

“课程思政”背景下体育专业瑜伽课程协同育人体系构建

杨辉霞, 曹红敏, 汪潇恒, 马 力

池州学院体育学院, 安徽 池州

收稿日期: 2022年8月31日; 录用日期: 2022年9月20日; 发布日期: 2022年11月25日

摘 要

体育专业课程立足“体育教学”与“思政教育”同向同行, 发挥价值引领的协同育人功能。通过对当前大学生成长的需求、传统文化自信教育使命以及瑜伽综合价值定位等方面对体育专业瑜伽课程思政建设的必要性进行剖析, 并重点对其课程体系建设实践转向路径进行系统研究, 明确: 要始终树立“立德树人”、“文化自信”新的课程价值导向, 传承具有专业化的瑜伽思政教学内容体系, 培养职业素养与爱国情怀兼并的教师专业化思政综合素养, 与时俱进地创新教学方式的运用, 多元、系统、全面综合评价和教学质量监督等思政体系的构建, 以此推动体育专业瑜伽课程思政建设结构的实践性和操作性, 更加符合体育专业课程教学改革的需要, 以全面培养社会所需的专业人才。

关键词

“课程思政”, 协同育人, 体育专业, 瑜伽课程, 教育价值

Construction of the Collaborative Education System of Yoga Courses for Sports Majors under the Background of “Course Ideology and Politics”

Huixia Yang, Hongmin Cao, Xiaoheng Wang, Li Ma

School of Physical Education, Chizhou University, Chizhou Anhui

Received: Aug. 31st, 2022; accepted: Sep. 20th, 2022; published: Nov. 25th, 2022

Abstract

Physical education courses are based on “physical education” and “ideological and political education” in the same direction, and play the role of value-led collaborative education. The necessity of the ideological and political construction of yoga courses for sports majors is analyzed through the current needs of college students’ growth, the mission of traditional cultural self-confidence education, and the comprehensive value orientation of yoga. It is necessary to always establish the new curriculum value orientation of “cultivating people with morality” and “cultural self-confidence”, inherit the professional content system of yoga ideological and political teaching, and cultivate teachers’ professional ideological and political comprehensive quality that combines professional quality and patriotism. The application of innovative teaching methods, the construction of ideological and political systems such as multiple, systematic, comprehensive evaluation and teaching quality supervision, promote the practicality and operability of the ideological and political construction structure of sports professional yoga courses, more in line with the need of sports professional courses teaching reform, in order to comprehensively cultivate the professional talents needed by the society.

Keywords

“Course Ideology and Politics”, Collaborative Education, Physical Education, Yoga Courses, Educational Value

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

新时期国家对高等教育教学改革不断提出新的要求，高等教育作为教育的龙头，肩负着为国家培养政治、经济、科学、文化等所需的各类人才重责。因此，高校教育中把思想政治工作贯穿教育教学全过程，坚持把立德树人作为中心环节，提升大学生文化自信，实现全程育人、全方位育人，对改变社会主义建设者的精神面貌尤为重要。“课程思政”是新时代我国课程建设发展的“革命”，是立足我国本土教育实践推动课程改革的中国视野和中国话语[1]，是各专业类课程与思想政治理论课协同育人的有效路径。体育学科作为一门实践性较强的学科，融知识、技术、体能、技能、情感、道德于一体，以基于“身-心”结构通过直观方式(非言说性)实现对世界的把握，以运动认知为基本形式的体育课程的育人价值具有其他课程无法比拟的优势和无法取代的地位[2]。我国体育院校肩负着培养和造就新时代专业体育人才的重任，对落实立德树人根本任务有着不可推卸的使命和责任，体育专业课程作为高校和人才培养的重要组成部分，应与思想政治教育的目标同向同行、不可分割，新时代的体育教学要始终坚持“以学生为中心”的基本理念，加强体育教学的“思政赋能”，在实践中要落实立德树人的根本任务，必须将价值塑造、知识传授和能力培养三者融为一体，既让学生从体育“本征”维度上收获“野蛮其体魄”之功效，又让学生从体育“文化”维度上收获“文明其精神”之功效，实现“身”与“心”同频共振[3]。

瑜伽作为世界文化的宝贵遗产，经过科学地传播，从“民族”走向“世界”已实现全球化普及，当前“瑜伽”已被赋予健身、美体、修心的功效并被普遍认为是一种强身健体、修身养性的重要方式，瑜伽作为异域文化的代表，在中国的发展经过科学地传承与发展、吸收、借鉴及融合在国内社会及高校迅

速推广,新时期如何在高校体育专业瑜伽教学贯彻落实思想政治教育,强化传统文化自信教育,引导认识中国本土文化,传承中华民族美德,提升民族归属感;如何借鉴吸收人类文明的优秀成果……是高校体育专业瑜伽课程思政面临的一个重大课题,是树立体育专业学生正确人生观和政治觉悟的必修课程,对于高校教育具有重要的意义。

2. 体育专业瑜伽课程思政建设必要性

2.1. 新时代中国传统文化自信教育建设肩负的使命

随着社会经济的发展,中国已经进入中国特色社会主义的新时代,一个国家和民族发展与强大的本质源于文化自信,习总书记指出:“文化自信,是更基础、更广泛、更深厚的自信”,党的十九届五中全会,明确提出2035年建成文化强国,在新时代加强全社会的文化自信建设,是关乎国运兴衰和民族未来的时代课题,是实现中华民族伟大复兴中国梦的重要保证。

文化自信绝不是文化自大,更不是文化上的闭关锁国、拒绝文化交流,文化史因交流而多彩,文明因互鉴而丰富,中华民族自古进兴奉“和而不同”原则;在经济全球化、文化交流融合发展的时代潮流中,瑜伽作为世界优秀文化的代表,与各国文化发生碰撞,瑜伽“文化认同”功能的理论,不断对其进行吸收、同化、融合,形成新的文化体系,使其经久不衰。瑜伽在与中国传统文化融合发展过程中,在我国高校迅速推广,当代大学生是未来的主力军,肩负着国家建设的重任,其思想意识状态关乎国家和民族的繁荣与发展,2015年1月党中央印发的《关于进一步加强和改进新形势下高校宣传思想工作的意见》中已经明确指出,高校宣传思想工作是一项铸魂工程,加强和改进高校宣传思想工作是一项重大而紧迫的战略任务,新时代推动高校思政课程文化自信教育,是一项重要的时代任务和政治工作[4]。因此,瑜伽进入校园必须将我国独特的历史,文化和国情纳入瑜伽课程思政体系中,实现爱国主义,文化品格教育相融合,培养学生树立文化自觉、坚定文化自信的思想理念,提升民族自豪感,培育健全的国民文化心态,在继承好、发展好自身文化的前提下对外来文化有扬弃地予以继承,取其精华、去其糟粕,大力弘扬中华优秀传统文化中跨越时空、超越国度,富有永恒魅力、具有当代价值的文化精神,以更加坚定的心态,大胆吸收和借鉴人类文明的优秀成果。通过不同文化融合交流学习,使学生了解中国和其他国家的不同文化背景和培养学生的理性爱国思维和爱国情怀。

2.2. 体育专业学生成才成长的迫切需求

《高等学校课程思政指导健身指导纲要》明确提出:体育类课程思政应当首先要树立健康第一的理念,注重爱国主义教育 and 传统文化教育,同时要培养学生顽强拼搏、奋斗有我的信念,激发学生提升全民身体素质的责任感。习总书记在2016年全国高校思想政治工作会议上指出并强调了“社会是一个大课堂。青年要成长成为国家的栋梁之材,既要读万卷书,又要行万里路”。

体育专业学生在成长过程中积聚了强健的身体素质与实践技能,但理论知识的匮乏,实际中常被“头脑简单、四肢发达”、性格暴躁、遇事易激怒、自控能力弱……等现状亟待解决。在当前复杂的国际形势下,在中华民族迈向伟大复兴“中国梦”的征程中,“以体育人”已成为社会的迫切需求,要实现中华民族伟大复兴,归根结底靠人才、靠教育,教育的最大意义在于精神塑造、价值引领和思想培育,以实现人的自由、全面、充分发展[5]。德为立身之本,铸魂育人是当下教育的重要举措,因此,体育专业课程思政,注重立德树人,教育大学生培育和践行社会主义核心价值观,体育专业的学生不仅需要加强本专业基础知识理论的学习,不断加强思政综合素养的学习,坚持理论与实践养成相结合,增强实践能力的同时,引导大学生志向高远、勤于学习,守法明理及树立爱国情怀;拥有丰富的专业技能知识、健全

的人格、高超的综合素养，培养成为牢记使命、勇立潮头、责任担当，能够自觉担当民族复兴大业的时代新人。

2.3. 瑜伽综合价值定位

瑜伽起源于印度，历经 5000 千年历史积淀、演变、修习研究，是古印度人民经过一代又一代人在实践基础上总结出来一套人体科学修炼的方法，在几千年的发展中使这门古老的学科融入了心理、医学、哲学和养生等多学科的精华使其经久不衰[6]。古老的印度瑜伽文化之所以能在近现代焕发出新的生机与活力，在于瑜伽文化面对各种文化冲突与融合中所做出的新的价值选择，以及通过科学验证对自身价值的肯定，与具有共性的，并且日益被人们重视的健康观和审美观相结合，使得瑜伽在近现代的发展过程中获得广泛地认可和广阔的生存空间[7]。瑜伽作为东方文化的杰出代表具有深邃的历史文化传承价值，已经受到了世界性的关注，并在几千年的发展中跨越了多个领域，正是瑜伽这种价值抉择与文化的结合、吸收与借鉴，满足了不同层次的体育价值追求。使其牢牢扎根于中国传统体育文化的土壤之中，在固有文化的基础上认同瑜伽文化，形成传统文化和瑜伽文化的融合，瑜伽这种“文化认同”理念的强大的功能体系[8]，不断适应着我国特有的文化背景和社会制度，并符合我国人民的健身理念、运动参与习惯和审美情趣，并且形成了具有中国特色的练习式样——健身瑜伽，在国内社会、高校大力普及与推广。

瑜伽的健身价值毋庸置疑，在运动中主要强调“身心合一”，将体位与呼吸、冥想相互结合，尤其把精神智慧和肉体完美结合起来，达到圆满和谐状态，提升身心健康水平[9]。瑜伽作为一种修行方式以及与其修行方法一脉相承的思想体系，对文化主体“人”的认知、意志、性格等心理现象，以及道德规范、审美情趣有统一的、联系的建构功能的现代休闲养生方式被大力推广[10]。在当今社会“共建共享、全民健康”，生命至上的国家健康战略背景下，特别是肩负我国重大使命的当代大学生这一特殊群体的健康体魄更是关注的重点。瑜伽在高校传播推广，这一运动价值已被实践证明，对当代体育专业的大学生的体育、德育、智育、美育等综合素养的形成有不可替代的促进作用；对人的性格养成、抗压能力以及健康生活方式的养成具有改善作用；另外，在高校中推广具有中国特色的瑜伽文化，还能促进多元文化环境的建立，极大丰富中华文化，利于世界优秀文化的进一步交流、传承与发展。

3. 体育专业瑜伽课程协同育人体系构建

3.1. 创新体育专业瑜伽课程多元化目标体系，引领“体育专业课 + 思政”协同育人价值新导向

体育专业瑜伽课程思政要做到实现知识传授、价值观引导的有机统一，前提是要寓价值观引导于体育专业教学之中[11]，要实现体育专业瑜伽课程与思政教育元素的融合、嵌入式发展，必须在瑜伽教学全过程中找准关键、突出重点，挖掘与整合体育专业瑜伽课程中的思想政治优势，抽绎思想政治教育要点，在遵循学生身心发展规律的基础上，将价值引领贯穿于瑜伽教学全过程和各环节，实现知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观的有效整合[12]，形成“全员”“全过程育人”“全方位育人”人才培养格局，形成教育合力，实现立德树人直接效应；因此，瑜伽课程思政目标设定是关键，对整个课程的价值引领具有直接的导向作用，在坚持“立德树人”“文化自信”教育相结合的创新理念下，从文化基础、运动能力、自我发展、体育品德和社会参与等综合考量(表 1)，课程目标上，能够建立立德、强身、健心、益智的多元目标，彰显体育专业程对于培养学生合作意识、社会责任感和抗挫折能力的成效[13]。既能体现明确、精准的目标体系，又要满足学生个性化需求的多元化成长目标体系。努力培养学生形成符合本学科的“科学精神和研究态度”、“技能达人”的同时，成为价值理性视野下人格健全、品行端正的及体魄强健的“自由人”。

Table 1. The ideological and political training target system of yoga courses**表 1.** 瑜伽课程思政培养目标体系

| 分类 | 内容 | 思政培养目标 |
|------|----------------------|--|
| 文化基础 | 人文底蕴 科学精神 运动认知 | 人文积淀、人文情怀、审美情趣、文化自信 理性思维、批判质疑、勇于探究等 |
| 运动能力 | 运动技能 运动体能 | 身体体能、体育技战术能力、心理承受能力等 |
| 自我发展 | 身心健康 锻炼习惯 | 学会学习、健康生活、积极锻炼 珍爱生命、自我管理、健全人格等 |
| 体育品德 | 体育道德 体育精神 体育品格 | 自尊自信、意志顽强、积极进取 遵守规则、诚信自律、公平正义 文明礼貌、诚实守信、正确的胜负观 |
| 社会参与 | 社会适应 社会责任 | 积极参与、相互尊重、和谐交流 责任担当、劳动意识等 |

3.2. 构建中国特色瑜伽教学思政体系，落实“体育专业课 + 思政”协同育人基座

体育类专业课的讲授，不能“就知识谈知识”“就技能谈技能”，必须引导将专业学习和科学研究放在国家整体发展战略中来思考和定位，应充分挖掘专业课程背后的人性考量、价值关怀和战略定位[14]。通过瑜伽课程理论知识体系的学习，正确引导学生为什么学习瑜伽，中国特色瑜伽文化的内涵、中国传统文化内涵、了解中外文化交流的重大意义，了解不同国家的历史背景，以更加坚定心态树立爱国情怀，坚定文化自信理念；通过瑜伽专项实践技能学习，师生通过面对面对话、交流、共感进行专项技术知识分享，并经由知的分享上升为价值观念的分享与碰撞，“增才干、强体质”的同时，明确个人奋斗目标，职业规划，在健康中国的社会建设进程中落实责任担当，以真正在体育类专业课程中践行社会主义核心价值观。

根据体育专业瑜伽课程特点，学生认知特点和接收方式，进行教学内容的整合优化，在体育课程内容上实施“思政激发”，坚持以教育部要求的教材知识体系为基础，将具有中国特色的健身瑜伽作为主体教学内容，整个课程内容的安排要紧密结合体育专业学生身心发展特点、专业发展需求、个性化发展及社会发展的实际需求，以课程广域建设、特色发展为策略，以科学性、严谨性、综合性、全面性等原则，重点向学生传递身体素质、审美情趣、人文精神、道德品质等综合教育价值。

整个课程体系根据思政教学目标定位，学生的特点，瑜伽课程特点，从基础思政理论部分(必修)-专项实践与思政部分(必修)-应用实践与思政部分(选修)(表2)，对课程内容进行组合选定、层层安排，把握适用范围、分析局限性、控制教学环节及延伸课程指导等瑜伽课程教学体系全面分析，牢牢把握专业课与思政课、理论与实践有机地结合，使思政教学理念贯穿整个教学活动的全过程中，力达：第一，增强学生的专业才干，从“基础-提高-专业化”水平的打造，提升业务能力同时，锤炼学生的意志品质，培养学生形成健康生活方式、生活理念的意识，激发学生运动兴趣，注重学生个性化体育运动的发展，养成终身体育锻炼习惯；第二，体育活动中培养学生的真实情感体验，体育品德培养的重点是体育精神、规范意识、社会责任感和道德行为，学生能够领悟蕴藏于运动项目之中的体育精神[12]，培养学生积极进取、顽强拼搏，公平竞争、诚实守信、规则至上、团结协作、健康自然的克服困难的体育精神和理想信念的体育品质；第三，培养学生综合文化素养素质，积淀人文基础，在体育专业瑜伽课程教学中，厚植爱国情怀，着力突出文化自信，培养学生的理性爱国思维、提升民族自豪感和归属感，坚定理想信念、

重点培养学生的思维能力和社会责任感，帮助学生专业成才，引导学生“精神成人”。

Table 2. The content system of ideological and political teaching in yoga courses

表 2. 瑜伽课程思政教学内容体系

| 分类 | 具体内容 |
|---------------------|--|
| 瑜伽综合理论 (必修、基础) | 思想政治教育内容： 道德规范教育、体育品德教育 自我认知教育、审美礼仪教育 集体主义教育、爱国主义教育 体育锻炼基本知识 with 规范 瑜伽基础文化概述 |
| 瑜伽专项实践 (必修、提高) | 瑜伽专项体能 瑜伽基础技术 (健身瑜伽体位 1~6 级、呼吸、冥想等，) 瑜伽竞技规则 |
| 能力拓展与应用 (选修、专业化) | 瑜伽教学与训练 瑜伽高水平技术(健身瑜伽 7~9 级) 瑜伽竞赛知识 参与瑜伽段位、晋段官等考试 瑜伽保健基本知识 |

3.3. 锤炼体育专业教师的“思政素养”，强化“体育专业课 + 思政”协同育人支柱

体育专业瑜伽思政课程协同育人过程中要解决发挥好体育专业学生践行“课程思政”育人主体作用，离不开专业化的思政师资队伍的建设，教师是落实立德树人根本任务的关键，是体育院校课程思政建设的主力军、支柱，是体育专业教育与思想政治教育同向发展的引领者、践行者[15]。

教师综合的专业素养水平对学生体育专项技能的形成和体育运动知识掌握至关重要，其思想政治素养对于引导学生树立正确的人生价值观具有直接的导向作用。高校是意识形态领域的前沿阵地，各种思想文化交锋，形成了多元、多样、多挑战的复杂环境，也因此对高校教师专业素养提出了更高的要求，一方面，迫切需要积极转变授课过程中的德育意识不强，本身育德、能力、育人能力不足、课程的育人资源挖掘不充分等等些许问题；另一方面，积极调动体育专业教师推进“课程思政”建设的主导性转变教学观念，更新教学内容，改革教学方法，增强教师专业素养和人格影响力，加强师德师风建设，提升育人理念和意识和理念，在积极履行教书育人职责的同时，主动挖掘、发挥本专业课程的思政功能。

第一，提升体育专业教师思政综合素养，重点开展体育教师职业素养和家国情怀精神教育，增强体育专业教师的严格自律意识，提高教师思想引领能力。作为一名高校教育工作者，肩负着“教书”“育人”的双重职责，必须做到：一，要坚定社会主义和共产主义地理想信念，要有深厚的家国情怀和道德情操，自身树立正确的历史观、国家观、文化观；二，坚持深入学习党的基本理论知识，中华优秀传统文化知识、社会主义先进文化知识等，具备较强的思想政治理论素养以及开展思想政治教育工作的扎实的知识储备；三，教师的一言一行都会对学生产生潜移默化地影响，身正才能育人，必须严于律己，欲正人先正己，努力做到“六个要”：政治要强、情怀要深、思维要新、视野要广、自律要严、人格要正等[16]，不断加强自律意识，法律法规意识，加强道德修养，完善自身人格；四，教学中不断提高体育教师的思想引领能力，增强对学生思想上的教育引导，教学中在传授体育专业知识技能的同时，培养学生树立新时代体育价值观；同时善于激发学生的自我教学教育认知能力，培养学生爱国主义信念，全面引

导学生将体育需要和成长、成才需要相结合，培养立志为中国特色社会主义奋斗终生的有用人才[3]。

第二，体育专业教师不仅要淬炼个人的自身的核心素养，要强化体育教师专业素养，一名合格的体育专业教师应当具备“传授体育知识、技术技能，促进青少年身体发展”的重大责任，在专业课的教学中，应引领学生到教学实践的第一线，用更加直观的方式刺激实践体验感，引发学生强烈的使命感进而找准努力的方向[14]。体育专业瑜伽教师不仅具有专业师资认证、专业化程度、预防伤害事故的能力及数量上得以保证，充分利用高校知识密集、人才汇聚的优势，从知识结构、价值观念、道德审美、行为习惯、运动技能、体育精神等多方面，分层次健全与完善瑜伽人才培养评价标准，善于依托经过认证的高校或国内资深培训机构，不但要“走出去”还要“请进来”，开展必要的相关师资培训，积极创建一支数量可观、技术过硬、瑜伽专业师资队伍，培养一批既掌握了瑜伽健身知识、瑜伽运动技能、又掌握了先进体育市场营销管理理念和方法的高素质复合型人才。

3.4. 创新体育专业瑜伽课程思政教学新方式，促进“体育专业课 + 思政”协同育人新成效

在信息化迅速发展的时代，改革创新依旧是时代的主题，体育专业教师需要在改进中加强，在创新中提高的真本领，强化科研支撑教学，创新时代教学方式，依据思政课堂内涵式的发展要求，遵循思政教育工作规律、教书育人规律和学生成长规律，掌控课程教学的局面和课堂全过程的驾驭，让体育专业瑜伽思政课的内容实起来，师生动起来，课堂活起来，以推动思政课改革的创新。

体育专业瑜伽教师应当有责任探索新时代条件下的授课新模式，是增强体育专业课程思政铸魂育人的实效关键，把现代信息技术融入体育专业课堂，利用“互联网+”创造新的教学模式，创新体育专业课堂教学的内容、形式、载体和路径，努力紧扣传授体育技能与培育体育精神相结合，创新体育专业课堂教学话语表达体系，把握好信息化、智能化新媒体平台，以达到全面释放课堂教学活力。

现代体育专业瑜伽课堂已经不是单一的瑜伽体位技术教学，更重要的思政与瑜伽教学嵌入式的融合教育。一方面运用多媒体辅助教学方式，运用图文并茂、生动直观的多媒体教学，上好瑜伽基础理论教学；提高瑜伽课程思政效果；另一方面，积极运用“线上”“线下”融合教学模式，建设智慧课堂，探索慕课、微课等教学方式，关注“课堂教学，课下反馈”，实现“线上”观看教学专项技术动作、学生个人动作视频讲解与分析；“线下”细致讲解，充分互动相结合，利用网络教学补充体育专业课堂教学，真正实现体育专业课学生为主体、教师为主导；理论、实践信息化教学相融合的立体化的课程思政融合教育模式，提升体育专业课堂的内涵与质量。

3.5. 完善体育专业瑜伽课程综合评价和教学质量监督体系，形成“体育专业课 + 思政”有效监督体制。

推动体育专业瑜伽课程思政评价、管理，一是，要重点抓学生的成长成才环节，将体育课程中德育目标的实现作为教学评价的一个重要标准，将思想政治教育内容嵌入到知识与技能形成、学习过程与健康行为的养成、学习过程中的情感态度与价值观体现等环节中去，对学生的动机态度、过程与效果进行三位一体的评价，建立规范和标准评价机制，使体育学习的过程成为师生主客体间相互作用的过程[17]，真正落实以学生为中心的教育理念，多措并举加强教育引导，全面提升学生的专业技能、创新能力、身心健康、社会适应及德育意识等综合素质能力。(表3、表4)

二是，紧抓教师思政绩效评价的关键环节，教师是开展思政课题的直接主体，对教师的评价，首先要把握好学生层面，积极引导从体育专业教学和思想政治教育两个维度，对课程的目标、计划、内容等具体实施的情况进行反馈，并将反馈结果纳入课程评价体系，作为课程评价提供第一手资料；学校督导层面层层把关，从课程思政融合创新能力，教学质量、实效等方面，对整个课程建设的思政目标，

思政元素挖掘,教材选用,教案撰写,教学方创新及教学相长是否到位全面考察,形成有效的教学质量监督反馈体系;三是突出课程效果导向,要彰显教师主导地位,充分尊重学生的个性特点和发展需要,融合教育评价理论、教师专业发展理论,确保体育课程体育和德育的“双赢”。

Table 3. The evaluation index system of ideological and political teaching in yoga courses

表 3. 瑜伽课程思政教学评价指标体系

| 分类 | | 评价指标及检测方法 |
|-----------|--------------------------|--|
| 知识与技能 | 瑜伽体能 瑜伽思政理论 瑜伽专项技能 | 设专项考核指标(如柔韧、平衡、力量等) 瑜伽基础理论与思政综合理论检测 个人和集体项目综合考评,参照标准见表 2~4 |
| 学习过程与健康行为 | 学习态度 学习过程表现 健康行为养成 | 出勤情况,课前、课中、课后任务完成情况 学生主动参与学习的综合表现情况 借助现代化智能手段,通过设定打卡指标体系(乐跑,视频拍摄体式)等评定学生主锻炼的效果情况 |
| 情感态度与价值观 | 体育品德 | 自信、意志力、情绪控制等个人体育品质 合作意识和组织能力、态度等集体主义品质 |

Table 4. Teaching assessment standards for yoga special technical movements

表 4. 瑜伽专项技术动作教学考核标准

| 等级 | 评价内容 |
|----|---|
| 优 | 体式展示富有表现力、感染力;节奏分明;体式连贯流畅,姿优雅展; 自编套路中与音乐契合;运动员配合默契,动作一致,情感交流自然。 |
| 良 | 体式展示有表现力、感染力;节奏较分明;体式较流畅,姿势舒展; 自编套路中与音乐较契合;运动员配合较默契,动作一致,情感交流自然。 |
| 中 | 体式展示缺乏表现力、感染力;节奏混乱;体式脱节,出现明显的喘气、憋气; 自编套路中与音乐不契合;运动员配合不默契,动作一致,无情感交流自然。 |
| 差 | 整体表现基本不符合要求 |

4. 结语

在高校体育专业瑜伽教学中,遵循体育专业课教学与思政教育融合的规律,通过拓展体育专业课程的思想教育广度和深度,不断挖掘、瑜伽课程教学中的思政元素,厚植文化自信教育,提升体育教师的思政素养,创新教学方式,构建起高校体育专业课程“体育专业课 + 思政”协同融合育人体系,新时代高校以体育专业课程为支点落实立德树人根本任务的创新举措,对构建高水平体育专业人才培养体系具有重要的时代意义。

基金项目

安徽省教学研究重点项目(2021jyxm1011),池州学院教学研究重点项目(2020XJYXM09,2021XJYXM08)。

参考文献

- [1] 聂迎娉,傅安洲.课程思政:大学通识教育改革新视角[J].大学教育科学,2018(5):38-43.
- [2] 舒宗礼,王华倬.生命教育视阈中我国体育教学现状的思考[J].天津体育学院学报,2014,29(3):237-240.

-
- [3] 陈克正. 新时代高校“体育 + 思政”协同融合育人体系的构建[J]. 思想理论教育导刊, 2020(9): 152-154.
- [4] 王海霞. 习近平意识形态教育理论研究[D]: [博士学位论文]. 北京: 中共中央党校, 2019: 101-103.
- [5] 杨祥全. 铸魂育人: 体育课程思政建设的紧迫性与自身优势探究[J]. 天津体育学院学报, 2020, 35(1): 13-16.
- [6] 韩晔, 高洪杰. 瑜伽文化与我国优秀传统文化相关性探讨[J]. 哈尔滨学院学报, 2017, 38(2): 129-131.
- [7] 张兴泉, 张宏家, 赵厚华. 瑜伽的文化足迹[J]. 沈阳体育学院学报, 2007, 26(5): 126-128.
- [8] 邹然. 从“功能建构”到“文化认同”: 我国瑜伽文化的历史沿革[J]. 吉林体育学院报, 2019, 35(4): 44-47.
- [9] 于巴锁, 刘远新, 王刚. 我国健身瑜伽竞赛演变历程及发展路径研究[J]. 西安体育学院学报. 2020, 37(5): 588-591.
- [10] 周末. 印度瑜伽的文化遗产与教育研究[D]: [硕士学位论文]. 北京: 中央民族大学, 2009: 18-19.
- [11] 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[J]. 天津体育学院学报, 2019, 34(3): 188-190.
- [12] 夏贵霞, 舒宗礼. 课程思政视角下高校体育课程育人质量提升体系的构建——以华中师范大学为例[J]. 体育学刊, 2020, 27(4): 7-13.
- [13] 张洋, 魏军. 立德树人视域下体育院校课程思政建设的价值与路径[J]. 沈阳体育学院学报, 2020, 39(6): 35-40.
- [14] 王佃娥, 杜发强. “课程思政”背景下体育类专业课程建设思考[J]. 学校党建与思想教育, 2020(4): 56-58.
- [15] 刘清生. 新时代高校教师“课程思政”能力的理性审视[J]. 江苏高教, 2018(12): 91-93.
- [16] 李渝萱. “三支队伍”整合视域下大学生思想政治教育协同育人模式研究[D]: [硕士学位论文]. 南充: 西华师范大学, 2019.
- [17] 张柏铭, 钟武. 立德树人视阈下的高校体育教学改革[J]. 高教学刊, 2018(15): 129-131, 134.