

# 体育强国背景下高校体育教学改革探析

程凤侠

蚌埠工商学院

**摘要:**在体育强国的战略背景下,高校体育教学作为人才培养阵地,对于我国的体育人才供给以及体育事业发展具有重要影响力,探索高校体育教学改革不仅是教育领域的工作,也是关系国之大计的问题。通过参与民族传统体育项目的学习与实践,学生们不仅能够掌握一系列独特的运动技能,更能在身体力行中体会到民族精神的深刻内涵。基于此,本文就从体育强国出发对其内涵和意义进行深度剖析,并详细谈谈高校体育教学改革的有效路径。

**关键词:**体育强国;高校体育;教学改革;路径探析

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2025.06.242

## 引言

体育强则中国强,国运兴则体育兴。我国在二十大报告中明确提出了体育强国的要求,强调要广泛开展全民健身活动,并加强青少年体育工作,同时促进群众体育和竞技体育的全面发展。二十大精神需要学习贯彻,体育强国的建设要求需要落地,高校作为重要的教育阵地,应在具体的教育工作中以体育强国为基,深刻理解体育强国内涵,深度剖析体育强国的意义,在新时代背景下依据体育强国的要求开展体育教学改革。

### 一、体育强国的深刻内涵

(一)以中国特色为基础,探索特色化体育发展道路

我国的体育事业发展相对于世界而言是比较特殊的,在发展背景、推进方式、教育定位、矛盾问题等方面都和西方发达国家有着较大差异。在我国建设体育强国的历程中,始终坚持社会主义发展方向和中国共产党领导,经历了各种挫折与阻挠,更重视体育全面均衡和可持续发展,紧密结合我国现实特色与制度优势,践行绿色、开放、创新、协调、共享的发展理念,为我国现代化建设奠基,走出一条具有中国特色的发展道路。

(二)秉持与传承奥林匹克精神,为世界体育事业发展贡献中国力量

随着我国在经济发展和建设方面的进步,体育事业的发展也迎来了高峰,环境条件保障因素使得体育逐渐普及,体育事业发展如火如荼。从第五次国民体质监测结果来看,我国已有超过4亿人经常参加体育锻炼,体育产业总规模超31175亿元(截止2021年底)。由此可见,体育产业已成为国民经济支柱性产业。随着近些年来各大赛事的举办,我国积极参与各类国际大型体育赛事,为世界奉献了大量体育盛会,彰显大国责任与担当,为传承奥林匹克精神贡献了巨大的中国力量。

(三)秉承使命与担当,以实际行动推动构建人类命运共同体

当今世界面临着历史未有之大变局,习近平总书记面临变局,提出“构建人类命运共同体”的理念,指引人类文明发展,高度契合奥林匹克精神。作为“通用语言”,人类可以围绕“体育”开展公平公正的体育竞赛,减少国际冲突,以和平方式展开竞技,通过体育手段释放人类身体本能,加强体育文化交流,打造国际间的各类体育文化、体育产业、体育健康、体育旅游等的合作平台等,发挥体育在促进国际交流、维护国际秩序、联合世界共同体等方面的价值,改变竞争性的体育文化,纳入中国传统文化中天人合一、修身养性等的思想,以包容豁达和兼容并蓄的心态,以国际间人类的和平发展作为使命,发挥大国担当,在实际行动中推动世界文明发展,做出中国贡献。

### 二、体育强国的建设落地意义分析

(一)体育强国梦与民族复兴中国梦紧密相连

近代中国遭受的屈辱不计其数,建设体育强国之梦也是近代国人的夙愿,从1908年的“世纪三问”到2008年的北京奥运会,再到当前我国在世界体育赛事以及阵地中发挥重要影响力的格局,几代人为了我国的体育强国建设之梦不懈奋斗,取得了瞩目的成就。最早在1983年时,《关于进一步开创体育新局面的请示》中首次明确提出“成为世界体育强国之一”,体育强国概念首次出现。2008年奥运会成功举办后,我国又提出了“由体育大国向体育强国的迈进”号召。时至今日,是体育强国已经成为国家战略。所谓体育强国,核心在于“强”,与国家强大相辅相成,是中国梦建设宏大体系中不可或缺的一环。通过体育强国建设,中华民族伟大复兴的目标以及中国实现全面强大目标方可真正落地。

## （二）增强人民体质是体育工作的根本任务

实现体育强国梦不仅仅体现在强大的竞技体育水平上，国民体质的强健也是体育强国战略的一部分，国民应全部参与进来，加强锻炼，增进健康，以实现既定目标。习近平总书记 2013 年指出“发展体育运动，增强人民体质，是我国体育工作的根本方针和任务。”全面概括了体育的功能和作用，也体现了增强人民体质在建设体育强国中的地位与重要性。当前全球体育事业发展范围中，广泛开展全民健身运动，并促进竞技体育和群众体育的全面发展，能够更直观体现国家的强大，提高国民整体素质，激发奋斗热情，提高民族整体生命力与战斗力，从而提升整体国力。

## （三）人民健康是全面建成小康社会的主要标志

人民健康是全面建成小康社会衡量标准非常重要的一项标志，是我国“四个全面”战略布局中的一项紧迫任务。进入 21 世纪后，国民越来越关注健康问题，在生活水平提高的基础上，开始追求健康，而这也是个人成长与实现幸福生活的基础。对此，习近平总书记高度关注，将体育事业发展拔高到全面建成小康社会的高度，在会见国际奥委会主席巴赫以及出访瑞士洛桑国际奥林匹克总部时都曾明确指出全民健康、群众体育与小康目标的关系。2012 年，我国发布了“健康中国 2020”战略研究报告，十三五中明确将“推进健康中国建设”纳入规划中，可见人民健康作为重要体育事业发展标志的重要性。

## 三、体育强国背景下高校推进体育教学改革的路径探索

### （一）以德树人为根本，深挖体育课程思政元素

立德树人是高校的立身之本，体育课程思政强调发挥体育课程的德育与价值引领功能，落实立德树人的教育根本任务，践行“五育并举”的大教育格局，挖掘体育课程中的思政要素，彰显体育课程的思政育人价值，有机融合“育体”与“育心”。在该方面，《高等学校课程思政建设指导纲要》中明确提出了课程思政的建设推进要求，强调体育课程教育理念和教育要素、信念教育、责任感教育等方面发挥作用，融入传统文化教育与爱国主义教育，树立健康第一的理念，培养学生顽强拼搏的信念……此外，习近平总书记更是明确提出了 16 字方针“享受乐趣，增强体质，健全人格，锤炼意志”，是当前我国高校体育课程思政建设的努力方向与需遵循的根本原则。

高校体育教学改革中，体育课程思政改革资源非常丰富，中国女排在世界赛事上的多次摘冠以及女排精神、

中国乒乓球员在近年来的赛事上一马当先的案例等，都是中华民族崛起的时代强音，生动体现了民族精神与时代精神，是高校体育改革中构建体育课程思政体系的有效载体，可成为有价值的体育课程思政要素，通过直观生动的案例，向学生展示顽强拼搏、民族荣誉等的体育精神，以课程思政建设促进体育教学走向高质量发展。

### （二）贯彻终身体育思想理念，聚焦“教会、勤练、常赛”

培养学生具备终身体育的意识或习惯，是高效体育教学改革的重点方向，也是课程设计理念与目标之一。通过体育教学，促使学生在运动中实现体质、人格、意志等方面的增强，进而可能会影响学生的一生，促使学生形成长期对锻炼的意识和习惯。从当代青年个体的健康状态来分析，亚健康群体的数量非常大，国民身体素质应受到高度关注。加上各类熬夜、工作压力等的因素影响，通过在高校教育改革中贯彻终身体育思想理念的方式，促进国民体育锻炼意识习惯形成有着深远意义，小到个人身体健康，大到国家未来发展与社会建设、军队战斗力等，都与体育教育有着密切关联。

高校体育课程作为体育教育培养的阵地，在体育教学中除了关注基础运动技能以及健康知识之外，还应当从终身体育理念和意识培养角度去思考教育改革，探讨教育的有效发展路径。当前，我国的各类政策和社会资源都全面支持大学生体育锻炼，相关资源和条件非常充分，学校教师在教育改革中一方面应关注学校教育体系中的课程架构优化，凸显出健康知识、运动习惯、健身意识等的培养内容，引导学生扭转体育学习态度，培养良好的体育锻炼习惯。另一方面，学校也应充分利用校内外资源为学生提供“勤练”和“常赛”的条件，在硬件设施与设备提供方面给予便利，优化管理系统和机制，并充分联合行业资源，为学生提供参与各类赛事的机会，让学生能够参与到各种各样的体育竞赛中去，甚至是各种社会体育活动，发挥对学生体育兴趣、体育习惯、体育意识等的培养作用，促进学生形成“终身体育”的意识和习惯。

### （三）培育新质生产力，以新型生产者作为推动引擎

结合当前我国高校体育教育的工作框架来分析，体育教育涉及四类生产者角色，分别是教师、教练员、管理人员以及科研人员，教师负责向学生提供体育教育服务，教练员负责提供运动训练服务，管理人员提供各类体育教育工作的统筹规划工作，科研人员主要负责生产

学术知识,四大角色合力构成了高校体育发展的基础力量,也是现代体育教育改革的重要驱动力。立足新质生产力的时代背景下,高校体育教师、教练员、管理人员、科研人员也应顺应时代趋势,在教育模式、训练方法、科研思路等方面做出转变,融入新质生产力促进作用,培育新型生产者。

具体来说,教师应能够熟练应用各类数字化教学辅助工具,如数据分析软件、三维动作捕捉技术等,实现对学生运动情况的实时监测、有安全风险的及时发现、体育运动强度的调整把控及个性化的精准体育教育指导等,当发挥数据价值,利用数据指标的能力,改进体育教育方案。教练员作为直接开展运动竞训的角色,掌握科技助力能够有效提高体育竞训效率。目前,我国已经有大量成熟的轻量级、低成本电信辅助设施、装备等,可成为高校体育教学改革的有效工具。比如,大数据可实现对个人竞训成绩、团队技战术表现以及生理表现等的直观呈现,利用数据分析方法和工具,教练员可快速形成相关运动员发展路径、技战术安排、训练方案制定等的执教决策,在量化决策与经验决策之间形成平衡,提高决策质量。仅仅只是让教育一线人员提高综合素质是不够的,管理人员也应当具备大数据应用意识,在智慧体育校园设计方面形成体系化思路,统筹各类数据中心、智能传感系统、物联网等的基础设施建设,系统性引入各种数字产品、服务或应用,构建标准化的体育课堂和教育模式,在训练竞赛、体质测试、场馆运营等方面,充分发挥数据生产力,运用数字孪生以及大数据分析等的技术手段,实现对体育工作开展的优化改进,疏通难点、堵点。

(四)以数字化技术促成公共体育课程的育人效果提升

在传统的高校体育教学格局中,育人功能弱化和教学中心错位的情况是典型特征,反映出了传统体育教学模式。在理念和思路方面的欠缺。现代教育越来越关注人才培养,教育领域中逐步开始在“以学生为中心”教育理念方面形成共识,各类线上线下混合式教学、反向设计课程体系、形成性评价模式等逐步成为高校体育教学改革的有效途径。结合现代教育格局以及时代环境分析,数字化技术融入高校体育课程设计和教学方法是有效手段,可对学生的体育运动主观能动性、体育竞赛参与度、个性化特长发展等产生积极作用,在提升教学效果和提高学生体育综合素质方面有着显著效果。

结合实际的技术与方法来分析,目前,各种摄像头系统、可穿戴设备、智能传感器械等已经在许多高校体

育教学中有应用落地,老师借助技术手段,实现对学生课堂锻炼效果的追踪与采集,学生的运动表现可被全面记录,就是据此能够进行针对性指导或给出改善性意见。在全面采集与分析数据的基础上,数字化技术还能够三维动画、数据图表和扩展现实等方面,为学生提供动作或战术演示,大大提高教学效率。

### 结语

总的来说,体育强国是战略要求,高校作为人才培养主阵地,应担负起责任,全面贯彻落实国家相关政策方针的要求,在教育改革探索中凸显出新时代的体育人才以及体育事业发展特点,确保体育教育高质量发展与国家高质量发展协同推进,共建强国大计。

### 参考文献

[1] 艾孜孜江·卡热. 体育强国视域下高校体育教学现状及模式创新[J]. 运动-休闲:大众体育,2022(23):0136-0138.

[2] 郁建华. 体育强国视域下高校体育教学现状及模式创新——评《体育教学与模式创新》[J]. 中国教育月刊,2022(6):138-138.

[3] 杜兆斌,李艳霞. 体育强国战略下高校体育文化评估体系构建——山东省高校为例[J]. 当代体育科技,2023,13(4):145-151.

[4] 贺鹏,张高飞. 体育强国视域下高校体育教学现状及模式创新[J]. 运动-休闲:大众体育,2023(11):0052-0054.

[5] 杨牧原. 体育强国背景下高校体育教育发展路径的研究[J]. 越野世界,2023,17:292-294.

[6] 朱恒栋. 体育强国背景下高校体育教育专业对人才培养的探讨[J]. 拳击与格斗,2023(7):25-27.

[7] 石松源,张丽. 体育强国背景下高校体育的作用,现状与优化路径[J]. 甘肃教育研究,2023(4):92-95.

[8] 姜宇航,孙克健. 体育强国背景下高校体育教学改革的价值意蕴,目标导向与实践路径[J]. 河北民族师范学院学报,2023,43(3):117-122.

[9] 卢德文,吉训芳. 体育强国背景下高校体育教学发展路径研究[J]. 运动-休闲:大众体育,2023(8):0124-0126.

作者简介:程凤侠,女,讲师,本科,研究方向:体育教育学。

基金项目:2022年度安徽省质量工程项目《基于新时代足球文化对民族精神影响的理论研究》(编号:2022jyxm951)。