

西藏高校乒乓球课程思政实践效果研究

——以西藏民族大学为例

张李强 薛志刚

西藏民族大学, 陕西 咸阳 712082

[摘要] 课程思政是落实全员育人、全程育人和全方位育人的主要手段, 加强西藏高校体育课程思政育人是培养全面发展人才的主阵地。以文献资料、问卷调查、实验和数理统计等综合的方法研究西藏民族大学 140 名非体育专业大学生乒乓球课程思政育人效果, 旨在为西藏高校乒乓球课程思政育人提供理论基础与体育方案, 提升育人质量。

[关键词] 课程思政; 西藏大学生; 乒乓球

DOI: 10.33142/jscs.v5i2.16233

中图分类号: G642

文献标识码: A

Research on the Effect of Ideological and Political Practice of Table Tennis Course in Xizang Universities

— Taking Xizang University for Nationalities as an Example

ZHANG Liqiang, XUE Zhigang

Xizang Minzu University, Xianyang, Shaanxi, 712082, China

Abstract: Ideological and political education in the curriculum is the main means to implement the education of all staff, the whole process and the all-round education. Strengthening ideological and political education in physical education courses in Xizang's colleges and universities is the main position to cultivate all-round talents. This paper studies the effect of ideological and political education of table tennis course for 140 non sports majors in Xizang Minzu University by comprehensive methods such as literature, questionnaire, experiment and mathematical statistics, aiming to provide theoretical basis and sports program for ideological and political education of table tennis course in Xizang universities, and improve the quality of education.

Keywords: curriculum ideology and politics; Xizang college students; table tennis

2016 年 12 月习近平总书记在全国高校思想政治工作会议上强调要用好课堂教学主渠道, 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^[1]。《教育部关于全面深化课程改革落实立德树人根本任务的意见》提出: “统筹各学科, 特别是德育、语文、历史、体育、艺术等学科, 充分发挥人文学科的独特育人优势”^[2]。2020 年 5 月 28 日教育部印发《高等学校课程思政建设指导纲要》指出高校要深化教育教学改革, 充分挖掘各类课程思想政治资源, 发挥好每门课程的育人作用, 全面提高人才培养质量^[3]。为深入贯彻落实这一理念, 教育部专门制定方案, 将思政教育纳入人才培养体系, 全面推进西藏高校体育课程思政建设, 为西藏经济社会的高质量发展培养“下得去、留得住、用得上”的时代新人。

乒乓球作为我国的国球, 有着深厚的群众基础, 在学校深受广大学生喜睐, 对课程思政育人效果良好。在中国式现代化进程中, 乒乓球课程思政育人具有优越的价值、显著的效果、深厚的文化优势, 结合西藏高校人才培养特征, 加强乒乓球课程思政育人, 扬长补短、求真务实^[4]。当前学界关于乒乓球课程思政的研究有理论思政元素提

炼、高校乒乓球课程思政建设路径等理论方面的阐述^[5-6], 为本研究的展开奠定了良好基础与启发, 然而关于西藏高校体育课程思政的研究鲜有报道, 尤其尚未检索到关于乒乓球课程思政开展现状、实施效果方面的研究, 在一定程度上限制了西藏高校体育课程思政教育教学改革的顺利进行, 鉴于此, 我们以横断面的方法对西藏民族大学 2022 级乒乓球公共课的 140 同学展开研究, 以了解乒乓球课程思政育人效果, 不断推动西藏学校体育向更高的发展阶段, 为落实立德树人根本任务、推进课程改革提供理论依据。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

选择西藏民族大学 2023 级乒乓球公共课 140 名同学为实验对象, 为了提升实验的信度降低实验的随机性, 实验组和对照组各两个班, 每个班 35 人。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

在 CNKI、万方数据库、web of science 等国内外数据库及相关的书籍, 搜索与“课程思政”“乒乓球”“体育

课程思政”“大学生”等相关研究。阅读、整理与分析查阅到的文献，为本文研究问题提出、框架设定和内容拟定提供理论依据。

1.2.2 问卷调查法

采用邓衍的《大学生思政水平自评量表》进行研究所用。该量表共包括 42 个题项， $KMO=0.776$ ，Bartlett 检验值为 8995.420， $df=666$ ，差异显著 $P<0.01$ ，Cronbach α 各项系数均大于 0.7，表明该量表各维度信度良好，适合本研究所用。

1.2.3 实验法

为消除主试效应，应采用单盲试验，教学实验班和对照班由同一老师进行教学。对客观条件的控制是指对照班与实验班的场地设施、器材、课时、教学进度、技术内容保持一致。所有学生均是自愿参与实验，并在实验开始前签订了知情同意书。研究团队承诺个人信息绝对保密，实验数据进攻研究所用绝不外露或用于其他非法事宜。

实验前测和后测的指标一致：理想信念、家国情怀、爱国敬业、诚信友善、责任感、规则意识、竞争意识、团队意识、正确胜负观、吃苦耐劳、勇敢拼搏、民族团结 12 个思政因子。实验班进行基于乒乓球是中国国球、奥运精神、老西藏精神、“两路”精神等融入乒乓球课程思政教学内容，对照班则按照传统授课内容进行。实验于 2024 年 3 月 10 日到 2024 年 7 月 1 日，共 17 周，由研究团队成员在西藏民族大学文体馆乒乓球室进行，上课时间：对照班为周三上午 3~4 节，实验班为周五上午 3~4 节；实验班和对照班均是每周 1 课时，共计 34 学时。

1.2.4 数理统计法

使用 Excel 录入实验前、后采集的身体素质、专项技术和思政数据并保存。借助 SPSS25.0 对实验前实验组和对照班进行独立样本 T 检验、实验后实验组和对照班进行配对样本 T 检验。大学生的思想政治水平因子得分采用平均数±标准差（ $M\pm S$ ）表示。

2 研究结果与分析

2.1 实验前思想政治素质水平的结果与分析

在实验开始前测试对照班和实验组学生的思想政治素质水平，检验参与实验学生的思想政治素质水平同质情况。研究采用独立样本 T 检验对实验前实验班和对照班的学生思想政治水平差异（见表 1）。

由表 1 可知，实验前实验组和对照班学生的思想政治水平中的 12 项因子（理想信念、家国情怀、爱国敬业、诚信友善、责任感、规则意识、竞争意识、团队意识、正确胜负观、吃苦耐劳、勇敢拼搏、民族团结）均无显著性差异（ $p>0.05$ ）。这说明两组学生的思想政治水平一致，符合实验开展的样本同质性。

表 1 实验前实验组与对照班学生的思想政治素质水平差异

组别 因子	对照班 ($M\pm S$)	实验班 ($M\pm S$)	T	P
理想信念	9.23±1.86	9.34±1.85	0.432	0.671
家国情怀	18.31±2.31	18.45±2.56	0.237	0.831
爱国敬业	18.03±2.49	18.95±2.91	0.230	0.831
诚信友善	19.02±2.21	19.08±2.40	1.007	0.322
责任感	10.56±2.22	10.68±2.45	0.090	0.891
规则意识	10.01±2.27	10.40±2.23	0.471	0.628
竞争意识	5.67±1.10	5.89±1.10	0.672	0.800
团队意识	5.54±1.07	5.58±1.20	0.977	0.341
正确胜负观	5.32±1.04	5.41±1.21	0.790	0.531
吃苦耐劳	8.71±1.08	8.85±1.12	0.534	0.645
勇敢拼搏	9.12±1.35	9.03±1.42	0.916	0.416
民族团结	9.11±1.38	8.97±1.28	1.025	0.307

注：*表示 $p<0.05$ ，统计学上有显著性差异； $p>0.05$ 是统计学上无显著性差异。下同。

2.2 对照班学生实验前后思想政治素质水平的结果与分析

实验前后对照班学生的思想政治素质水平进行配对样本 T 检验，分析其在接受常规乒乓球课程教学后思想政治水平的变化情况（见表 2）。

表 2 对照班学生实验前后的思想政治素质水平差异

组别 因子	实验前	实验后	T	P
理想信念	9.23±1.86	9.27±1.85	0.442	0.659
家国情怀	18.31±2.31	18.98±2.77	0.117	0.907
爱国敬业	18.03±2.49	19.05±2.84	0.100	0.921
诚信友善	19.02±2.21	19.59±2.20	1.227	0.222
责任感	10.56±2.22	10.66±2.28	0.076	0.939
规则意识	10.01±2.27	10.40±2.13	0.501	0.617
竞争意识	5.67±1.10	5.98±1.10	0.602	0.730
团队意识	5.54±1.07	5.51±1.20	0.957	0.341
正确胜负观	5.32±1.04	5.72±1.20	0.820	0.432
吃苦耐劳	8.71±1.08	8.78±1.21	0.634	0.711
勇敢拼搏	9.12±1.35	9.03±1.32	0.896	0.516
民族团结	9.11±1.38	8.78±1.08	1.120	0.401

由表 2 可知，对照班实验前后学生的各项思想政治水平的各项因子得分间均为显著性差异（ $p>0.05$ ）。由此可见，常规的体育教学并为对学生的思想政治水平产生显著的影响效果。而这一研究结果与黄艳君^[7]的研究结果类似。

2.3 实验班学生实验前后思想政治素质水平的结果与分析

实验前后实验班学生在对思想政治素质水平进行配

对样本 T 检验,分析其在接受乒乓球课程教学后思想政治水平的变化情况(见表 3)。

表 3 实验组实验前后学生的思想政治素质水平差异

组别 因子	实验前	实验后	T	P
理想信念	9.34±1.85	10.64±2.20	6.175	0.002*
家国情怀	18.45±2.56	20.55±3.75	4.683	0.004*
爱国敬业	18.95±2.91	23.55±4.96	8.366	0.001*
诚信友善	19.08±2.40	22.05±4.05	5.683	0.009*
责任感	10.68±2.45	10.68±2.21	1.611	0.110
规则意识	10.40±2.23	10.67±2.20	0.675	0.700
竞争意识	5.89±1.10	6.93±1.63	6.480	0.002*
团队意识	5.58±1.20	7.85±1.80	12.798	0.004*
正确胜负观	5.41±1.21	5.61±1.15	0.545	0.678
吃苦耐劳	8.85±1.12	9.12±1.35	0.816	0.414
勇敢拼搏	9.03±1.42	9.11±1.38	8.443	0.800
民族团结	8.97±1.28	11.75±2.43	10.583	0.007*

由表 3 可知,除责任感、规则意识、正确胜负观、吃苦耐劳和勇敢拼搏因子得分间无显著性差异($p>0.05$)外,其它指标得分均有显著性差异($p<0.05$),但是实验组学生实验后的因子得分均值均大于实验前。由此说明,就总体情况来看,乒乓球课程思政教学对学生的思想政治水平总体上产生了很好的干预效果。

2.4 实验后实验组和对照组学生思想政治素质水平的结果与分析

实验后实验组和对照组学生的思想政治水平进行独立样本 T 检验(见表 4),旨在检验乒乓球课程对大学生的干预效果。

表 4 实验后对照组与实验组学生的思想政治素质水平差异

组别 因子	对照组	实验组	T	P
理想信念	9.27±1.85	10.64±2.20	6.175	0.002*
家国情怀	18.98±2.77	20.55±3.75	4.683	0.004*
爱国敬业	19.05±2.84	23.55±4.96	8.366	0.001*
诚信友善	19.59±2.20	20.05±2.05	1.683	0.870
责任感	10.66±2.28	10.68±2.21	1.611	0.110
规则意识	10.40±2.13	10.67±2.20	0.675	0.700
竞争意识	5.98±1.10	5.93±1.23	1.480	0.210
团队意识	5.51±1.20	5.85±1.80	1.798	0.400
正确胜负观	5.72±1.20	5.61±1.15	0.545	0.678
吃苦耐劳	8.78±1.21	9.12±1.35	0.816	0.414
勇敢拼搏	9.03±1.32	9.11±1.38	8.443	0.800
民族团结	8.78±1.08	11.75±2.43	10.583	0.007*

由表 4 可知,实验后乒乓球选项班学生的理想信念、家国情怀、爱国敬业和民族团结 4 项因子得分均有显著性

差异($p<0.05$),其他指标得分则无显著性差异($p>0.05$),而且均值比较发现,实验组的得分均优于对照组。可见,乒乓球课程思政教学对大学生的思政水平产生较好的干预效果。

3 结论与建议

3.1 结论

在“三全”育人背景下,关注教学改革、课程设计与实施效果,促进学生培养强健的身体素质、高超的运动技能水平、更具时代特征的精神境界,有助于推动教育强国、健康中国等战略目标的达成。然而,数据结果表明,传统体育教学对大学生思政水平的改善效果不佳。较传统教学,基于体育精神、奥运精神、老西藏精神、“两路”精神等思政元素的乒乓球课程思政教学能够有效提升西藏大学生思政水平。尤其是乒乓球课程思政教学对学生的理想信念、家国情怀、爱国敬业和民族团结有着良好的教育效果,值得持续、更大规模的实践检验。

3.2 建议

(1) 总结研究经验推进课程育人目标

总结梳理本研究的阶段性经验,加强后续持续性的课程思政教学实施。此外,在“三全”育人背景下,乒乓球教学应该明确课程的认知目标、技术能力目标和情感态度价值观“三元”育人目标。即通过乒乓球基本理论知识、技战术的习练,进一步提升学生的乒乓球基本知识、技战术的同时,培养学生良好的心理素质,更培养学生的爱国主义精神^[8]。

(2) 梳理教学内容与思政元素有机融合

通过教学内容来挖掘思政元素,通过思政元素来优化思政目标是实现课程思政的根本途径。根据教材完善乒乓球课程思政教学设计,根据具体内容加强教案的思政元素融入。在高校乒乓球思政教学中,深度挖掘乒乓球课程思政元素,在教学中全面探索高校乒乓球课程思政融合方式和融入路径。将乒乓球课程思政教学案例融入到教学内容中,讲好乒乓球故事,构建全程育人体系。

(3) 完善乒乓球课程思政教学体系

从研究结果来看,在理想信念、家国情怀、爱国敬业、诚信友善、竞争意识、团队意识和民族团结有着显著差异,但是在责任感、规则意识、正确胜负观、吃苦耐劳和勇敢拼搏等方面虽然有所提升但是学生在教学中无法充分掌握。这就需要相应的专家学者相互继续探讨,找寻合适的方式方法去呈现。

基金项目:(1) 西藏民族大学 2024 年教学改革项目““五育”视域下的大学体育课程思政实践研究——以西藏民族大学乒乓球课为例”(课题编号:2024634);(2) 西藏民族大学 2024 年教学团队项目“大学生体质健康提升教学团队”(课题编号:6);(3) 第三批陕西省课程思政精品课程和教学团队项目“运动技能学习原理”(课题编号:94);(4) 西藏民族大学 2025 年研究生教育教学专项改革研究项目“数智化背景下体育研究生课堂教学形态

转型的探索与实践”(课题编号: YJG2025006); (5) 西藏民族大学 2025 年研究生金课建设项目“论文写作指导与学术道德规范”(课题编号: YJK2025008)。

[参考文献]

- [1] 习近平. 在全国高校思想政治工作会议上的讲话[N]. 人民日报, 2016-12-09(1).
- [2] 教育部.《教育部关于全面深化课程改革落实立德树人根本任务的意见》[EB/OL]. (2014-04-08) [2025-04-17]. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A26/jcjkjcgh/201404/t201408_167226.html.
- [3] 教育部. 教育部关于印发《高等学校课程思政建设指导纲要》的通知[EB/OL]. (2020-06-06) [2025-04-17]. http://www.goc.cn/zhengce/zhengceku/2020-06/06/content_5517606.html.
- [4] 刘世磊, 贾鑫吴, 查春华. 英国学校体育治理的经验及我国的启示——基于《学校体育与活动行动计划(2023年版)》解析[J]. 西安体育学院学报, 2024, 41(6): 706-713.
- [5] 刘袁景. 体育教育专业乒乓球课程思政建设路径研究[D]. 株洲: 湖南工业大学, 2021.
- [6] 邓珩. 思政元素融入高校乒乓球专业课程的实验研究[D]. 金华: 浙江师范大学, 2021.
- [7] 黄艳君. 普通大学生游泳课程思政教学研究[D]. 上海: 华东师范大学, 2023.
- [8] 刘袁景. 体育教育专业乒乓球课程思政建设路径研究[D]. 株洲: 湖南工业大学, 2021.

作者简介: 张李强(1985—), 男, 汉族, 陕西榆林人, 博士, 副教授, 西藏民族大学, 主要研究方向: 体育教学与课程思政。