

健康中国视域下“女排精神”赋能高校气排球课程思政的理论基础及价值意蕴

马燕¹ 韩君²

1. 内蒙古科技大学, 内蒙古 包头 014000

2. 内蒙古科技大学包头医学院, 内蒙古 包头 014000

[摘要]随着“健康中国”战略的深入实施与“课程思政”工作的全面推进, 高校体育教学改革迎来了新的时代要求。女排精神作为我国体育文化的标志性象征, 其所包含的爱国主义、奋斗意志、集体合作等思想精髓, 与高校气排球课程思政的育人导向深度吻合。本研究立足于理论依据与价值探究两个层面, 深入剖析女排精神融入高校气排球课程思政的逻辑必然性, 探讨其在促进学生健康水平、完善人格品质、增强社会责任等方面的独特功能, 以为高校体育课程思政的创新提供理论借鉴与实践方向。

[关键词]女排精神; 气排球; 课程思政; 价值意蕴

DOI: 10.33142/jscs.v6i2.19307

中图分类号: G8

文献标识码: A

Theoretical Basis and Value Implications of Empowering Ideological and Political Education in College Volleyball Courses with the "Women's Volleyball Spirit" from the Perspective of a Healthy China

MA Yan¹, HAN Jun²

1. Inner Mongolia University of Science & Technology, Baotou, Inner Mongolia, 014000, China

2. Baotou Medical College, Inner Mongolia University of Science & Technology, Baotou, Inner Mongolia, 014000, China

Abstract: With the deepening implementation of the "Healthy China" strategy and the comprehensive promotion of "curriculum ideological and political education" work, the reform of physical education teaching in universities has ushered in new era requirements. The spirit of the women's volleyball team, as a symbolic representation of Chinese sports culture, embodies the essence of patriotism, determination to strive, and collective cooperation, which is deeply consistent with the ideological and political education orientation of college volleyball courses. This study is based on two levels: theoretical basis and value exploration. It deeply analyzes the logical inevitability of integrating the spirit of women's volleyball into the ideological and political education of college volleyball courses, and explores its unique functions in promoting students' health level, improving personality traits, and enhancing social responsibility. The aim is to provide theoretical reference and practical direction for the innovation of ideological and political education in college physical education courses.

Keywords: women's volleyball spirit; air volleyball; ideological and political education; value implication

引言

《“健康中国 2030”规划纲要》明确强调, 需将健康理念纳入各项政策范畴, 全方位提高国民健康素质。高校作为人才培育的关键场所, 在践行健康中国战略中承担着重要职责。体育课程是高校实施健康教育的主要途径, 不仅肩负着强健学生体魄的使命, 更应体现“立德树人”的根本宗旨。2020 年教育部发布的《高等学校课程思政建设指导纲要》明确提出, 体育课程应着力“培育学生的奋斗精神、竞争观念与团队协作能力”, 这为高校体育课程思政的建设明确了目标。

气排球运动作为一种兼具竞技、健身与娱乐特质的大众体育项目, 近年已在高校广泛开展。其规则简单、运动强度适宜的特点, 既能满足大学生体育锻炼、增强体能的需求, 又能在团队合作中塑造学生的协同意识。然而, 当前高校气排球教学往往偏重于技能传授与比赛安排, 对其

在思想政治教育方面的潜在功能开发不够, 未能完全达成“增强体质”与“塑造品德”的有效融合。把女排精神有机渗入高校气排球课程思政, 既是对体育精神的当代延续, 也是提高课程育人效果的有益探索。

1 核心概念阐释

1.1 “健康中国”的内涵

“健康中国”是我国推行的一项综合性国家战略, 其根本目标在于构建覆盖全民、贯穿生命全周期的健康服务体系, 以全面提升国民健康素质。这一理念超越了传统意义上身体无病的范畴, 扩展至心理健康、良好的社会适应性与道德健康等多重维度。在高等教育领域, 践行“健康中国”战略意味着: 一方面, 要着力培养学生的健康主体意识, 引导其形成稳定的体育锻炼习惯与自主健身能力; 另一方面, 需帮助学生树立“健康优先”的人生观, 使其将健康视为个人成长与服务社会的基石, 从而促进人的全

面发展与社会整体进步。

1.2 “女排精神”的构成

女排精神是中国女子排球队在长期艰苦训练与激烈国际竞赛中积淀而成的宝贵精神财富,其具体内涵随着时代变迁而不断被赋予新的意义。综合学术界的普遍观点,可将女排精神的核心要义归纳为以下四个方面:爱国奉献的崇高情怀,即始终将国家利益与民族荣耀置于首位,自觉把个人价值的实现融入为国争光的集体事业之中;协同共进的集体主义,即强调团队成员间的信任、互补与精密配合,通过系统协作最大化整体战斗力,实现个体力量在集体中的升华;坚韧不拔的奋斗品格,即在挑战与困难面前展现出巨大的心理韧性与行动毅力,勇于在极限和逆境中实现自我超越;执着追求的优秀品质,即无论胜负都能保持冷静与专注,以持之以恒的决心和不懈的努力朝向既定目标迈进。

1.3 “高校气排球课程思政”的意涵

高校气排球课程思政指的是,在气排球这一运动项目的教学与实践全过程中,有目的、系统化地融入思想政治教育资源。它并非简单的内容叠加,而是将价值引领有机地渗透到技能讲解、战术演练、竞赛组织及课堂文化等各个环节,通过浸润式的教育方式,在传授运动知识、提升体育技能的同时,培养学生深厚的爱国主义情感、强烈的集体荣誉感、勇于拼搏的意志品质等综合性素养,最终达成体育育人与思想铸魂相统一的课程目标。

2 女排精神融入高校气排球课程思政的理论依据

2.1 马克思主义关于人的全面发展理论

马克思主义指出,人的本质在于其社会属性,全面发展意味着体力、智力以及个体性与社会性的和谐统一。女排精神所弘扬的“团结协作”与“顽强拼搏”,正是对人的社会本质与主观能动性的生动诠释:团结协作反映了个人在集体中谋求发展、实现价值的社会需求;顽强拼搏则凸显了人类通过实践不断超越自我的能动精神。高校气排球课堂本质上是社会交往的微缩场域,其团队竞技的组织形式天然裹挟着多元复杂的人际互动场景。在女排精神的浸润与引领下,学生既能在战术配合的实践中体悟个体与集体的共生关系,也能在反复的训练打磨中印证“实践是认知源泉”的哲学内核,进而实现身体素质与思想境界的双向提升,这与马克思主义理论中“人的全面发展”这一终极追求高度契合。

2.2 立德树人的教育根本宗旨

“立德树人”作为我国教育事业的核心使命,要求高等院校在传授专业知识的同时,必须将学生道德品格的塑造与价值观念的培育置于重要位置。体育课程作为“五育并举”育人体系中不可替代的组成部分,其强健体魄的基础功能与涵养德行的教化价值本就互为表里、不可分割。女排精神作为极具时代感召力的精神符号,其内在的价值

取向与社会主义核心价值观形成深度呼应:“祖国至上”的信念直指“爱国”内核,“团结协作”的实践诠释“和谐”要义,“顽强拼搏”的坚守彰显“敬业”品格。将女排精神深度融入气排球教学全过程,通过运动技能的习得与精神内涵的传承形成有机联动,让学生在提升体育竞技能力的过程中,潜移默化地接受价值引领,最终实现“运动素养”与“思想境界”的同步进阶,这正是对“立德树人”根本教育宗旨的生动践行与具体落地。

2.3 体育与德育一体化理论

我国传统教育理念始终倡导“体教相融”“文武兼修”的育人范式,正如孔子所倡导的“志于道,据于德,依于仁,游于艺”,早已将体育活动与道德修养视为不可分割的统一整体。现代教育理论同样认同,体育训练绝非单纯的身体锤炼,更是意志品质与道德情操的锻造过程。女排精神作为体育与德育深度融合的典范,其形成与发展的历程本身就是“以体育载德育”的生动实践——中国女排在国际赛场上的卓越表现,将竞技体育的成果升华为民族精神的凝聚,完成了从体育价值到社会价值的跨越与升华。气排球运动与生俱来的集体属性与竞争特质,为体育与德育的融合提供了天然的实践平台。在教学中有机融入女排精神,既能够借助技能训练筑牢学生的身体健康根基(体育维度),又能通过精神感召涵养学生的道德情操(德育维度),最终达成“体”与“德”相互滋养、协同育人的理想教育效果。

3 女排精神赋能高校气排球课程思政的价值意蕴

3.1 服务健康中国战略,促进学生健康素质

3.1.1 增强生理机能

气排球运动是一项集速度、力量、耐力、灵敏与协调性于一体的综合性体育活动,要求参与者在比赛中频繁完成快速移动、急停变向、起跳扣球或拦网、挥臂发球及低姿垫球等一系列技术动作。这些动态性、多变性的身体活动对肌肉系统、骨骼系统、心肺系统形成持续而适度的刺激,长期坚持练习可显著增强肌肉力量与耐力,提高关节稳定性与灵活性,优化神经-肌肉协调能力,从而全面提升身体的基本活动能力与运动表现。女排精神中“顽强拼搏”的信念可以激励学生战胜懈怠,形成坚持锻炼的生活方式,从“要我练”转变为“我要练”,为保持终身健康创造条件。

3.1.2 促进心理健康

气排球作为一项高强度、快节奏的团队竞技运动,其比赛过程充满不确定性,比分的起伏、攻防的转换、配合的默契与否,都会对参与者的情绪状态产生直接影响。在实战中,学生常常面临失误被对手反击、关键球处理失当、队友之间沟通不畅等压力情境,这些挑战既是心理负担,也是成长契机。当学生亲身投身赛事竞技,便会在真实的压力情境中直面情绪波动,学着调控冲动反应、维持专注

状态,进而逐步摸索出适配自身的心理调节方法。就像在关键回合的发球出现失误时,是沉湎于自责情绪而丧失斗志,还是快速调整呼吸节奏、将注意力重新聚焦到下一轮攻防中,这恰恰是检验个人心理素质的关键所在。而在团队协作的磨合进程中,诸如传球偏差时的相互体谅、防守疏漏后的彼此鼓励、战术执行过程中的沟通协调,这些具体场景都在推动学生会换位思考、接纳个体差异、搭建信任桥梁,最终在实际的人际互动中提升自身的情绪管理能力与社会适应水平。这种“在实践中成长”的心理培育模式,其感染力与实际效果远非单纯的课堂理论讲授所能比拟。女排精神所倡导的“永不言弃”理念,能够引导学生以积极乐观的心态看待赛事中的失利,在一次次挑战中锤炼心理承受力与抗挫折韧性,最终实现心理素质与生理机能的协同提升。

3.2 深化爱国主义教育,厚植学生家国情怀

“祖国至上”是女排精神的核心内核,这份深植于民族肌理的家国情愫,本质上是把个人追求融入民族复兴伟业的精神自觉。自上世纪八十年代创下“五连冠”辉煌以来,中国女排早已超越单纯的体育竞技队伍范畴,成为中华民族不甘落后、奋发图强的精神象征。在国际赛事的竞技舞台上,她们每一次起跳扣杀的决绝、每一次飞身救球的执着、每一次逆境反击的坚韧,都不只是运动技能的比拼,更是意志品格的较量、精神力量的彰显。队员胸前飘扬的五星红旗,既是她们拼搏路上的精神底色,更是支撑前行的信仰图腾。从雅典奥运会上的惊天逆转,到里约奥运会的绝地翻盘,再到杭州亚运会的顽强鏖战,中国女排用汗水与热血书写的,不仅是赛场夺冠的荣耀篇章,更是对“为国争光”这一崇高使命的生动诠释。她们以不屈不挠的斗志向世界宣告:中国人能行,中国女性能行,中国青年能行!这种在世界聚光灯下为国出征、为民族而战的壮举,极大唤醒了全体中华儿女的民族自豪感与文化自信心,成为新时代爱国主义教育中最鲜活、最具感染力的实践教材。在高校气排球课程教学中,可通过回放女排世界大赛夺冠的经典瞬间、讲述运动员为国拼搏的励志故事,帮助学生深刻认知“个人努力与国家命运”的内在关联;以班级、院系为单位举办气排球赛事,将团队荣誉感培育与集体归属感构建相结合,引导学生从“热爱班集体”“眷恋校园”逐步升华至“热爱祖国”的情感高度,推动爱国情怀转化为日常学习生活中的实际行动。

3.3 培育团队协作精神,契合社会发展需求

气排球运动要求每队六名队员协同参与,从发球启动、传球衔接,到扣球进攻、拦网防守,每个技术环节都离不开队员之间的紧密配合与即时呼应。这项运动的技术链条呈现环环相扣的特征,任何个体的突出表现都难以脱离团队支撑而促成最终胜利,这与女排精神中“团结协作、携

手奋进”的核心要义高度契合。教学过程中,可通过针对性的战术设计与场景化引导,将这种协作意识内化为学生的自觉行为与核心素养。在教学组织层面,教师可引入“二传调度进攻”“轮转协同防守”“多点掩护配合”等典型战术演练,让学生在实战场景中亲身体验不同位置的职责分工与协作逻辑,明晰个体角色在整体战术布局中的定位与价值。例如,在组织进攻时,二传手需依据攻手站位与对方拦网态势快速做出判断决策,攻手则要主动适配传球节奏、积极跑动呼应,这一互动过程自然强化了队员之间的默契程度与信任基础。

3.4 锤炼坚韧奋斗品质,树立积极人生观念

气排球作为一项融合技术、战术与体能的集体性运动,其比赛过程充满高强度对抗与心理博弈。在实战中,比分胶着、体力透支、失误频发、对手强势压制等挑战屡见不鲜,往往在关键时刻考验着每一位队员的意志品质。正是在这样“极限施压”的情境下,学生的心理韧性、意志力与抗压能力被推至检验的前沿。而女排精神中“顽强拼搏、永不言败、逆境奋起”的奋斗底色,恰如一盏明灯,为学生在身体与精神的双重疲惫中提供强大的精神支撑。这种精神不是空洞的口号,而是历经无数实战淬炼出的生命力量,是面对困境时“再坚持一秒”的决绝,是“哪怕倒下,也要朝着球的方向倒下”的执着。将这一精神内核融入气排球课程,能够帮助学生在真实的身体体验中,完成从“知坚韧”到“行坚韧”的品格转化。在课程设计中,应有意识地创设具有挑战性与压力感的训练情境,通过结构化、渐进式的教学环节,引导学生在“做中学”中锤炼意志品质。

4 结语与展望

4.1 结语

女排精神作为中国体育精神的典范,其“祖国至上、团结协作、顽强拼搏、永不言败”的核心要素,为高校气排球课程思政建设注入了丰厚的精神滋养。在理论层面,马克思主义人的全面发展理论、立德树人教育宗旨、体育德育融合理论为其融合提供了坚实基础;在价值层面,其在提升学生健康素质、培养爱国情感、锻炼团队精神、磨砺奋斗品格等方面发挥着独特作用。通过系统优化课程设计、创新教学方法、完善评价制度、加强师资培育等途径,能够实现女排精神与气排球教学内容的深度结合,推动“身体素质培育”与“思想道德教育”协调发展。

4.2 展望

后续研究可尝试采用实证研究方法,通过量表调查、教学对照实验等方式,量化评估女排精神融入后对教学育人效果的实际影响;同时,可扩大研究视域,探讨女排精神在篮球、足球等同类集体球类项目课程思政中的迁移应用,为高校体育课程思政体系建设提供更广泛的

参考范式。

课题项目：内蒙古自治区教育科学研究“十四五”规划 2024 年度课题：健康中国视域下“女排精神”赋能高校气排球实践教学研究（课题编号：NGJGH2024263）。

[参考文献]

- [1]中共中央 国务院.“健康中国 2030”规划纲要[Z].2016.
[2]教育部.高等学校课程思政建设指导纲要[Z].2020.
[3]黄莉.中华体育精神研究[M].北京:北京体育大学出版社,2008.

[4]张瑞林,王立燕.新时代高校体育课程思政建设的内涵、目标与路径[J].北京体育大学学报,2021,44(3):1-9.

[5]陈少坚,郑志强.气排球运动对大学生身心健康的影响研究[J].北京体育大学学报,2019,42(12):89-96.

作者简介：马燕（1987—），女，汉族，内蒙古包头人，硕士，讲师，内蒙古科技大学，研究方向：体育教学与训练；韩君（1979—），男，汉族，内蒙古包头人，硕士，副教授，内蒙古科技大学包头医学院，研究方向：体育教学与训练。