

“五育并举”视域下体育精神赋能高校思政的耦合机制探析

林育凯 陈帅男 陈星星

广东科技学院，广东东莞，523000；

摘要：近年来，体育精神日益受到重视。党的二十大报告提出：“坚持以人民为中心发展教育，加快建设高质量教育体系，发展素质教育，促进教育公平。”学校应秉持立德树人理念，全面实施德智体美劳五育并举，构建全面培养的教育体系，为学生的终身发展和幸福成长打下坚实基础。本文尝试探讨体育精神对青年人的时代价值，探索将体育精神融入高校思政教育工作中的具体做法，希望能为高校思政工作者提供有益的参考。

关键词：五育并举；体育精神；高校思政；以体育人

DOI：10.69979/3029-2735.25.09.035

新时代为高等教育发展赋予了新使命，同时也为高校思想政治教育工作带来新挑战。我们知道，传统的高校思政教育工作偏重于课堂理论，互动性差，难以走近和“走进”学生中，在当下更难以发挥良好效果。因此，探索更贴近学生的思政教育的多重路径，创新高校思政教育工作模式，提高其可行性、有效性，已成为广大高校思政工作者的热门研究课题。

将体育精神融入高校思想政治教育，不仅可以提升思政教育的吸引力和实效性，也能够培养学生积极向上的人生态度和团队合作精神，促进学生全面发展。然而，目前对于如何将体育精神融入思政教育的研究还相对较少，缺乏系统性和实践性的探讨。

1 “五育并举”与体育精神

“五育并举”教育理念所涵内容为：德育铸魂、智育固本、体育强身、美育浸润、劳育淬炼，五者共同锻造，可助力学生全面成长成才。其中，体育教育作为不可或缺的一环，通过丰富多样的体育活动，不仅增强学生的体质，还培养他们的健康意识与团队协作精神，为学生的全面发展奠定了坚实的基础。体育精神是一种积极向上的生活态度和价值观念，包括对体育活动的热爱和对竞争的追求。体育精神是人们在体育活动中形成的一种特殊的心态和行为方式，它与团队合作、拼搏进取、坚持不懈等特点密切相关。

2 “新时代”背景下高校思想政治教育的问题与现状

习近平总书记在中共中央政治局第五次集体学习时强调，我们建设教育强国的目的，就是培养一代又一代德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，培

养一代又一代在社会主义现代化建设中可堪大用、能担重任的栋梁之才，确保党的事业和社会主义现代化强国建设后继有人。然而在高校思政工作中，体育教育一直是落后的环节，除了部分体校强调体育强国，当前高校体育思政大多停留在知识传授和思想灌输的层面，缺乏对学生全面发展的关注。

在开展思政教育的实际工作中，学生在知情意行等方面培养并没有得到充分的重视，以致于思政教育对于学生的综合素质提升并没有明显的效果。传统的思想政治教育往往植根于单一的课堂教学，缺少足够的互动性和趣味性。学生对于这类教育形式往往缺乏兴趣和动力，无法真正参与其中，无法形成深刻的思考和体验。当前高校思想政治教育的内容倾向于停留在理论层面，没有与学生的实际生活和现实问题紧密联系^[1]。教育内容方法单一，学生难以学以致用，缺乏解决真实社会问题的能力。高校思政教育采用统一标准内容，忽视学生个体差异。教育过程未有效识别引导学生兴趣、特长和发展需求，无法满足学生个性化发展。在解决这些问题和挑战的过程中，将体育精神融入高校思想政治教育是一个重要的途径和策略。通过培养学生的体育精神，可以有效提升高校思想政治教育的效果，弥补当前教育存在的不足。

3 体育精神蕴含的德育功能探析

3.1 集体意识的熔铸与大局观的形塑

体育竞技中团队项目的实践场域为集体主义教育提供了天然实验室。篮球战术配合中的无球跑动、排球比赛中的轮转换位等运动场景，通过角色分工与协作机制，使学生深刻理解个人与集体的辩证关系。如同交响

乐团中各声部的和谐共鸣，学生在体育实践中形成的“位置意识”和“补位思维”，能有效迁移至班团建设、科研合作等场景。2022年北京冬奥会短道速滑混合团体接力赛中，中国队通过精准的战术执行实现逆袭，正是集体智慧与个人担当的完美演绎，这种具象化的集体主义教育胜过千次理论说教。

3.2 意志品质的淬炼与身心素养的升华

现代脑科学研究表明，持续性体育训练能促进前额叶皮层发育，增强个体的延迟满足能力和抗挫折韧性。马拉松训练中的“极点突破”、体操动作的万次重复、跆拳道品势的精准控制，这些运动实践构建起“痛苦——坚持——超越”的认知闭环。清华大学“无体育不清华”的传统，正是通过3000米长跑等体育制度，塑造学生“咬定青山不放松”的意志品质。这种在身体维度积累的心理资本，能有效转化为面对学业压力、就业竞争时的心理韧性，形成可持续发展的身心素养体系。

3.3 规则意识的建构与行为范式的转型

体育竞赛规则的本质是社会契约精神的微观投射。从足球比赛的越位判罚到电子竞技中的设备检测，学生通过遵守规则、尊重裁判的实践，完成从“自然个体”到“社会公民”的认知升级。这种规则内化过程与法治教育形成协同效应：篮球场上的“进攻犯规”对应着社会生活中的“越界行为”，田径赛道的分道规则隐喻着社会秩序的边界意识。大学时期是学生规则意识养成的重要时期，将学生在体育运动中培养的规则意识转化为遵守校纪校规、遵循身心发展规律，消除学生观念中的“自由因素”，让学生明白“被约束的自由才是真正的自由”。

4 体育精神赋能高校思政的耦合机制探析

4.1 守正创新，构建“大思政”育人格局

4.1.1 坚持“五育并举”，以体育人

“五育并举”是高校思想政治教育工作的重要组成部分，也是实现教育目的的重要保障。在开展思想政治教育工作时，要从实际出发，注重学生综合素质的培养，让学生在接受教育的过程中提高自身的综合素质^[2]。体育精神是文化形态和精神理念，内涵丰富、特征鲜明、受众广泛。它能提升大学生身心素质，促进全面发展。坚持“五育并举”，厚植“以体载德”、“以体传美”、“以体促劳”、“以体启智”的育人理念，构建高质量

的人才培养体系，优化学校体育环境，促进育人水平提升。

4.1.2 坚持“三全育人”，协同育人

当前高校思政教育存在覆盖面狭窄、学生评价体系中人文关怀不够凸显、教学评价主观导向明显等问题，为提高体育精神融入的可行性和实效性，高校应发挥党建引领作用，将体育精神融入“校院班舍”四级联动机制，调动各方积极性，实现全员、全过程、全方位育人。引导学生将个人发展、理想与中国式现代化紧密结合，在增强文化自信、建设体育强国、实现第二个百年目标中，发挥体育育人积极作用。

4.1.3 坚持理论武装，改革创新

体育精神，作为人类文明与民族文化不可或缺的一部分，是体育与精神深度融合的结晶。习近平总书记关于体育、精神文明及思想政治工作的重要论述，为体育事业的发展及体育精神的培育指明了方向，提供了根本遵循。我们应坚持“以体育人”的理念，深化育人模式的改革创新，不断推动学校体育向品牌化方向发展，形成“一校多品”的体育发展新格局。同时，要引导改革成果融入学校体育的基础性和常规性工作之中，为学校体育工作实现内涵式发展和跨越式提升奠定坚实基础。

4.2 学教融合，筑牢课程思政阵地

4.2.1 加快学科融合，提高教学质量

加强思政与学科的融合，在课堂教学中加强化运动与健康理论知识、体能、专项运动技术技能之间等方面的融合，真正做到以体育人。体育教育中蕴藏着包含公平正义、锐意进取、奋发向上、团结协作以及和人文情感等方面的内容，为思想政治教育带来隐性的教学资源^[3]，与思政课堂比，体育教育践行理念形式更多样，易受学生青睐。在“教会、勤练、常赛”模式中，建立系统、合理、全面的体育课堂评价体系，综合评价学生参与、知识掌握、技能培养及体育素养养成。

4.2.2 挖掘思政元素，纳入课程思政

课程中选思政意义体育项目与案例，引导学生思考道德、伦理、公平竞争等问题，培养道德情操和社会责任感。体育竞技存伦理问题，如公平竞争、尊重对手、遵守规则，引导学生体育伦理思考，认识体育道德规范，培养正确竞争观念。体育活动与社会问题密切，如体育公平、产业化、文化传承，课程引导学生关注思考，通过案例分析培养认知思考能力。建立体育思政教育评价

机制，评估反馈学生体育思政素养，评价培训教师能力。将体育思政纳入课程思政，促学生体育活动获思想道德教育，培养综合素质和社会责任感。

4.2.3 打造专业队伍，增强育人意识

习近平总书记指出，“我国高等教育肩负着培养德智体美全面发展的社会主义事业建设者和接班人的重大任务，必须坚持正确政治方向^[4]。”高校应鼓励教师学体育知识、提素养，参加体育活动和培训。可将体育教师融入其他学科教学，发挥特长。鼓励教师到体育场馆锻炼，为学生树榜样。此举助教师了解学生心理、生理，传授更多体育知识，转变教学重知识轻德育的现状，提升教学水平，将体育精神融入思政教育。开展思政工作时，教师需以学生为主体，结合实际，不断提升工作质量和效果。

4.3 明确主体，健全激励保障机制

4.3.1 以学生工作为主体，开创“五育并举”特色活动

高校团委学生会、学生社团等要组织校园特色体育竞技活动，作为思政教育的互补与延伸。秉持体育精神，增强党团与学生组织凝聚力，打造高品质、制度化、常态化的体育精神主题思政教育。依托校运会，完善赛制与激励，构建“校院班舍”四级联动体系，举办体育知识普及、游戏竞技、表演展示、比赛角逐、征文创作、绘画描绘、摄影捕捉等多元体育文化盛宴，增强学生体质，锤炼意志，健全人格，丰富校园文化。

4.3.2 以品牌建设为契机，建设以体育人校园文化

实施“一校多品”的体育品牌发展策略，加强高水平运动队伍的建设，提升训练品质与竞技实力，积极参与各类体育竞赛活动，充分展现高校体育工作的卓越成效。同时以竞技体育顽强拼搏、积极向上的精神特质，发挥“校园体育达人”模范作用。完善校园文化活动基础设施建设，建设学生体育竞技活动中心，加强以体育精神为主要内容的科学研究、主题讲座、公众号、校报文章征集等活动的设计和组织。同时，紧紧抓住国内外重大体育赛事、展现中华民族体育竞技精神的纪念日和仪式等时机，创新性开展主题鲜明、具有特色、吸引力强的校园文化活动^[5]。

4.3.3 以制度建设为保障，完善人才培养评价机制

构建“以体育人”评价标准，公正评价学生体育行

为。设立综合考评机制，记录学生体育情况，客观评分，树立模范，作为评优评先、推优入党条件；对表现欠佳者引导教育。建立和完善“五育并举”激励保障机制，设置专项科研项目和经费，组建科研团队，加大教学改革申报，创新教学理论，结合体育精神与思政工作。建立长效机制，不断改进完善，促进教师融合体育精神与思政教育，提高育人水平。

5 总结

“立德树人，培根铸魂；为党育人，为国育才”已成为全体教育工作者的普遍共识。高校思政工作者应积极探索“五育并举”大思政的育人格局，挖掘和运用体育赛事的德育功能，在深化实践研究、扩大研究视野和探索思政教育的创新方式方法等方面进行深入研究，对于培养德智体美劳全面发展的社会主义合格建设者和接班人具有重要意义。

参考文献

- [1] 李咏. 辩证思维在大学生思想政治教育工作中的作用及路径探析[J]. 科教文汇(下旬刊), 2016, (33): 9-11.
- [2] 武文娟, 郝琛琛, 何素艳. 高校体育教育专业人才培养探析[J]. 当代体育科技, 2019, 9(25): 73-75.
- [3] 康爱龙. 体育教育与思政教育融合探析[J]. 中国多媒体与网络教学学报(中旬刊), 2020, (12): 215-217.
- [4] 牟慧欣. “丧文化”对大学生思想政治教育的影响及对策研究[D]. 曲阜师范大学, 2020.
- [5] 辛哲, 吕晓东, 赵畅, 等. 中华体育精神融入高校思想政治教育的理论和战略路径研究[J]. 沈阳体育学院学报, 2022, 41(01): 43-49.

作者简介：林育凯（1999年2月），男，汉族，籍贯广东揭阳人，思想政治辅导员，助教，广东科技学院，研究方向为思想政治教育。

科研项目：2022年度广东科技学院人文社科项目：新时代“五育并举”视域下高校体育思政路径研究（项目编号GKY-2022KYWY-19）；2023年度广东科技学院人文社科项目：“五育并举”背景下“德育铸魂”计划实施路径研究（项目编号XJ2023000801）。