] 刘华.河南高校传承与弘扬黄河文化的路径研究[J].新文化创新比较研究,2021,126(09).
- [2] 斐玉琴.黄河文化的精神内涵及构建.中共郑州市委党校学报,2021(08).
- [3] 于素梅.从一体化谈“学、练、赛”及其应用[J].体育教学,2020,40(08).

2021年度河南省社会科学界联合会调研课题,课题编号:SKL-2021-2163.

作者简介:安俊智(1980-),河南周口人,硕士,讲师,研究方向:高校体育教学与训练。