

分类号: G80  
密 级: 公开

学校代码: 10363  
学 号: 2211310111



安徽工程大学

Anhui Polytechnic University

# 硕士学位论文

题目 “以人为本”理念融入高校体  
育教学改革的实践路径研究

|          |        |
|----------|--------|
| 论文作者     | 金婷     |
| 校内导师     | 薛保红    |
| 校外导师     | 靳建洋    |
| 专业学位类别   | 体育硕士   |
| 研究方向(领域) | 社会体育指导 |

论文提交日期: 2024 年 6 月 4 日

分类号: G80  
密 级: 公开

单位代码: 10363  
学 号: 2211310111

题 目 “以人为本”理念融入高校体育教学改革的实践路径  
研究

英文并列

题 目 "PEOPLE-ORIENTED" CONCEPT INTO THE  
PRACTICE OF COLLEGE PHYSICAL EDUCATIO  
REFORM PATH RESEARCH

学生姓名: 金 婷

校内导师: 薛保红

校外导师: 靳建洋

专业学位类别: 体育硕士

研究方向(领域): 社会体育指导

论文答辩日期: 2024 年 5 月 29 日

## 安徽工程大学学位论文原创性声明

本人郑重声明：我恪守学术道德，崇尚严谨学风。所呈交的学位论文，是本人在导师的指导下，独立进行研究工作所取得的成果。除文中已明确注明和引用的内容外，本论文不包含任何其他个人或集体已经发表或撰写过的作品及成果的内容。论文为本人亲自撰写，我对所写的内容负责，并完全意识到本声明的法律后果由本人承担。

学位论文作者签名：

金婷

日期：2024 年 6 月 4 日

## 安徽工程大学学位论文版权使用授权书

学位论文作者完全了解学校有关保留、使用学位论文的规定，同意学校保留并向国家有关部门或机构送交论文的复印件和电子版，允许论文被查阅或借阅。本人授权安徽工程大学可以将本学位论文的全部或部分内容编入有关数据库进行检索，可以采用影印、缩印或扫描等复制手段保存和汇编本学位论文。

保密 ☐，在 \_\_\_\_\_ 年解密后适用本版权书。

本学位论文属于

不保密 ☒。

金婷

学位论文作者签名：

薛保红

指导教师签名：

日期：2024 年 6 月 4 日

日期：2024 年 6 月 4 日

## “以人为本”理念融入高校体育教学改革实践路径研究

### 摘 要

党的十八大以来，习近平总书记通过会议、讲话、座谈、批示、指示等形式，对我国体育事业的发展发表一系列重要论述。梳理和分析这些重要论述我们可以发现，习近平总书记始终强调要以人民为中心来开展体育工作，这是新时代中华优秀传统文化中蕴含的体育文化价值取向、精神气质、思维方式与行动纲要的总和。高校体育教学改革的主旨就是坚持和发展“以人为本”的理念，始终把体育强国造福人民幸福生活与中华民族伟大复兴的中国梦二者紧密相连，突显了“以人为本”的体育发展理念，坚持走中国特色的人民体育发展道路。高校作为推进我国体育事业发展的重要渠道，始终坚持开展“以人为本”的体育工作，在新时代建设体育强国中发挥人才培养、理论支持、科技支撑的独特优势。

研究运用了问卷调查法、数理统计法、文献资料法、专家访谈法等方法。梳理了当前我国高校体育教学改革面临的缺乏“以人为本”的教学目标，忽视学生的身心健康需求、缺乏“以人为本”的教学方法，忽视学生的主体学习意愿、缺乏“以人为本”的评价考核，忽视学生的多元素质提升的“三缺乏三忽视”焦点问题；理清了“以人为本”理念在高校体育教学改革遵循“体教融合”的教学目标、立足“以生为本”的教学思想、树立“健康第一”的教育理念、贯彻“三全育人”的教育模式等四个方面的基本原则；界定了“以人为本”理念融

入高校体育教学改革应围绕立德树人根本任务推进体育强国目标建设、围绕体育教学成效评价加快体育课程创新步伐、制定多元人才培养目标实现学生全面健康发展的三大目标任务；以安徽某高校开展学校体育教学改革的实践措施、改革成效、创新路径三个方面进行实践分析得出结论。

研究表明，高校体育教学改革融入“以人为本”的理念，主要具有三个方面的价值：第一，从学生层面来看，可以助力学生“野蛮体魄”和“健全人格”，促进学生的全面、协调、可持续发展，为学生的身心健康和个人成长提供有力支持；第二，从学校层面来看，有助于推动高校体育教学体系的创新发展；第三，从国家层面来看，有助于落实“健康中国战略”，推动体育强国的建设。

**关键词：**以人为本，高校体育教学改革，实践路径

# "PEOPLE-ORIENTED" CONCEPT INTO THE PRACTICE OF COLLEGE PHYSICAL EDUCATION REFORM PATH RESEARCH

## ABSTRACT

Since the 18th National Congress of the Communist Party of China, General Secretary Xi Jinping has made a series of important expositions on the development of China's sports undertakings through meetings, speeches, discussions, instructions, and other forms. General Secretary Xi Jinping's important exposition on sports work always emphasizes the development of sports from the people's standpoint. This is the sum of the value orientation, spiritual temperament, way of thinking, and action plan of sports culture contained in the excellent traditional Chinese culture in the new era. The main purpose of the reform of physical education teaching in colleges and universities is to uphold and develop the concept of "people-oriented", always closely connecting the sports power to benefit the people's happy life with the Chinese Dream of the great rejuvenation of the Chinese nation, highlighting the "people-oriented" sports development concept, and adhering to the people's sports development path with Chinese characteristics. As an important channel to promote the development of

China's sports undertakings, universities always adhere to carrying out the "people-oriented" sports work, giving full play to their unique advantages of talent cultivation, theoretical support, and scientific and technological support in building a sports power in the new era.

The research uses the methods of questionnaire, mathematical statistics, literature, expert interview and so on. This paper analyzes the lack of "people-oriented" teaching objective, neglecting students' physical and mental health needs and lacking of "people-oriented" teaching methods in the current P. E. Teaching Reform in colleges and universities of our country, neglecting the students' willingness to learn, the lack of "people-oriented" assessment and the focus of "three-lack-three-neglect"; This paper clarifies the four basic principles of "people-oriented" concept in the reform of college physical education, such as following the teaching goal of "integration of sports and education", basing on the teaching thought of "students-oriented", setting up the educational idea of "health first", and carrying out the educational model of "three-round education" The paper defines that the "people-oriented" concept should be integrated into the physical education reform in colleges and universities to promote the goal of building a strong sports country around the fundamental task of building morality and cultivating people, speed up the pace of physical education curriculum innovation around the evaluation of Physical Education, formulate multiple personnel training objectives to achieve students' all-round and healthy development of the three major objectives; This paper analyzes the implementation path, reform effect and innovation strategy of physical education reform in a university in Anhui province and draws a conclusion.

The research shows that the implementation of the concept of "people-oriented" in the reform of physical education in colleges and universities has three values: first, from the perspective of students, can help students "savage physique" and "sound personality", promote students' comprehensive, coordinated and sustainable development, for students' physical and mental health and personal growth to provide strong support; Second, from the school level, it is helpful to promote the innovation and development of college P. E. Teaching System; Third, from the national level, help to implement the "Healthy China Strategy" and promote the construction of sports power.

KEY WORDS: "people-oriented",reform of physical education in colleges and universities,the practice path

目 录

摘 要..... I

ABSTRACT..... III

第 1 章 绪论..... 1

    1.1 研究背景和研究意义..... 1

        1.1.1 研究背景..... 1

        1.1.2 研究意义..... 2

    1.2 研究对象与研究方法..... 3

        1.2.1 研究对象..... 3

        1.2.2 研究方法..... 3

    1.3 研究现状及述评..... 5

        1.3.1 相关概念界定..... 5

        1.3.2 国外研究现状及述评..... 6

        1.3.3 国内研究现状及述评..... 8

第 2 章 “以人为本”理念融入高校体育教学改革的价值意蕴..... 13

    2.1 推动高校体育课程发展..... 13

        2.1.1 创新高校体育课程的教学理念..... 13

        2.1.2 丰富高校体育课程的教学内容..... 14

        2.1.3 强化高校体育课程的教学主题..... 15

    2.2 促进学生身心全面发展..... 16

        2.2.1 提高学生身体素质..... 16

        2.2.2 促进学生心理健康..... 17

    2.3 加快推进体育强国建设..... 18

        2.3.1 培养专业体育人才..... 18

        2.3.2 推动竞技体育发展..... 19

    2.4 加快推进全民健身计划..... 20

        2.4.1 培养健康生活方式..... 20

        2.4.2 推动全民健身运动..... 21

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| 2.4.3 提升国民健康水平 .....                  | 21 |
| 第 3 章 “以人为本”理念融入高校体育教学改革的核心内涵 .....   | 23 |
| 3.1 高校体育教学改革面临亟待解决的焦点问题 .....         | 23 |
| 3.1.1 忽视“以人为本”的教学目标，弱化学生的身心健康需求 ..... | 23 |
| 3.1.2 忽视“以人为本”的教学方法，弱化学生的主体学习意愿 ..... | 24 |
| 3.1.3 忽视“以人为本”的评价考核，弱化学生的多元素质提升 ..... | 24 |
| 3.2 “以人为本”理念融入高校体育教学改革遵循的基本原则 .....   | 25 |
| 3.2.1 遵循“体教融合”的教学目标 .....             | 25 |
| 3.2.2 立足“以生为本”的教学思想 .....             | 26 |
| 3.2.3 树立“健康第一”的教育理念 .....             | 27 |
| 3.2.4 贯彻“三全育人”的教育模式 .....             | 28 |
| 3.3 “以人为本”理念融入高校体育教学改革的目标任务 .....     | 28 |
| 3.3.1 围绕立德树人根本任务推进体育强国目标建设 .....      | 29 |
| 3.3.2 围绕体育教学成效评价加快体育课程创新步伐 .....      | 29 |
| 3.3.3 制定多元人才培养目标实现学生全面健康发展 .....      | 30 |
| 第 4 章 “以人为本”理念融入安徽某高校体育教学改革实践 .....   | 32 |
| 4.1 “以人为本”理念融入安徽某高校体育教学改革的实践措施 .....  | 32 |
| 4.1.1 加强党的领导，强化全员体育育人队伍建设 .....       | 32 |
| 4.1.2 优化育人路径，构建全过程体育育人新格局 .....       | 36 |
| 4.1.3 拓展育人载体，形成全方位体育育人新方式 .....       | 39 |
| 4.2 “以人为本”理念融入安徽某高校体育教学改革成效 .....     | 42 |
| 4.2.1 “以人为本”的课程设置满意度调查与分析 .....       | 42 |
| 4.2.2 “以人为本”的教学方法满意度调查与分析 .....       | 43 |
| 4.2.3 “以人为本”的教学目标满意度调查与分析 .....       | 44 |
| 4.2.4 “以人为本”的评价体系满意度调查与分析 .....       | 45 |
| 4.2.5 “以人为本”的第二课堂满意度调查与分析 .....       | 46 |
| 4.3 “以人为本”理念融入安徽某高校体育教学改革的创新路径 .....  | 49 |
| 4.3.1 加快建设体育场馆，营造体育氛围 .....           | 49 |
| 4.3.2 优化教学考核过程，完善评价体系 .....           | 50 |
| 4.3.3 提高教学智能程度，构建数据平台 .....           | 50 |

第 5 章 结论与建议 .....52

    5.1 结论 .....52

    5.2 建议 .....53

参考文献 .....55

附录 .....60

    问卷调查 .....60

    访谈提纲 .....62

致 谢 .....63

## 第 1 章 绪论

### 1.1 研究背景和研究意义

#### 1.1.1 研究背景

习近平总书记指出：“加快建设体育强国，就要坚持以人民为中心思想，把人民作为发展体育事业的主体。”<sup>[1]</sup>同时强调，要努力构建德智体美劳全面培养的教育体系，形成更高水平的人才培养体系。这是高校坚持社会主义办学方向、落实立德树人根本任务的关键所在。高校作为党和国家体育事业的主战场，同时也是提高学生健康水平，进一步为国家培育专业体育人才的主阵地，要始终坚持“以人为本”开展体育教学工作。在社会发展的浪潮中，中国共产党始终坚持将“以人为本”的核心理念贯穿于体育教学等教育事业之中，不仅取得了显著的成果，而且这一实践既彰显了马克思主义的中国化特色，也凸显了先进教育理念中“以人为本”的核心价值。

近年来，随着我国体育事业的快速发展，我国高校传统的体育教学模式已经难以匹配当前高校的办学规模和教育体制，因此迫切需要进行新一轮的高校体育教学改革创新。目前我国高校体育教学改革取得了一定的成效，但仍然存在诸多亟待解决的问题，彻底解决这些棘手问题的法宝是要在教学改革过程中始终坚持“以人为本”的理念。2021 年《“十四五”体育发展规划》中明确指出，要以满足人民日益增长的美好生活需求为根本目的，确保体育科教工作达到新水平。其中，规划还特别强调了体教融合建设工程，旨在促进青少年体育健康发展。与此同时，《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》也明确指出，青少年的健康成长离不开强健的体魄，这是祖国发展的基础条件。在当前高校开展体育教学的过程中，我们需要将“以人为本”和素质教育全面化作为战略主题，并深入思考其核心——即培养怎样的人。这不仅是体育教学改革的方向，也是高校教育改革的重要任务。我们应该注重培养学生的体育兴趣，提升他们的体育技能，更重要的是，要通过体育教学，培养学生的团队协作、坚持不懈、勇于挑战等优秀品质，为他们的全面发展奠定坚实的基础。2022 年，教育部等十部门联合颁布了《全国推进大思政课建设的工作方案》，明确指出了课程思政建设

要强化问题意识，突出实践导向、建设“大课堂”、搭建“大平台”、建好“大师资”，推动各类课程与思政课同向同行，为培养“五育并举”的高水平人才提供重要的契机。

高校体育教学在我国教育事业中占据着举足轻重的地位，不仅为青少年的身心健康注入新的活力，更是我国体育后备人才培养体系中不可或缺的一环。通过体育教学，高校不仅致力于提升学生的身体素质和运动技能，更致力于培养他们的健康生活方式、团队精神和意志品质，为我国体育事业的蓬勃发展提供了坚实的后备力量。新时代，高校坚持“以人为本”理念的体育教学改革的主旨就是始终坚持推动大学生德智体美劳的综合素质全面发展，把推动体育强国建设造福人民幸福生活与中华民族伟大复兴的中国梦二者紧密相连。<sup>[2]</sup>高校体育教学融入“以人为本”理念是新时代高校实施体育实践育人工作创新发展的内在需要，也是贯彻体育强国战略和健康中国战略的本质内涵，更是实现一切发展依靠人民，一切发展为了人民，一切发展成果汇集人民，让全体人民过上幸福美好生活目标的必然选择。

### 1.1.2 研究意义

#### 1.1.2.1 理论意义

本课题研究的理论意义主要体现在两个方面：一是高校将“以人为本”理念融入体育教学改革，将马克思主义实践观和中国体育教育事业高度结合并在新时代的背景下，赋予“以人为本”理念更深层次的内涵，进一步丰富了马克思主义的中国化和时代化的创新发展。二是面对传统的体育教学模式带来的问题，立足于“以人为本”立场有利于打破当前高校体育教学面临的固化困境，进一步丰富和发展了我国体育教学改革理论，为我国的体育教学改革指明了方向。

#### 1.1.2.2 实践意义

高校体育教学的价值定位在于体育作为实践育人的基础性工程，具有交融体质与理想、感性与理性、信念与实践等特点。通过课题研究，探索通过体育来保障广大学生的身心健康发展的实践路径，以改善学生身体素质为基础，进一步推动学生全面发展，形成五育融合并举互生互补的教育生态系统，为高校体育教学改革提供可参考的实践样式。

## 1.2 研究对象与研究方法

### 1.2.1 研究对象

本文以探索“以人为本”理念在高校体育教学改革中的实践路径作为研究对象，以安徽某高校的本科生作为调查对象。

### 1.2.2 研究方法

#### 1.2.2.1 文献资料法

对本篇论文研究的相关领域的文献资料进行研读，在中国知网、维普、Web of Science 数据库等网站以“以人为本”“高校体育”“教学改革”等关键词搜索，筛选出相关的文献资料，仔细阅读并对其归类总结，从中获得本篇论文的理论依据。通过新华网、人民网等网络媒体，收集习近平总书记关于体育工作及高校体育课程建设的相关论述原文，对以上文本资料进行归纳整理，将查阅、收集到的资料进行整理、汇总并深入分析其内涵。

#### 1.2.2.2 实地调查法

通过走访安徽某高校，根据研究的需要，对调查对象在参加公共体育课等相关体育活动时进行观察并记录，获得详细、真实的资料，增加研究的客观性。

#### 1.2.2.3 专家访谈法

专家访谈法是一种深入了解和探索某一研究领域专业知识、经验和见解的研究方法，该法旨在通过与研究领域内的资深专家进行深入交流，挖掘和解析特定研究领域内的专业知识、实践经验和前沿动态。本研究采用线上交流访谈和面对面交流访谈两种形式对安徽省内高校的七位相关领域专家进行访谈，旨在了解如何将“以人为本”理念在高校体育教学改革中贯彻落实并了解融入过程中面临的困境，本研究可根据专家意见提出相应的对策与建议。通过对专家访谈内容的整理、归纳和分析，可为本研究提供一定的理论支撑。（访谈专家见表 1-1 访谈专家信息表）

表 1-1 访谈专家信息表

| 序号 | 工作单位   | 姓名  | 职称  |
|----|--------|-----|-----|
| 1  | 安徽××大学 | 戴** | 教授  |
| 2  | 安徽××大学 | 袁** | 教授  |
| 3  | 安徽××大学 | 芮** | 教授  |
| 4  | 安徽××大学 | 金** | 副教授 |
| 5  | 安徽××大学 | 赵** | 副教授 |
| 6  | 安徽××大学 | 王** | 副教授 |
| 7  | 安徽××大学 | 刘** | 副教授 |

#### 1.2.2.4 问卷调查法

##### ①问卷的设计

本问卷从安徽某高校公共体育课的课程设置、教学方法、教学目标、教学考核以及该校开展的体育“第二课堂”这五个维度展开调研，以探索高校体育教学改革贯彻“以人为本”理念的效果及不足之处。根据研究需要，初步设计问卷后，与相关专家商议提取相关意见并与导师沟通商议修改，最终确定问卷并进行效度信度检验后正式使用。

##### ②问卷的效度和信度检验

由于本问卷为自编量表，为了保证问卷的效度，在设计调查问卷的过程中采用专家效度检测的方法进行问卷效度检验。本研究选取了 5 名体育专业领域的专家（教授 2 人，副教授 3 人），并根据专家所提出的建议对问卷进行修改，根据表 1-2 专家调查结果显示，表明该问卷设计的具有一定的效度，可以使用（见表 1-2）。

表 1-2 学生问卷专家效度表（N=5）

| 效度   | 非常合理 | 合理 | 一般 | 不合理 | 非常不合理 |
|------|------|----|----|-----|-------|
| 结构效度 | 3    | 2  | 0  | 0   | 0     |
| 内容效度 | 2    | 3  | 0  | 0   | 0     |
| 整体效度 | 1    | 4  | 0  | 0   | 0     |

本问卷运用了重测法（Test-retest Reliability）进行问卷信度检验。通过对安徽省某高校 2022 级体育拓展训练公共体育课 42 名学生进行第一轮问卷调查，并时隔两周，用同一份问卷对之前填写过的 42 名同学进行问卷重测，进行重测信度检

验, 结果显示该问卷信度系数为  $R=0.864$ , 表明该自编量表的信度较高, 可以使用。

### ③问卷的发放与回收

面向安徽某高校大学生开展问卷调查, 问卷内容包括基本的社会人口信息(如姓名、年龄、专业、可获得的联系方式等)及“以人为本”理念融入高校体育教学改革实践路径的相关问题。本研究采用问卷星 app 统一发放并回收问卷, 为了保证问卷填写的质量, 对招募来的大学生统一进行问卷内容的讲解和答疑, 最终在一名研究人员、一名研究助理人员和一名志愿者的帮助下完成整个问卷填写过程。共发放 830 份问卷, 总回收问卷量为 825 份, 对问卷进行归纳与整理后筛选出学生有效问卷 801 份, 问卷有效率为 97.09% (见表 1-3)。

表 1-3 调查问卷发放与回收统计表

| 发放问卷数 | 回收问卷数 | 回收率    | 无效问卷数 | 有效问卷数 | 有效率    |
|-------|-------|--------|-------|-------|--------|
| 830   | 825   | 99.40% | 5     | 801   | 97.09% |

#### 1.2.2.5 数理统计法

本研究首先使用 Excel 统计软件对回收的所有有效数据进行归纳和整理, 再使用 IBM SPSS Statistics 27 版本对归纳和整理后的有效数据进行分析。

## 1.3 研究现状及述评

### 1.3.1 相关概念界定

“以人为本”是把人类的生存发展放在首要位置, 表明了人是发展的主要动力, 也是发展的根本目的。紧紧围绕“人民”去“发展”, 一切“发展”为了“人民”, 肯定了人民是历史的主体和创造者, 一切为了人民, 一切依靠人民, 二者缺一不可, 构成了“以人为本”的完整内容。<sup>[3]</sup>

体育教学: 是指按教学计划与大纲, 由教师向学生传授专业体育运动知识、技能, 提高学生身体素质, 培养学生坚强意志品质的教育。体育教学除了要遵循一般课程教学的规律之外, 我们还要根据不同学生身体发育的特点和学习动作的能力和过程来组织教学活动。<sup>[4]</sup>

### 1.3.2 国外研究现状及述评

#### 1.3.2.1 国外关于“以人为本”理念的研究现状及述评

国外“以人为本”理念的发展历程可以追溯到古希腊哲学家亚里士多德的人本主义思想，他强调人的尊严和自由，提出了“人是万物之灵”“人是社会性动物”等著名观点。欧洲人民的思想理念在文艺复兴时期获得了解放，人们开始以自我为主，认为人才是主宰世间万物，人成为万物之中心。在文艺复兴时期，人文主义思潮兴起得到了传播，强调人的价值和尊严，进一步推动了“以人为本”理念的发展。到了18世纪，启蒙运动时期，哲学家们如卢梭、伏尔泰和孟德斯鸠等，提出“天赋人权”和“社会契约论”等思想，主张以人为本，尊重人的权利和自由。

19世纪，工业革命带来社会变革，工人阶级兴起，对社会公平和人权保障提出了更高的要求。这促进了“以人为本”理念在欧洲的进一步发展，并在欧洲形成了一股思潮，对当代欧洲各国的“以人为本”理念发展产生深远影响。1950年“以人为本”理念在美国逐渐得到兴起和传播，马斯洛的《自我实现的人们：关于心理健康的研究》<sup>[5]</sup>提出了需求层次理论，强调人的自我实现和成长，随后《动机与人格》进一步强调了自我实现是人类的终极目标，也是心理健康和幸福的关键。

人本主义教学思想大师罗杰斯，先后出版了《来访者中心治疗》《自由学习》<sup>[6]</sup>等多部著作，提出了学习的自由，强调教学是“以学生为中心”，而不再是“以教师为中心”，这对“以教师为中心”的教学观念造成了重大改变。20世纪60年代，“以人为本”理念逐渐融入于教育领域，并在英国等国家得到了进一步的发展，“以人为本”理念在教育领域的融入有助于培养全面发展、有创造力、有责任感和有同理心的个体。

总体来看，国外对于“以人为本”理念的研究具有较早的起步和深厚的积淀。这种理念在西方国家得到了广泛而深入地研究，其影响也是深远的。从历史的维度来看，西方国家对于人的主体性和尊严的重视，以及对个体权利和自由的倡导，都与“以人为本”理念的核心不谋而合。这种理念不仅在哲学、社会学等人文社科领域产生了深远影响，也在政治、经济等多个领域发挥了积极的指导作用。

### 1.3.2.2 国外高校体育教育的研究现状及述评

Ryan Miller<sup>[7]</sup>表示学校应重视体育教育在大学教育中的育人作用，不应将体育局限于高水平体育人才的招收与培养，而应全面地看待体育教育对于学生的发展作用，尽可能地让所有学生享受平等的体育教育，而不是为了追求高层次的体育运动员而放弃在校学生平等享受体育教育的权利。

Tomas<sup>[8]</sup>则从体育课程的开发与师资力量建设两个维度对人格教育展开了叙述，其认为体育课程的开发应从四个角度进行构建，即建立专门的组织机构、课程开发的决策、课程开发的规划和课程开发的实施，师资力量建设方面其认为要对教师本身的人文情怀进行培育。

Morton<sup>[9]</sup>则从学生本身的角度对体育人文教育的价值展开了探讨，并从两个方面对自己的研究结果进行了阐述。一方面他认为体育人文教育是一门与史学教育、文学教育等有着密切联系的综合性教育，这有利于分科教育更好地实施；另一方面，他则表示体育人文教育可以有效地培养学生的思想道德及健全人格的养成。

Skilbeck<sup>[10]</sup>认为体育人文主义是思维意识、方法和能力的总和。从对学生进行人文主义培养视角展开论述并提出四点教学对策，即多元化的教学环境、深度的思考、交流的及时性和解决问题的真实性。

总体来看，国外体育教育领域所推崇的人文教育，其核心思想在于“以学生为中心”，即强调教育的主体性和个性化。这一理念认为，每一个学生都是独一无二的个体，应该享有平等的受教育权利，并且教育应该根据学生的兴趣、能力和需求进行个性化定制。教育者注重培养学生的主动性、创造性和批判性思维，鼓励学生在体育活动中积极探索、勇于尝试，以此提升学生的体育技能和综合素质。国外体育教育致力于确保每一个学生都能获得平等的教育资源和机会。

### 1.3.2.3 国外关于“以人为本”理念融入体育教育的研究现状及述评

国外发达国家在“以人为本”理念融入体育教育领域的探索方面取得了较早且深入的研究成果，美国教育家约翰·杜威和威廉·赫尔巴特合著《当代教育理论》：明确指出了“以人为本”理念融入于教育的重要性，为后来的体育教育发展奠定了坚实的基础。

在1910年，美国学者托马斯·丹尼森·伍德提出了“新体育观”，强调通过加强身体锻炼来磨炼和教育人民，特别是促进儿童在精神和伦理方面的责任感高

速发展。随后的研究指出，体育教育应当遵循人的本质需求，注重以人为本。在美国玛格雷特的《体育的评定》<sup>[11]</sup>提出体育教学应该在学生的学习和独立成长发展中发挥重要的角色，发挥体育的作用才能促进学生的全面发展，在“以人为本”的教育理念中持续加入体育教学的内涵，使“以人为本”的理念获得新的发展，

德国在 20 世纪 70 年代，“以人为本”的体育价值观念慢慢地成为德国体育教育的主流。德国教育学家海克尔就提出体育课就要出汗，才算一个成功的体育课堂，除了课堂，学生在课外也要有充足的体育锻炼，出汗的体育课堂能够有效地增进学生和老师以及同学之间的交流。

法国教育部在 1981 年颁布了《学校环境教育》<sup>[12]</sup>，指出法国体育教学环境要与“以人为本”理念的充分地融入，明确开展体育教学要坚持“以人为本”，指出法国高校的体育教学融入“以人为本”理念。1998 年，联合国会议中再次强调了“以学生为中心”的教育理念，要求教育要坚持以人为本，以学生为本。

国外发达国家在“以人为本”理念融入体育教育领域的实践中取得了显著的成果，例如：芬兰的体育教育体系强调学生的全面发展和终身体育参与；加拿大的体育教育课程注重培养学生的体育素养和健康生活方式；澳大利亚的体育教育政策强调以学生为中心，尊重学生的文化多样性。

总体来看，国外发达国家的研究开始得相对较早，且研究内容十分深入。这些研究主要聚焦于学生的主体性，即强调学生在体育教学中的核心地位。在这种教育理念下，体育教学“以学生为中心”，注重激发学生的主动性和创造性，让他们在体育活动中能够充分发挥自己的潜能和特长。这种“以学生为中心”的教育模式，不仅关注学生的身体素质和技能提升，更注重培养学生的团队合作精神、竞争意识以及面对挑战的勇气。通过这种方式，体育教育不再仅仅是锻炼身体的活动，更成为一种全面提升学生综合素质的教育方式。

### 1.3.3 国内研究现状及述评

通过在知网搜索“以人为本”“高校体育教学”等关键词得知，目前还没有专门的学术文献来研究这一课题。基于此，围绕三个相关层面进行综述，一是“以人为本”理念相关内容；二是“以人为本”理念与教育的相关内容；三是“高校体育教学”相关的内容。

### 1.3.3.1 关于“以人为本”理念的研究现状及述评

“以人为本”的理念，以文字的形式提出最早是在春秋时期齐国名相管仲的相关论述之中。但我国早在《尚书》中就提出了“天视自我民视，天听自我民听”<sup>[13]</sup>从中我们能看出有明显的“以人为本”的现实意，而孔子所提出的“泛爱众”也是“以人为本”的一种体现，老子在《道德经》中也提出了“贵以贱为本，高以下为基”<sup>[14]</sup>的民本思想。这表明在中国传统文化思想中一直就有“以人为本”的人本思想。从中，我们可以看出来，古人所提出的“以人为本”思想是特定历史背景下的产物，它们不仅展现了历史的进步性，同时也存在历史的局限性。为了对这些古代思想进行具体的历史探究，我们需要深入研究它们的表现形式。唯有如此，我们才能清晰地理解古代“以人为本”思想与科学发展观中的“以人为本”之间的联系与差异，进而更准确地把握“以人为本”的深刻内涵。2003年10月11日至14日中国共产党第十六届中央委员会第三次全体会议（简称：中共十六届三中全会）在北京举行，胡锦涛同志提出了“以人为本”的科学发展观。

此外，也有一些学者认为在马克思主义理论体系中“以人为本”思想占有重要意义。如俞可平<sup>[15]</sup>指出，“以人为本”作为马克思主义的最高命题，坚持“以人为本”就是对马克思主义“以人为本”的这一最高命题的坚持。而张奎良<sup>[16]</sup>认为，“以人为本”不仅是对马克思实践唯物主义人学思想的继承，更是对中国悠久的民本思想的传承。总体而言，大多数学者都一致认为党提出的“以人为本”思想是对马克思主义理论的继承与发展，肯定了人是历史的创造者和主体。

总体来看，我们国家对于“以人为本”理念的追溯可以远至春秋时期，这一理念从两千多年前就已经开始扎根于我们的文化土壤之中，并一直延续至今。在那个古老的时期，“以人为本”的思想已经开始在诸子百家的学说中显现，强调人的价值和尊严，提倡尊重人的个性和自由。随着时间的推移，这一理念在历史的长河中不断得到丰富和发展，可以说，“以人为本”理念在我们国家具有深厚的历史底蕴和广泛的社会基础，对于我们国家的发展产生了深远的影响。

### 1.3.3.2 关于“以人为本”的教育理念的研究现状及述评

90年代，我国教育部相继颁布了《中国教育改革和发展纲要》和《关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》，其中都对“以人为本”理念对中国教育的发展和改革提出了建议。

方展画在《罗杰斯“学生为中心”教学理论述评》<sup>[17]</sup>一书中对罗杰斯的“以学生为中心”的教育理念进行了评述，指出教学心理思想的三个基本部分是：情感与认知的深度融合，强调学习过程中情感和认知的相互作用与影响；直觉与创造性的培养，鼓励学生在学习过程中发挥直觉思维，激发创造性潜能；以及以自我为核心的个性发展理论，关注学生个性的培养和发展，尊重学生的独特性和自主性。这本书也为后来研究“以学生为中心”的文献提供了非常权威的参考，也为国内之后的研究奠定了基础。

车文博在《人本主义心理学》<sup>[18]</sup>一书中，也对人本主义心理学的教育观进行了细致地分析和阐述。杨韶刚在《人本主义心理学与教育》<sup>[19]</sup>一书中通过回顾西方人本主义走过的路程与我国教育中的人本思想进行了比较并对世界教育的未来做出了展望。

罗利建在《人本教育》<sup>[20]</sup>强调了“以人为本”的教育理念，认为教育的目的应当是真正关注个体，促进其潜能的开发、能力的提升和个性的展现。周玉娥在《春意来，草自青：生本教育的理念与操作》<sup>[21]</sup>一书中继续深入地推动了“生本教育”的理念并不断完善，进一步推动了“以人为本”与我国的教育不断深入融合。

总体来看，随着“以人为本”理念的持续深入研究和广泛实践，其已经逐渐被确立为我国教育界的核心指导思想。将“以人为本”的理念应用于高校学生的教育工作中，不仅能够更加精准地满足学生的个性化需求，提升他们的综合素质，还能有效推动高等教育的素质化进程。在教育实践中，“以人为本”的理念要求教育者关注学生的全面发展，尊重他们的主体地位，激发他们的主动性和创造性。通过关注学生的兴趣、特长和需求，教育者能够为他们提供更加贴合实际的教学内容和方式，从而培养出既具有扎实专业知识，又具备创新精神和实践能力的高素质人才。同时，“以人为本”理念也强调教育过程中的公平与平等，确保每个学生都能获得优质的教育资源和机会，这种教育理念的贯彻实施，不仅有助于提升教育质量，还能进一步促进社会公平和正义。

#### 1.3.3.3 关于高校体育教学的研究现状及述评

从当前高校体育课发展出现的问题来看，陈志洪在《我国高校体育课程现状研究与分析》<sup>[22]</sup>中认为，当前高校体育课程的发展存在一些问题，由于深受传统

体育课程的教学目标的影响，大部分高校的教学目标仍然停留在传授学生体育技能方面，而没有重视学生综合体育素质的培养，基于这一问题高校需要对体育课程进行创新性改革，发挥高校体育课的价值引领作用，培养出既能熟练掌握体育技能，又有拼搏精神和高尚品格的青年大学生。

从促进高校体育课程高质量发展的角度来看，刘润和周俊在《我国高校公共体育课程现状及发展趋势研讨》<sup>[23]</sup>中指出要从改进课程目标、优化课程设置、扩大体育教学格局、创新教学模式、完善课程评价体系五个方面来推动高校的体育事业高质量发展，培养体育专业人才为我国体育产业发展奠定基础。

从如何推动高校体育课程思政来看，罗潇<sup>[24]</sup>在第十二届全国体育科学大会上指出，纵观近年来关于高校体育课程思政建设的研究中，关于进一步深刻解读新时代中国特色社会主义高校体育教育发展道路的相关研究较少，特别是将习近平关于体育工作方面重要论述融入高校体育课程改革的则少之又少。高校体育课程未来发展必须以习近平关于体育工作方面重要论述为指导，深入探讨融入方法。基于此，罗潇认为，要将习近平关于体育工作方面重要论述融入高校体育课程创新建设中，必须始终坚持“八个统一”，践行“以人民为中心”思想，坚持“立德树人”的教育任务，不断推进体育事业进步，为建设体育强国贡献力量。

从高校体育课程教学目标的内容来看，朱丽霞在《论马克思主义生命观融入高校体育课程思政的价值意蕴及实践路径》<sup>[25]</sup>中认为，高校体育课具有非常重要的育人功能，具体体现在体育课是大学生学习体育运动知识、保持身体健康、树立正确三观的重要渠道。高校体育课的教学目标应该在原来的“育体”的基础上增加“育德”和“育智”的功能。高校体育课程要将马克思主义的生命观与体育课相结合，帮助学生形成健全的自我意识，助力学生全面发展；常益和张守伟在《高校公共体育课程思政的价值意蕴、目标指向及实践路径》<sup>[26]</sup>围绕体育课的教学目标提出了三点要求，一是要帮助学生增强体质，树立终身体育的观念；二是要帮助学生健全人格，培育积极向上的个性；三是要帮助学生锤炼意志，树立远大的奋斗目标。

从高校体育课程教学目标的落实来看，赵金海在《教学目标在高校体育课程目标与教学目标辨析中的应用》<sup>[27]</sup>中强调了课程目标和教学目标的差异性，并指出课程目标应当着眼于提高学生的全面素质，教学目标则应当分阶段实现并由教师来把控，根据不同的情况适时转变教学目标，最终实现课程目标。

从高校体育课程教学方法的角度来看，李忠山和许德斌在《高校体育课程线上线下混合式教学研究》<sup>[28]</sup>中指出，伴随着信息技术的发展传统的线下体育教学模式已经逐渐无法满足学生的需要，体育课的线上线下混合式教学方法是目前高校体育课程改革的导向。本文进一步从构建合理课程目标、组建专业师资队伍、遵循混合式设计理念以及探索多元化评价机制四个方面指出了高校体育课探索线上线下混合教学模式的实施途径，为创新高校体育课程教学方法提供了借鉴。

从创新高校体育教学方法的角度来看，周桂琴在《高校体育教学方法与创新教育的探析》<sup>[29]</sup>中认为体育课已经成为提高学生综合素质的关键课程，因此要加大力度推动体育教学方法的创新，本文从因材施教、改善师生关系、利用微课堂教学以及高校配置体育教学资源这四个方面提出了新形势背景下高校体育课程教学方法革新的策略，强调了创新教学方法的重要性。

综上所述，在新的历史背景下，我国高校体育教学改革遇到了一些困境，面对改革中出现的问题，许多专家学者从“以人为本”的角度提出了解决办法，指出要坚持“以人为本”，突出学生在课堂的主体地位，以满足学生的需求为根本目的展开教学，以促进学生的身心健康为教学目标，在“以人为本”的指引下，推动学生全面发展。

## 第2章 “以人为本”理念融入高校体育教学改革的价值意蕴

在高校体育教学改革中融入“以人为本”理念，可以进一步加快建设体育强国的步伐，推动高校体育事业发展，提升学生在体育课堂的获得感、满足感，为实现第二个百年奋斗目标和中华民族伟大复兴的中国梦贡献体育的智慧和力量。

### 2.1 推动高校体育课程发展

在推动高校体育教学改革的过程中，通过“以人为本”理念创新教学理念、丰富教学内容和强化教学主题来充分发挥高校体育课程教学的价值引领作用。

#### 2.1.1 创新高校体育课程的教学理念

在体育教学开展的过程中，教师所秉持的教学理念直接体现了体育教学创新的深度和广度。然而，在当今体育课程改革的时代背景下，仍有部分教师未能及时更新其教学理念，他们在教学中过于守旧，缺乏创新意识，同时对学生们的学习状况和心理状态也缺乏足够的关注和关心。在传统的高校体育教学模式下，教师们往往主要聚焦于学生们体育动作的规范性以及训练的充分性，却忽视了学生在课堂中的主体地位，导致学生们在课堂上仅仅扮演着知识技能接受者的角色，缺乏主动性与参与感。受传统教学理念的影响，教师们的教学方式往往局限于简单的技能重复训练，这种机械化的模式极大地抑制了学生的学习兴趣，忽视了以人为本、以学生为主体的核心教学理念。这种教学方式不利于学生对体育知识的深入掌握和体育技能的有效提升。

高校体育课程的建设，本质上是为了实现广大青少年身心健康全面发展的目标。因此，在教学过程中我们不仅要注重实践训练，还需将学生的三观教育、责任教育和家国情怀作为核心要素深度融入体育教学的各个环节。此外，我们还需深入挖掘体育精神和体育赛事中所蕴含的情感意义和生命意义，并巧妙地将其转化为激发当代学生理想信念和道德信仰的强大源泉，以此促进他们全面发展。同时，教师务必充分尊重并发挥学生在课堂上的主体地位，努力引导他们主动探索和创新。针对学生们的身心特征和实际需求，我们要持续推动高校体育课程的教学手段和模式的创新，以此点燃学生们对体育学科的热爱之情，不断提升他们参

与体育活动的主动性和积极性。教师要致力于让学生们从内心深处接纳体育、热爱体育，真正享受运动带来的乐趣与成就感。

要实现这一目标，我们必须将“以人为本”的理念深植于体育教学改革的核心之中。这不仅要从高校课程的教学目标出发，以课程规划和主题教育为指引为体育教学赋予更深层的价值意义，而且需将“以人为本”的理念渗透到教学的每一个环节。在教学的整个流程中，无论是备课、上课还是课后管理，我们都应坚持以学生们所喜爱的模式来展开，确保每一个环节都能贴近学生的兴趣和需求，以此提高高校体育教学改革的质量，真正满足学生的需求，激发他们的兴趣，促进他们的全面发展。<sup>[30]</sup>这正是从教学理念的高度来探索高校体育教学“培养什么人、怎么样培养人”的核心问题。我们既要在“五育并举”的宏观教育框架下贯彻“以生为本”的教学理念，确保学生的主体性得到充分尊重与发挥；又要在体育课程教学改革的实践中彰显“立德树人”的独特价值，通过体育教学这一途径培养学生的道德品质，促进他们的全面发展。

### 2.1.2 丰富高校体育课程的教学内容

体育教学相较于其他人文学科教学，具有其独特之处。在教学过程中，体育课更注重科学性与人文性两者统一。这意味着在体育课堂上，学生们不仅要遵循运动的规律，掌握科学的方法，更要在实践中体验并领悟体育活动和体育赛事所蕴含的丰富人文精神，实现身心双重发展。通过这样的教学方式，体育教学不仅能够提升学生的身体素质，还能够培养他们的人文素养，实现全面而均衡的发展。高校体育教学改革的内容要融入“以人为本”的理念。一方面，教师应积极引导树立“终身体育”理念，将体育视为锻炼身体、陶冶情操的重要一环，通过教学使学生了解、理解并热爱各类体育项目，进而实现课堂教学与学生自我学习的有效结合，打造出深受学生喜爱的体育课堂。在教学内容上，我们应根据时代的发展以及学生的兴趣变化，不断进行创新与调整，如融入街舞、瑜伽、飞盘、板球、拓展训练、攀岩、卡巴迪等受学生欢迎的新兴体育活动，以满足学生的多样化需求。另一方面，高校体育教学改革旨在实现双重目标，强健体魄的同时更要体育精神“入心”和“入脑”。因此，我们需要深入推进体育课程思政教学改革，将体育精神转化为促进学生们成长的内在驱动力，在体育课程学习和体育训练的过程中，我们期望学生们能够深刻领会“健康第一”的教育理念，并将其内

化于心、外化于行。同时，更希望他们能够勇于肩负起民族和国家发展的重任，将个人的健康和成长与国家民族的命运紧密相连。我们不仅要适当融入健康知识教育、心理疏导、生命安全教育以及社会适应性教育等内容，帮助学生培养良好的生活习惯和积极的学习心态。<sup>[31]</sup>还要在教学内容中融入有助于学生成长的思政要素，通过体育课程的学习，学生们不仅能掌握一门运动技能，还能在身体健康、心理稳定及道德素质等多个维度上得到显著提升，从而全面实现个人综合性发展。

### 2.1.3 强化高校体育课程的教学主题

高校体育教学改革要遵循“以人为本”的主题，在体育教学的过程中既要遵循体育教学的基本规律，也要积极探索价值教育的元素并将其全面融入体育教学改革之中。我们要不断丰富高校体育课程的教学主题，进一步推动教学改革和体育教学实践共同发展。高校在坚定贯彻“立德树人”这一根本宗旨的同时，还需系统提升学生们对体育精神和体育价值的理解，并深化他们的政治认同，从而培养出既具备强健体魄又拥有高尚品德的新时代好青年。<sup>[32]</sup>强化“以人为本”的教学主题应当包括以下两个方面，一方面，在新的形势背景下，体育老师要深入挖掘体育育人的新要素，结合学生成长的实际需求，勇于创新教学理念，以更加贴近学生、更具针对性的方式进行教学。例如：在设计教案的过程中，可以有意融入爱国主义主题，将“为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏”的中华体育精神渗透到体育课程的日常教学中，努力使这种精神内化于心、外化于行。同时，通过学习体育明星或体育团队的优秀事迹，激发学生的爱国情怀和奋斗精神，为培养具有高尚品格和坚定信念的新时代好青年贡献力量。另一方面，高校体育课程应凸显“健康”的核心主题。习近平总书记在全国教育大会上强调：“要树立健康第一的教学理念，开齐开足体育课，帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。”基于此，高校体育课程的主题不仅要包括指导大学生掌握运动技能，更要引导学生学习健康知识，培养他们形成终身参与体育锻炼的良好习惯，实现身心健康的全面发展。

总而言之，在强化体育教学主题的过程中，我们应加大力度将习近平总书记关于体育工作的重要论述转化为体育育人的实质元素，从而强化“以人为本”的教学主题，不断提升高校体育教学的内涵与深度，这一举措旨在改善高校体育课

程教学的质量，提升育人的成效。<sup>[33]</sup>通过“以人为本”的教学主题，高校体育课程不仅实现了对学生身体素质的提升，更在精神层面给予他们滋养，助力他们成为全面发展的新时代好青年。

## 2.2 促进学生身心全面发展

大学生作为国家的未来和希望，其身心全面发展至关重要。高校体育课作为高等教育的重要组成部分，应当融入“以人为本”的理念，促进学生的全面、协调、可持续发展。高校体育课在“以人为本”的理念指导下，不仅仅是简单的体育锻炼和竞技比赛，更被赋予了更高的目标与期待，为学生的身心健康和个人成长提供有力支持。体育锻炼不仅能够强健学生的体魄，显著提升其身体素质，更能在这一过程中培养学生的团队合作精神、磨炼其坚韧的毅力和意志品质。在体育教学活动中，学生可以培养自律意识和责任感，增强自信心和集体荣誉感，为其未来的发展打下坚实基础。

### 2.2.1 提高学生身体素质

健康的身体是青少年为国家和社会作出贡献的基石，更是我们中华民族旺盛生命力与活力的生动展现，高校体育教学改革融入“以人为本”理念就是要求我们要“以学生为中心”来开展工作。高校体育课的目标是培养学生的身体素质，以提高他们的综合素质和健康水平。身体素质的提高不仅有利于学生的个人发展，也符合国家和社会对青少年健康的关注和需求。在“以人为本”的视阈下，高校体育教学改革应注重从以下几个方面来提高学生的身体素质。首先，要根据学生的身体发展规律，科学制定训练计划。不同阶段的学生在身体素质上存在差异，因此需要针对性地制定体育锻炼计划，确保学生在锻炼中能够全面发展各项身体素质；其次，通过各种体育活动和训练，帮助学生提高身体的力量、速度、耐力、灵活性等素质，体育教学应该注重培养学生的运动技能和身体协调能力，通过多样化的体育活动，激发学生对运动的兴趣，提高他们的运动水平；再次，通过体育教学让学生了解保持健康的重要性，培养良好的生活习惯和健康意识，学校可以开展健康教育活动，向学生传播健康知识，引导他们养成良好的饮食习惯和生活习惯，从而提高他们的身体素质和健康水平；最后，良好的身体健康有助于学

生更好地集中精力学习，提高学习效率。通过参与体育活动，学生可以培养团队合作能力和社交技能，这对他们未来的发展也具有重要意义。

总之，提高学生的身体素质是高校体育教学中的一项重要任务，也是符合国家和社会需求的重要工作。只有切实站在“以人为本”的立场上，通过科学合理的体育教育培养出身体健康、全面发展的优秀青年人才。希望各高校能够重视体育教学相关工作，为学生身体素质的提升提供更多的支持和帮助。

### 2.2.2 促进学生心理健康

高校体育教学对学生心理健康的促进作用不可忽视。通过组织多样化的体育活动，有助于帮助学生释放压力、调节情绪，培养积极向上的心态。体育竞赛中的团队合作和竞争机制，能够锻炼学生的心理素质，增强他们的自信心和抗挫折能力，实现心理健康与身体锻炼的有机结合。高校体育教学强调学生的主体性和参与性，通过组织集体性、竞争性的体育活动，培养学生的团队协作精神和公平竞争意识。同时，体育活动中的规则意识和社交互动，有助于提高学生们的心理适应能力、社会适应能力和人际交往能力，为他们未来融入社会和职业发展打下坚实基础。促进学生心理健康是一个至关重要的教育目标，为了实现这一目标，需要从学生的角度出发，考虑他们的心理需求、挑战和发展。“以人为本”的理念首先要求我们理解学生需求，深入了解学生的内心世界，关注他们的情绪变化和心理波动。鼓励学生表达自我，为他们提供一个安全、支持性的环境，让他们敢于分享自己的感受和思考。在高校体育教学改革中，学校要为学生提供个性化支持，无论是在体育课堂还是体育竞赛中，要认识到每个学生都是独一无二的，他们的心理需求和挑战也各不相同。学校要根据学生的个体差异，提供个性化的心理健康辅导和支持，帮助他们应对困难，实现自我成长。加强情感沟通与人际交往：鼓励学生之间的情感交流，培养他们的同理心和共情能力。在日常的体育活动实践中，通过组织团队体育活动、体育兴趣小组讨论等方式，促进学生之间的合作与互动，增强他们的归属感和集体荣誉感。在高校体育教学改革中融入“以人为本”理念，我们还可以通过体育课堂教学、体育健康知识讲座等形式，向学生传授心理健康知识，帮助他们了解自我，掌握调节情绪、缓解压力的方法，教授学生有效的人际交往技巧，帮助他们建立良好的人际关系，提高社会适应能力。鼓励学生参与课外活动，培养他们的兴趣爱好和特长，促进全面发展。高校还要

致力于建立心理健康档案与监测体系，为学生建立心理健康档案，定期评估他们的心理状态，及时发现并解决心理问题。建立心理健康监测体系，通过问卷调查、访谈等方式，了解学生的心理健康状况，为提供有针对性地帮助提供依据。不同学生在体育方面有着不同的兴趣爱好和特长，应当根据学生的需求和特点，提供丰富多彩的体育项目和活动，满足学生个性化发展的需求。同时，高校体育教学也应当注重培养学生的体育意识和健康理念，引导学生树立正确的竞技观念和比赛态度，追求健康、快乐、积极向上的体育精神。

高校体育教学应当促进学生的可持续发展，通过体育锻炼和竞技活动，培养学生良好的生活习惯和健康行为，提高学生的身体素质和心理素质，增强学生对未来发展的信心和勇气。同时，高校体育教学也应当注重培养学生的社会责任感，引导学生积极参与公益活动和社会实践，为社会可持续发展贡献力量。只有如此，高校体育教学改革才能更好地服务于学生的身心健康和个人成长，为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人作出积极贡献。

## 2.3 加快推进体育强国建设

高校体育教育是培养体育人才的沃土，在“以人为本”理念的引领下，为竞技体育、群众体育和体育产业等领域培养高素质技能型人才，助力我国体育事业发展，为完成体育强国目标作出积极贡献。

### 2.3.1 培养专业体育人才

学校体育作为孕育体育新星的摇篮，在可持续发展观的指引下回归教育的本质，不仅是中国体育事业发展的风向标，更是推动体育强国建设的强大引擎，是体育后备人才实现高质量发展的内在动力。自上世纪八十年代以来，我国各大高校通过组建高水平运动队，成功开辟出一条体教融合的竞技体育后备人才培养新路径，孕育出“清华模式”“南体模式”等颇具特色的典范。<sup>[34]</sup>这种体教融合的创新模式，不仅为学校体育和竞技体育输送了源源不断的高质量人才，也为大众体育的普及和相关产业的蓬勃发展注入了新的活力。随着中国特色社会主义进入新时代，高校在体育强国建设中的作用日益凸显，已全面融入体育后备人才培养体系，不断探索体教融合的育人新模式。<sup>[35]</sup>这不仅是对体育后备人才培养体系的完善与升级，更是对我国体育事业发展的有力推动，标志着我国体育后备人才培

养进入了一个新的历史阶段。党的十八大以来，国家体育总局为进一步完善竞技体育的举国体制，联合相关部门出台了一系列政策措施，积极探索政府、社会、学校共同参与运动员选拔培养的新机制，着力解决运动员文化学习和运动训练之间的矛盾。在其中，高校为竞技体育后备人才的培养起到重要的基础作用。高校在为国家培养专业人才的同时也要注意，要不断推动高校体育教学的改革与发展，落实立德树人根本任务，搭建高等院校关于体育方面的教学、训练、科研、竞赛等方面的交流合作平台，着力推动建设有中国特色的世界一流体育大学和一流学科，同时还要强化体育人才队伍，深化体育人才体制改革，创新体育人才评价机制，加快形成有利于体育人才培养的新机制。

### 2.3.2 推动竞技体育发展

习近平总书记在教育文化卫生体育领域专家代表座谈会上发表重要讲话，强调：“我们必须创新竞技体育人才培养、选拔、激励保障机制以及国家队管理体制。”<sup>[36]</sup>这一深刻论述为当前我国竞技体育的发展指明了创新方向，凸显了竞技体育在推进体育强国建设中的核心地位，使其成为社会各界关注的焦点。从历史角度看，高校一直是竞技体育发展与繁荣的重要基地，过去的“举国体制”在推动竞技体育向更高、更快、更强目标迈进的同时，也暴露出不少问题，尤其是在竞技体育人才培养与规范教育之间的脱节现象尤为突出。<sup>[37]</sup>这种脱节不仅影响了人才的全面发展，也制约了竞技体育的可持续发展。随着制度的深化改革，新“举国体制”对竞技体育回归教育提出了更为明确的统筹规划。这一新体制的核心在于推动竞技体育事业和教育系统相融合，充分发挥教育系统的人力、财力等方面的优势，由国家进行资源配置，进一步推动竞技体育事业的健康、持续发展。这不仅有助于解决人才培养与教育的脱节问题，也将为竞技体育的长远发展奠定坚实基础。

高校竞技体育内容作为社会竞技体育体系的重要补充，应充分发挥其在全民体育发展中的引领示范作用。我们需更好地发掘和利用高校竞技体育的多元功能，促进竞技体育与高校体育的深度融合，以此提升我国体育的整体竞争力，确保体育事业发展的质量与效率得到显著提升。为此，我们必须进一步深化体育人才培养机制的改革，加大高校竞技体育竞赛体制的改革力度，为高校竞技体育的可持续发展奠定坚实基础。

## 2.4 加快推进全民健身计划

从 2009 年《全民健身条例》公布实施，全民健身概念愈加耳熟能详，到 2014 年将全民健身上升为国家战略，再到党的十九大提出“广泛开展全民健身活动，加快推进体育强国建设”。如今，全民健身活动在全国各地蓬勃开展，群众体育项目如火如荼地展开，人们参与体育运动的热情空前高涨。为了持续推动全民健身事业的发展，国务院日前印发了《全民健身计划（2021—2025 年）》（以下简称《计划》），为接下来的五年制定了明确的目标和八大主要任务。这份《计划》不仅为各地群众体育发展指明了新方向，也为全民健身事业注入了新的动力，助推其迎来新的发展高潮。未来，随着《计划》的深入实施，相信全民健身将继续在全国范围内广泛展开，为构建健康中国、实现体育强国目标作出更大贡献。

### 2.4.1 培养健康生活方式

高校体育教学是培养学生健康生活方式的关键环节，它为学生提供了一个全面、系统的体育学习与实践平台。在这个过程中，学生不仅能够学到各种运动技能，更能通过亲身体验深入理解运动对身心健康的巨大益处。

“以人为本”理念融入高校体育教学改革中，就是充分尊重学生的主体地位。通过体育课程的学习，学生将接触到丰富的体育理论知识和实践技能。他们将了解人体运动的基本规律，掌握各种运动项目的正确动作要领和技巧，这为他们日后的体育锻炼打下了坚实的基础。同时，在体育课堂上，学生还会学习到运动后的拉伸、放松和营养补充等知识，这些知识将帮助他们更加科学地进行体育锻炼。其次，通过体育实践，学生能够亲身感受到运动带来的身心变化。在运动中，身体会释放出多巴胺等愉悦因子，让人感到快乐、放松，有助于缓解学习压力和心理疲劳。同时，运动还能增强心肺功能、提高身体素质、改善体型等，这些好处都会让学生更加喜欢运动，形成坚持锻炼的意识和习惯。更为重要的是，高校体育教学不仅关注学生在校期间的体育锻炼，更注重培养他们的终身体育意识。通过教育引导，学生将认识到运动对身心健康的重要性，并养成自主锻炼的习惯。这种健康的生活方式将伴随他们走过校园，进入社会，成为他们职业生涯和日常生活中的一部分。在繁忙的工作和生活中，他们依然能够保持运动的热情，坚持锻炼，保持健康的身心状态。

### 2.4.2 推动全民健身运动

高校在全民健身运动中扮演着举足轻重的角色，是这一运动的重要推动力。其深远的影响力不仅局限于校园之内，更是辐射到社会的每一个角落，为全民健身运动的蓬勃发展注入源源不断的活力。

高校通过向社会开放体育设施，为全民健身提供了广阔的舞台。高校的体育场馆、运动场地和设施往往配备比较齐全，能够满足不同人群、不同项目的运动需求。当这些设施向社会开放时，就为广大群众提供了更多的锻炼场所，使他们能够享受到更加便捷、舒适的健身环境。这不仅提高了体育设施的利用率，也极大地促进了全民健身运动的普及和发展。其次，高校举办的体育赛事和体育活动也极大地激发了人们的运动热情。这些赛事和活动不仅展示了高校体育运动的水平和风采，也为广大群众提供了观赏和参与的机会。无论是校内还是校际的体育赛事，都能吸引众多观众的目光，激发他们的运动兴趣和热情。同时，这些活动还能促进不同群体之间的交流和互动，增强社会的凝聚力和向心力。更为关键的是，高校体育教师作为专业的健身指导者，在全民健身运动中发挥着不可替代的作用。他们不仅具备丰富的体育知识和教学经验，更有着深厚的专业素养和实践能力。他们能够为广大群众提供专业的健身指导和建议，帮助他们制定科学合理的锻炼计划，避免运动损伤和误区。在他们的引导下，全民健身运动将更加科学、规范、有效。他们可以参与制定全民健身政策、规划体育设施建设、组织体育赛事和活动等工作，为全民健身运动的顺利开展提供有力保障。

### 2.4.3 提升国民健康水平

通过培养健康的生活方式和体育习惯、传授科学的健身知识和方法、培养积极的体育精神和团队精神，高校体育教学在多个层面上促进了个体健康水平的提高，进而对国民整体健康水平产生了积极影响。

高校体育教学贯彻落实“以人为本”理念，学生不仅学习到各种运动技能，更重要的是他们被引导去理解运动对身心健康的益处，从而形成坚持锻炼的意识和习惯。这种健康的生活方式不仅有助于学生在校期间保持良好的身心状态，更能够伴随他们步入社会，成为他们日常生活中不可或缺的一部分。高校体育教学注重传授科学的健身知识和方法，体育教师作为专业的健身指导者，能够为学生提供科学的运动指导，帮助他们了解身体机能、运动原理以及运动后的恢复和营

养补充等方面的知识。这些科学的知识和方法能够帮助学生更加科学、有效地进行体育锻炼，避免运动损伤和误区，使锻炼效果达到最大化。此外，高校体育教学还着重培养积极的体育精神和团队精神。在体育运动中，学生不仅能够体验到运动的乐趣和挑战，还能够培养竞争意识、合作精神和坚韧不拔的毅力。这些积极的体育精神能够帮助学生更好地应对生活中的挑战和困难，同时也能够增强他们的社会责任感和集体荣誉感。

### 第3章 “以人为本”理念融入高校体育教学改革的核心内涵

习近平总书记指出：“体育是提高人民健康水平的重要途径，是满足人民群众对美好生活的向往、促进人的全面发展的重要手段。”<sup>[38]</sup>习近平总书记始终强调，要站在人民的立场上发展体育，把满足人民需要，促进人民发展作为我国开展体育工作的出发点和落脚点。高校体育作为我国体育事业的重要组成部分，是实现提高学生体质健康水平、培养专业体育人才的主阵地。高校体育教学改革应当将“以人为本”理念作为其开展工作的根本指引，重视学生的实际需要。

#### 3.1 高校体育教学改革面临亟待解决的焦点问题

随着时代的发展，高校体育教学体系也在不断更新，体育教学改革是新时代开展体育工作的必由之路。面对高校体育教学改革，大多数学校响应国家号召、回应相关政策要求。然而，随着高校体育教学改革的深入推进，高校体育课程设置和教学方面仍存在了不少问题，如教学目标单一，教学方法滞后等，探究其背后的原因是在于在教学开展的过程中忽视了学生的主体地位，没有贯彻落实“以人为本”的理念，这些问题阻碍了高校体育教学改革，不利于高校体育课程的发展。

##### 3.1.1 忽视“以人为本”的教学目标，弱化学生的身心健康需求

高校体育教学在改善学生身体健康方面起着十分重要的作用，但是根据教育部近30年对我国学生体质健康的变化情况的监控来看，学生的健康问题呈持续下降的趋势，究其原因在于教学目标的单一。<sup>[39]</sup>一方面，部分体育教师未能站在“以人为本”的立场上设立教学目标，导致他们对教学目标理解不深，在教学中往往只重视技术动作的传授，大多数人甚至部分体育教师认为体育课程就是跑、跳、投一类简单的运动项目，忽视了体育运动对学生身体健康、心理健康等方面的作用，更有甚者一些高校体育教师没有给予体育课程足够的重视，体育课堂成了学生自由活动的时间，轻视了学生的健身需求，进一步导致“以人为本”教学目标的缺失，不利于健康中国战略目标的实施。这种简单的教学内容根本无法满足学生的需要，也没有发挥体育课堂应有的健身、教育效果，不利于培养终身体育的思想；另一方面，由于部分体育教师在体育教学上仍然坚持将技能教学放在首位，

这就弱化了对学生心理健康、体育素养和综合素质的培育，没有将厚植中华体育精神和改善学生的身体健康放在重要位置上，在教学目标的设立上没有实现以人为本，从而忽视了学生的健康需求。

综上，高校原有的教学目标显然已经不能适应新时代体育教学改革的需求。因此，高校要全面贯彻落实“以人为本”理念，坚持在教学活动中把学生放在首要位置，积极推动“以人为本”的教学目标的改革。同时，还要以学生的具体需求为导向，全面加强学生在教学活动中的主体地位，努力引导教师创新教学目标。

### 3.1.2 忽视“以人为本”的教学方法，弱化学生的主体学习意愿

在推动体育教学改革的过程中，部分教师存在因循守旧的情况。<sup>[40]</sup>一方面，从目前高校进行体育教学的方法来看，由于我国长期以来实行言传身教的教学方法，导致教师在教学中缺乏创新意识，一般都采用示范法，即老师在课堂上展示，学生模仿老师的动作，忽视了学生在课堂上的主体性地位。在这种简单的教学方式中学生只知道一味地模仿，死记硬背动作步骤，从而导致学生学习的积极性下降。另一方面，言传身教的教学方法往往会忽略学生的兴趣爱好，很多学校的教师没有意识到学生在体育课堂的主体地位，不了解学生的兴趣爱好，老师在教学过程中不断重复运用原有教育方式，没有根据学生的喜好、时代的变化而对教学方法进行更新，并未融入“以人为本”理念，

总的来看，体育教学改革中的一大困境就是教学方式过于传统无法实现创新突破，由于教师的创新能力不足，教学方式固定，很难将自己想要讲授的内容完整、清晰地传授给学生，无法给学生提供高质量的课程。<sup>[41]</sup>这种因循守旧的教学方法也导致教师忽视学生的需要，在教学方法上忽视“以人为本”的指导理念直接导致了我国高校体育教学改革的效果不佳。

### 3.1.3 忽视“以人为本”的评价考核，弱化学生的多元素质提升

高校体育教学改革对体育教学提出了新的要求，不仅要重视体育技能的培养更加强调学生综合素质的培养。<sup>[42]</sup>但是这一目标在大多数的高校体育教学评价与考核中并未出现，当前高校体育评价考核方面存在许多不完善的方面，未能体现“以人为本”的理念，限制了学生综合素质的提升。首先，缺乏了多元化的评价标准。目前高校对学生体育成绩考核的主要组成部分包括学生的出勤状况和期末

成绩考核，只强调技术层面的成绩，忽视了对学生身体综合素质的评定；其次，缺乏对学习过程的评价，由于在成绩的评价考核中期末成绩占据绝大多数比重，这就导致学校往往会忽视学生的平时表现和学习过程，这种评价机制导致老师很难在教学过程中及时发现问题并帮助学生解决问题；再次，缺乏成绩反馈机制，在这种评价考核方式中学生只有在课程结束时才能知道他们的课程成绩，这就影响了学生的学习效果，同时弱化了他们的学习积极性和主动性；<sup>[43]</sup>最后，评价体系单一，在该评价考核模式下，教学评价完全由教师掌控，受教师主观影响较大，缺少学生自评和互评，评价方式过于单一，导致最终不能真实反映学生的学习效果等。

综上，传统的评价考核方法无法满足高校体育教学改革提出的新要求，也无法满足学生的需要，我们必须站在学生的立场上，切实落实“以人为本”理念更加全面地对学生的体育成绩进行合理、公正的评价。

## 3.2 “以人为本”理念融入高校体育教学改革遵循的基本原则

党的十八大以来，习近平总书记多次强调，要站在人民的立场发展体育。高校体育教学改革中融入“以人为本”理念，需要从遵循“体教融合”的教学目标、立足“以生为本”的教学思想、树立“健康第一”的教育理念、贯彻“三全育人”的教育模式这四个方面出发，推动高校体育教学改革高质量发展。

### 3.2.1 遵循“体教融合”的教学目标

体育不仅可以促进身体健康，更具有树德增智的作用，因此，体育与文化教育存在着不可分割的联系。2020年，国家体育总局和教育部联合印发了《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》，<sup>[44]</sup>《意见》着力于解决新时代体教融合过程中出现的资源、人才、赛事等一系列制度性难题，是一项具有战略性的制度安排。体教融合包含体育强国和教育强国建设两大战略目标，致力于集中力量打破现有的体制机制，让体育回归教育，凸显“以人为本”理念，实现了“育人”和“育体”相统一，体教融合的核心是体育与教育二者的目标融合。<sup>[45]</sup>习近平曾明确指出，体教融合的目标是促进全体青少年健康成长，这是体教融合的根本出发点。青少年的健康成长不仅体现为体质健康，还应包含全面发展之意。体教融合不仅是助力学生改善健康状况、培养运动兴趣、学习运动技能的过程，同时也

是锻造学生意志品质、塑造积极精神面貌、完善性格乃至价值观的重要过程。高校体育教学须坚持从帮助青少年健康成长这一目标出发，认识体教融合的战略意义，探索体教融合的实施途径，打破体育与教育的壁垒，推动青少年在文化学习和体育锻炼方面协调发展。<sup>[46]</sup>当然，体教融合在实施的过程中不能仅仅依靠学校，还要依靠多部门以及社会组织、市场主体来共同参与青少年体育治理体系，这正是体教融合的难点所在。体教融合体系庞大，牵涉面广，需要各方共同努力，要推动政府部门、社会和市场三方融合，构建顺畅的交流机制，为实现体教融合共同发力。

总的来看，体教融合旨在通过整体规划，形成以政府为主导的，全社会协同发力的格局，以此来解决制约青少年体育发展的人力、财力、资源等各方面难题，并搭建青少年体育资源一体化平台，方便青少年参与体育运动，形成多方面共同参与建设的广博体育人才的资源库。

### 3.2.2 立足“以生为本”的教学思想

体育源自人民的创造与实践，在人民的推动下不断发展，并由人民共享其丰硕成果。<sup>[47]</sup>习近平总书记指出：“加快建设体育强国，就要坚持“以人民为中心”的思想，把人民作为发展体育事业的主体，把满足人民健身需求、促进人的全面发展作为体育工作的出发点和落脚点，落实全民健身国家战略，不断提高人民健康水平。”<sup>[48]</sup>在中共中央发布的《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》<sup>[49]</sup>这一文件中，明确提到了青少年良好的身体素质是祖国发展的基本条件，只有立足于学生的体育教学才是符合以人为本的发展内涵的。

在高校体育教学改革中，“以生为本”的教学思想是指，在开展教学活动实践时要把大学生放在教学活动的主体地位，以满足大学生的学习需求为根本要旨，以促进大学生的综合素质能力发展为根本目的，这对高校教学活动的开展具有重要的引领作用。<sup>[50]</sup>“以生为本”的教学思想突破了传统体育教学拘泥于知识、技能等单一层面的束缚，这一思想突出对大学生进行全方位的培养，并把体育教育活动视为学生获取知识、不断突破身体极限，以满足社会发展要求的过程。<sup>[51]</sup>因此，在这种标准下，体育教学活动将不再是片面的，单一的模式，而是更加注重大学生的要求与发展这两个要素，这就要求我们不可以仅仅局限于传统的教材和

教学内容，要更加注重体育教学的整体功能与全面性，从大学生的兴趣爱好出发，突出体育教学内在情感的引导，进一步通过体育教学促进大学生的全面发展。

### 3.2.3 树立“健康第一”的教育理念

2020年10月，中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》<sup>[52]</sup>，该《意见》针对目前体育教育工作的开展提出了全新的要求和目标，《意见》强调体育教育需要回归“健康第一”的教育本位。健康对于个人而言，是享受幸福生活的基石；对于国家而言，是开创美好未来的稳固根基；对于民族而言，则是屹立于世界民族之林的强大力量。

习近平总书记强调：“要坚持‘健康第一’的教育理念，加强学校体育工作，推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展。”<sup>[53]</sup>贯彻“健康第一”的教育理念，有助于身心健康。一方面，高校需要通过增加大学生的体育锻炼活动，进一步促进大学生身体机能的全面发展，帮助学生增强环境适应能力并在此基础上主动关注身体健康，认识到营养、日常行为习惯和预防疾病等方面对身体健康产生的影响，让大学生学会自觉抵制危害健康的行为习惯，从而形成健康的生活方式；另一方面，2021年习近平总书记在三明市沙县总医院调研时强调，“健康是幸福生活最重要的指标，健康是1，其他是后面的，没有1，再多的0也没有意义。”<sup>[54]</sup>健康的生活状态是实现人民幸福的基础所在，“健康”在奥林匹克精神中具有双重涵义，既包括了拥有健康的体魄，也蕴含了对人类精神健康的要求。基于体育精神中“健康”的涵义，高校在开展体育教学改革时，不仅要注意大学生的身体素质，还要帮助大学生培养自信心、坚强的意志、良好的道德品质等，同时还可以引导大学生学习调节心理情绪和与人交往的方法，进一步改善大学生的身心健康。

作为我国开展体育教学工作的核心目标，“健康第一”的教学理念是针对学生的身心健康提出的，“身”与“心”缺一不可，大学生拥有良好的身体素质和健康的心理状况是生活和学习的第一要素。<sup>[55]</sup>“健康第一”的教学理念与目前存在的功利教育氛围形成了强烈的对比，这是对体育教育工作者的一种警醒。

高校体育教学改革工作的开展，不仅仅是大学课程建设的任务，而是直接关系到学生的身心健康，让大学生能够拥有健康的体魄以及积极向上的生活态度，这才应当是高校体育教学工作开展的终极目的。<sup>[56]</sup>高校体育课程的开设，需要从

促进大学生身心健康这一目的出发，切实发挥体育育人的功能，在培养大学生体育运动兴趣的同时，把“健康第一”的理念落实到体育教学改革中，实现生理、心理的双向健康。

### 3.2.4 贯彻“三全育人”的教育模式

习近平总书记在《全国卫生与健康大会》讲话中强调了：“加快推进健康中国建设，努力全方位、全周期保障人民健康的宏大战略。”<sup>[57]</sup>中共中央、国务院《关于加强和改进新形势下高校思想政治工作的意见》提出，坚持“三全育人”，即全员育人、全程育人、全方位育人。<sup>[58]</sup>依照习近平总书记的讲话精神和党中央国务院相关要求，高校体育教学改革要满足三个层面的需求。首先，我们要强调“全面性”这一显著特点。这里的“全面性”意味着高校体育教学改革要实现“全覆盖”的目标，确保改革的成果惠及每一位在校大学生，不论是本科生、专科生，还是在校研究生，都应纳入改革范畴，从而实现“人人受益”的目标；其次，还要满足“全周期”这一特点，全周期性改革在高校体育工作中表现为不仅要满足学生在校期间对体育课程、体育活动的需求，还要帮助大学生树立“终身体育”的概念。学校要在帮助学生发掘体育兴趣、树立积极的体育态度，以及养成良好的体育习惯等方面做出努力，旨在培养大学生养成终身运动的能力，确保学生的生命健康得到有力保障，并最终实现体育教育的根本目标；最后，还要展现高校体育教学改革的“全方位”特性。全方位改革意味着改革必须自上而下全面贯通，涵盖从高校体育工作体制的顶层设计，到全校师生体育思想的转变，再到体育教学环境的优化、管理制度的完善、运行模式的创新，以及体育课堂评价体系的革新等各个层面，确保改革的深度和广度，实现全面而深入的变革。基于此，高校体育教学改革要致力于提高改革工作的全面性和有效性，深化基础教学环节改革，还要突出地方特色并做到因材施教，进一步完整和规范高校体育教学改革的工作体系和标准，加大力度以形成全员、全程、全方位的“以体育人”创新格局。

## 3.3 “以人为本”理念融入高校体育教学改革的目标任务

高校体育教学改革融入“以人为本”理念是以体育强国为目标，始终坚持人民至上，最终实现健康中国。高校在践行“以人为本”理念时需要充分理解把握其核心要义，以此来制定高校体育课程的课程体系和教师职工的活动体系。

### 3.3.1 围绕立德树人根本任务推进体育强国目标建设

习近平总书记在有关体育工作的重要论述中，把体育强国的精神提升到中华民族伟大复兴的新高度。总书记指出：“少年强则中国强，体育承载着国家强盛、民族振兴的梦想。”<sup>[59]</sup>在高校体育教学改革的过程中，不仅要致力于改善大学生的“野蛮体魄”和“健全人格”，同时还要在实践的过程中让大学生们感受到建设新时代“时不我待”的重要性和体育强国的深层意义。习近平有关体育强国的相关论述指明了新时代高校体育教学改革开展的方向。在日常体育课程教学中，要把实现中华民族伟大复兴的使命感转化为进行体育训练的精神动力，体育课的教学内在过程包含了课程思政的因素，同时也是实现体育强国这一宏大目标的重要载体。课程思政的内涵使增强体魄的教学目标和实现体育强国的使命相融合，更加有效地落实了立德树人的根本任务，实现与思政教育价值导向的高度契合。<sup>[60]</sup>具体而言，首先，高校需要根据学校特点和区域特色为大学生开设具有中华民族传统特点的体育课，将中华民族传统的道德礼仪和体育文化融合到课堂之中；<sup>[61]</sup>其次，高校还可以通过课程思政、英模大师讲堂等手段传承体育精神和体育文化，加深体育教育对建设公民道德、爱国主义精神和培养规范社会规则等方面的价值；最后，高校可以充分利用现代网络技术，构建专门的体育宣传平台，用于传播体育文化和精神。利用线上举办技能展示、体能挑战等丰富多彩的比赛和健身活动，以及推送健身知识、动作训练技巧、保持身体健康等体育相关内容，为学生提供线上线下相结合的体育学习体验。这种方式能够帮助学生在日常生活中感受正能量的引导和鼓励，有助于培育学生良好的文化素养和体育品格，从而帮助他们树立正确的世界观、人生观、价值观。

高校是积极践行体育强国发展目标的重要阵地，也是切实落实立德树人教育本质的桥头堡，习近平总书记提出的体育强国发展目标为我国体育事业指明了奋斗方向，提炼、概括了体育文化的精髓，赋予了中华体育以精神动力，为我国体育教学改革提供了实践内容中的育人指导。

### 3.3.2 围绕体育教学成效评价加快体育课程创新步伐

新时代，习近平总书记提出了许多关于体育方面的重要论述，这些论述无一不包含着党和国家对于建设体育强国与推动高校体育教学改革的殷切期望。各大高校开始逐步推广体育教学改革，这些改革包含了进一步丰富学生选课的内容、

扩大体育教学、改善授课教师素质、改良体育模式等方方面面。但由于我国高校体育教育模式受传统体育教育方式影响已久，许多不符合时代发展的理念和方式仍然存在。<sup>[62]</sup>例如，体育教学仍然采用传统模式、教学评价方法单一、学生的身体素质有待改善等问题，这些问题的解决不是一朝一夕能够完成的，各高校要为实现体育强国战略服务，铭记体育教学改革不仅仅是一个教育任务，更是党和国家的政治任务，要不断提高思想站位，创新推进体育改革。

一方面，高校需要创新体育课程模式，进一步满足大学生们的需求。在体育课堂上，教师要善于利用新媒体技术，利用网络来挖掘和分析大学生在体育运动方面的短板。<sup>[63]</sup>教师可以利用高校网络技术条件结合移动设备将体育课堂与手机上的APP，如Keep、Fit等相结合，为学生提供合适的教学方法。通过网络反馈及时调整授课的强度和难度，加深对学生需求的了解，创新体育教学方法，以此调动学生们的课堂积极性；通过网络监控保证每一名学生都有足够的训练时间；通过网络分析针对学生不同的兴趣爱好为他们提供个性化服务，保证每一位同学每天都进行合理的运动锻炼，通过充足的体育活动改善学生们的身体素质和健康状况。

另一方面，创新不仅仅要体现在体育教学的内容与方式上，还要体现在对教学评价系统的完善。在传统的体育教学评价体系中，往往过多注重学生对于体育技能掌握的熟练度以及学生最终的体育成绩，反而忽略了学生们对体育的学习态度和创新意识，忽略了他们本身的需求和爱好，这样不利于“体育育人”的推广和实现。<sup>[64]</sup>基于此，高校必须推动体育教学评价体系的改革。在注重培养大学生掌握专业体育技能的同时，还需要对学生的体育素养进行考核，将课堂参与度、课堂氛围、训练效果、体育精神、团结协作等方面纳入教学评价体系中。高校体育教师还要从综合方面进行有针对性地评价，分析学生的优缺点，推动他们的全面发展。

### 3.3.3 制定多元人才培养目标实现学生全面健康发展

在2016年，中共中央、国务院印发《“健康中国2030”规划纲要》<sup>[65]</sup>，《纲要》将“健康中国”上升为国家战略，确立了“以促进健康为中心”的“大健康观”，突出大健康的发展理念。党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央始终坚持站在人民的立场上，把解决人民的身心健康问题放在优先发展的战略地

位，形成了以“健康中国战略”为顶层设计，以《“健康中国 2030”规划纲要》为行动纲领，以“健康中国行动”为推进抓手的国民健康保障系统。《纲要》进一步提出“建立健全健康促进与教育体系，提高健康教育服务能力”和“培养健康教育师资，将健康教育纳入体育教师职前教育和职后培训内容”等内容。这些内容不仅为高校体育教育专业人才的培养指明了方向，还提出了新的高度和要求。

在“健康中国战略”要求下，一方面，高校体育教育专业的人才培养首先要了解社会的需求，把握好社会对该专业人才的能力需求，进一步根据市场的标准以及就业趋势，规范人才培养的质量标准，设立多元化的体育人才培养模式。同时，由于传统教学模式常常忽略了对体育教育专业学生人文素质教育方面的培养，可能导致学生的专业能力与社会适应能力不匹配。<sup>[66]</sup>基于此，必须进一步优化课程体系，强调人文素质的培育不断提高学生的社会适应能力，推动学生全面发展，以便学生进入社会时有更大的竞争力和更广的选择空间；另一方面，为满足健康中国战略的需求，在学生选择就业方向时教师要帮助他们拓宽眼界和范围，打破传统的就业模式，支持学生们毕业后去从事体育工作的企业、社区健康服务机构等体育服务行业进行就业。<sup>[67]</sup>同时，还需要增加学校和社区、学校和企业之间的协同合作，建立共同教育实训基地，帮助培养学生的综合能力，推动培养建设健康中国所需的专业人才。

## 第4章 “以人为本”理念融入安徽某高校体育教学改革实践

习近平总书记多次强调，要以人民为中心发展体育，体育是人民健康和幸福的重要组成部分。学校是推进我国体育事业发展的重要渠道，高等学校是为国家培养高素质专门人才的阵地，高等学校体育工作是培养高素质体育人才的重要环节。安徽某高校体育教学改革的开展坚持贯彻“以人为本”理念，围绕学生“壮起来”的目标取得一系列实践成果。本章节阐述了安徽某高校如何围绕“以人为本”理念开展体育教学改革，并利用问卷调查、数据分析等方法对安徽某高校体育教学改革方面践行“以生为本”的实施现状进行了分析评价，根据学生的调查结果提出了对该校现有的实践路径进行优化创新。

### 4.1 “以人为本”理念融入安徽某高校体育教学改革的实践措施

安徽某高校认真贯彻德、智、体、美、劳全面发展的教育方针，在体育教学改革上始终坚持“以人为本”，坚持“三全育人”模式，将二者结合充分部署高等学校体育教学改革工作。

#### 4.1.1 加强党的领导，强化全员体育育人队伍建设

党中央、国务院始终把青少年的健康成长放在首位，认为加强青少年体育锻炼是提升全民健康水平的重要基石。同时，他们也强调学校体育在落实党的教育方针、推进素质教育及提高整体教育质量中的核心作用。为了全面贯彻党的教育方针，学校从构建全方位教育团队的角度出发，整合校内各学院以及党、政、后勤等多方资源。学校党委对此给予了高度重视，而各级行政部门作为执行教育政策的基础，始终秉持“以人为本”的理念，鼓励全员参与。学校将增强学生体质作为基本教育目标之一，致力于素质教育的实施。为此，学校不断加强条件保障，加大监督检查力度，以切实提升体育教学质量，并促进体育与思政、智育、美育、劳育的深度融合，从而持续提高学生的身体健康水平和全面素质。

##### 4.1.1.1 管理育人，建立党委与行政齐抓共管的机制

高校体育教学改革工作的推进需要党委领导和行政部门共同参与，二者缺一不可。党委领导要发挥引领和指导作用，而行政部门则需积极落实执行。只有党

政双方紧密合作，形成合力，才能确保体育教学改革工作的顺利进行。任何一方都不能被轻视或忽视，必须齐心协力，共同推动高校体育教学改革的深入发展。一方面，为更好贯彻“以人为本”理念，该校成立了校体育运动委员会。校体育运动委员会设主任一名（由分管教学的行政副校长担任），校体育运动委员会设副主任 2-3 名（由体育教学部、学生处、工会负责人担任），另校体育运动委员会设委员若干名，由各系、部负责人担任并设秘书长 1 人，具体办理体委日常业务。

同时，校内各级党政管理者始终坚守正确的教育方向，精心设计并实施了合理的育人策略，以严谨的态度进行育人工作的组织与落实，不断完善各类管理制度，通过实实在在的举措为优化教育环境贡献力量。例如：学校为持续深化巩固“三全育人”工作，成立了“三全六专”工作领导小组，聚焦让学生“正”起来、“学”起来、“壮”起来、“乐”起来、“勤”起来、“和”起来，建立了健全的“三全六专”责任体系、目标体系、内容体系和工作体系。“三全六专”是安徽某高校开展的特色育人工作。“三全”是指全员育人、全程育人、全方位育人。“六专”是指以信念坚、品德优为培育重点，让学生“正”起来；以学风好、学业强为培育重点，让学生“学”起来；以爱运动、有专长为培育重点，让学生“壮”起来；以心理强、心灵美为培育重点，让学生“乐”起来；以爱劳动、勤实践为培育重点，让学生“勤”起来；以环境美、社区和为培育重点，让学生“和”起来六项专题工作。

另一方面，校内各级党政管理者坚持立足本职，为育人工作提供坚实保障。例如：根据学校开展的“三全育人”工作，该校体育学院党政班子成员分别牵头负责一个“三全六专”实践育人研究项目，在深化体育教学改革、完善校园体育赛事、健全学生健康管理体系等方面取得了初步成效；其余各二级学院也对六个专项都制定了各自的具体实施方案，各学院积极开展体育竞赛活动。据不完全统计，截至 2023 年 12 月底，各学院自行组织开展的体育竞赛活动已达 30 余项，加上参加校级体育比赛和体育活动，直接参与学生人次达 11000 多人次。总而言之，唯有全面发挥党政部门在体育教学工作中的协同管理作用，才能构建出高效的工作机制，真正落实“以人为本”的理念，达成全面育人的最终目标。

#### 4.1.1.2 教书育人，强化教师的综合育人职责

教师在体育教学中扮演着举足轻重的角色，其专业素养和技术能力对于学生的专业学习成效有着直接影响。教师团队不仅为专业教学和训练提供了坚实保障，同时也成为对大学生和运动员进行思想政治教育的又一关键环节。他们的言传身教，不仅传授体育技能，更在潜移默化中引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观。从强化教师综合育人职能来看，首先，该校始终致力于提高体育教师的学历层次和专业素质。体育学院现有专职教师 53 人，教师队伍中教授 5 人、副教授 23 人、讲师及以下 27 人，副高级以上教师比例 49.05%；师资队伍中拥有博士 7 人，硕士研究生及以上学历人员 49 人，硕士研究生学历教师比例 92.45%以上，并通过政策鼓励教师提高学历。教师队伍中现有国家级裁判 2 人，国家一级裁判 14 人，运动健将 2 人，安徽省青年旅游专家 1 人。其次，学院重视教师体育科研工作和实践成果，对体育教师的科研成果有明确的要求，并给予教师必要的时间和经费保证，同时尊重教师的劳动成果，关心教师的切身利益。从实践成果来看，学院近年来承办了安徽省校长杯乒乓球赛、安徽省大学生篮球联赛等一系列大型赛事，并带领学生多次获得全国大学生比赛等各级赛事集体项目冠军和个人单项第一名。从科研成果来看，学院教师先后在国家正式刊物上发表学术论文近 200 多篇，其中核心期刊 50 余篇，获安徽省优秀教学成果三等奖 1 项，目前每年承担国家社科基金等国家级、省部级、校级立项课题多项，主、参编各类教材 10 余部。最后，该校体育学院要求全体教师在教学大纲、课案中设置课程思政目标，并落实到体育教学的实际行动中去，发挥体育课程的综合育人价值。同时，在教学与训练过程中，学院教师始终保持着严谨的治学态度和勤勉务实的工作作风，以积极向上的精神风貌展现在学生面前。他们以身作则，无论在课堂上还是训练中，都充当着学生们的楷模，用自身的言行影响和激励学生，引导他们树立积极向上的世界观和人生观。

#### 4.1.1.3 服务育人，形成全员联动教育的局面

“以人为本”理念融入高校的体育教学改革中不仅要求我们以学生为主体，还要充分考虑到教师和群众团体。该校致力于实现从学生、教师以及群众三个角度形成“以人为本”的服务育人全员联动教育的局面。首先，站在服务学生的立场上，该校体育教师始终致力于为学校的教育工作营造一个优美的环境，并提供

稳固的后勤支持与卓越的服务。他们期望通过自己的榜样作用，在思想、道德以及纪律层面对学生施加正面的熏陶，从而使得体育教育的成效如同“随风潜入夜，润物细无声”的春雨，让学生在不知不觉中接受教育并养成优秀的习惯。其次，高等教育处于教育中的关键地位，教师发挥着至关重要的作用，是教学过程中重要的参与者。教师身体健康与否将直接影响“科教兴国”“人才强国”战略的实施。从服务教师的角度来看，学校成立了校教职工体育协会（见表 4-1 安徽某高校教职工体育协会），主要服务于学校全体教职工，下设有：羽毛球协会、乒乓球协会、网球协会、篮球协会、足球协会、排球协会、舞蹈协会、围棋协会、桥牌协会、瑜伽协会以及营地教育协会。每年学校都会举办教职工三对三篮球比赛、教职工气排球比赛、乒乓球团体赛等一系列体育竞赛，组织教职工参与各种体育锻炼，从球类运动竞赛，健步走到“趣味运动会”使每位教职工都能至少掌握一种健身益智的方法，为教师提供了锻炼身体、休闲、交流的平台。这些体育活动进一步丰富了学校教职工的体育文化生活，也将推动高校体育教学改革往更好的方向发展。

表 4-1 安徽某高校教职工体育协会

| 协会名称 | 羽毛球 | 乒乓球 | 网球 | 篮球 | 足球 | 排球 | 舞蹈 | 围棋 | 桥牌 | 瑜伽 | 营地教育 |
|------|-----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|------|
|------|-----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|------|

最后，从服务群众团体的角度来看，该校一方面坚持根据实际情况面向社会开放体育场馆，提高校园体育设施利用效率，鼓励全校师生参加校外体育活动，服务广大人民群众。例如，2023 年安徽省芜湖市第二十三届中小学生阳光体育运动会田径比赛，该校体育学院派出了 102 名师生裁判员团队，并专门开展了裁判内容和专项技能培训。师生代表的体育素养、责任意识、集体观念受到市体育局领导、各项目主裁判及各参赛队伍的高度认可和一致称赞，在赛场上充分展现了学校“三全六专”实践育人成效和当代大学生的良好精神风貌；另一方面，该校体育学院始终坚持服务当地社区，利用高校资源服务群众，推动群众体育的开展，如体育学院研究生“蓝星花”志愿者团队多年来一直坚持通过“大手拉小手”主题活动，积极为社区幼儿园开展体育教育志愿服务活动，通过发挥自身的专业特长，助力孩子们健康成长。

#### 4.1.2 优化育人路径，构建全过程体育育人新格局

该校党委带领全校师生员工齐心协力，整合校内外诸项教育要素，搭建全过程育人的培养平台。一方面根据不同的培养目标，制定循序渐进的学习计划，另一方面实现教学、科研、训练的跨越式发展，发挥了体育育人的整体功能，全面提高了人才的质量。

##### 4.1.2.1 明确育人目标，区分专业体育与公共体育课程培养方向

“以人为本”理念在高校的实践要求学校做到“因材施教”，面对不同的学生群体，制定与之相适应的教学目标。该校体育学院承担着专业体育教育和公共体育教育两方面的工作，一是公共体育教育面向全校学生，二是专业体育教育为社会培养体育类专门人才。一方面，从面向全校师生的公共体育课程来看，公共体育课开设球类、综合类、军事类、体验类四大类（篮球、足球、排球、乒乓球、羽毛球、网球、武术、散手、空手道、跆拳道、健美操、健美、瑜伽、体育舞蹈、田径、拓展、体育游戏、减脂塑性共计 18 个小类）。学生可以根据自己的兴趣爱好自主选择，旨在培养学生积极参与体育锻炼的同时，树立“健康第一”的理念，培养学生团结协作的意识、吃苦耐劳的拼搏精神、养成终身参与体育锻炼的习惯、使学生掌握终身受用运动技能。

另一方面，从培养专业型人才来看，该校体育学院设有本科生与研究生（硕士）学位点。本科生教育开设有体育艺术表演专业，在理论课程方面主要开设通识教育课、学科专业及学科基础课程等课程，在实践课程方面开设有基础教育实践、专业教育实践课程。硕士研究生的招收领域为运动训练、社会体育指导两个方向，与本科专业人才培养相比，研究生课程更加注重实践环节，学院要求研究生在读期间，必须要进行体育运动相关的专业实践。

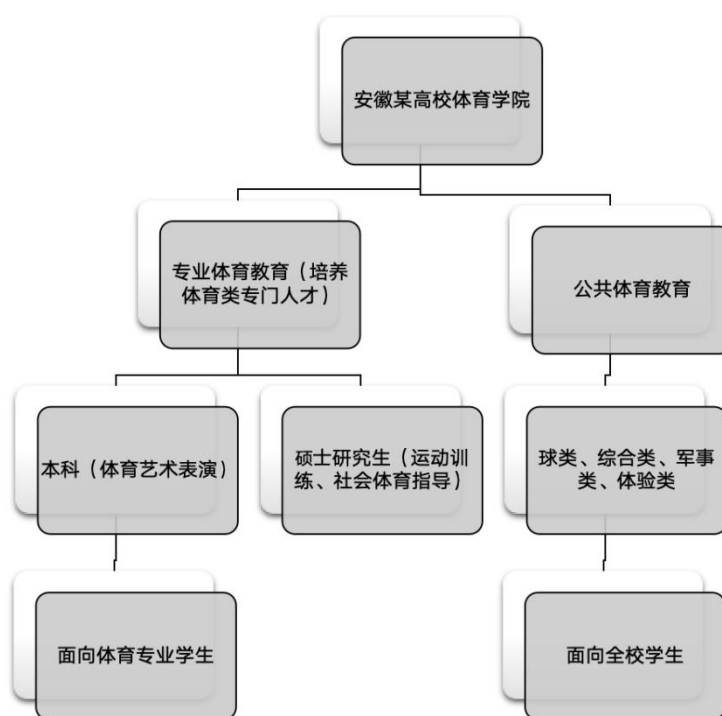


图 4-1 安徽某高校体育学院人才培养流程图

#### 4.1.2.2 明确育人方法，促进实践训练与教学相融合

该校体育学院坚持将实践训练始终贯穿于教学全过程，课程根据年级顺序进行有序安排，分阶段、分难度进行设置。实践训练可以分为两大部分，一是基础培养，基础培养阶段主要针对低年级学生，旨在为他们打下坚实的专业基础，因此所教授的内容相对较为基础易懂。鼓励学生积极发挥主观能动性，自主创新设计和组织体育游戏，并开展模拟教学活动。这种实践方式旨在加强学生独立教学的能力，并帮助他们在实际操作中积累更多的经验。通过这些实践活动，学生将能够获得优质的实践体验，同时还能显著提升心理适应能力，从而更好地应对未来的挑战；二是拓展训练，拓展训练主要针对高年级学生设计，其核心目的在于进一步深化学生的专业学习。该训练不仅注重学生基本专业技能的提升，更通过多种教学方法来增强学生的教学能力。例如，通过试讲的方式进行实践教学指导，各班级会定期安排班会，为学生提供上台试讲的机会。在试讲结束后，学生们会相互进行点评，这样不仅可以学习他人的优点，还能发现并改进自身的不足。另一方面，按照课程内容将体育课分为健康促进课程（康复、塑形）、技能学习课

程（各类运动项目教学）、能力提升课程三大类，合理配置课程数量，加大课程开放力度，提高选修课程比例。创新体育与健康课程教学方式，以培养学生运动兴趣和体育养成为导向，构建“健康知识+身体素质+专项技能”的体育教学模式，教会学生科学锻炼和健康知识，促进学生兴趣培养、主动参与、自主锻炼。

一直以来，该校体育学院积极构建完善“健康知识+身体素质+专项技能”的学校体育教学模式，充分发挥运动队训练竞赛的引领示范作用。各队教练员、运动员克服场地限制等种种困难，全身心投入到训练中。体育学院党政领导经常深入训练一线，了解训练状况，解决具体问题。

该校在校内外建立了实训基地，并与当地的中小学、体育组织和健身机构等建立了稳固的合作关系，为学生提供了持久稳定的实践平台。学校还组织学生亲身参与体育竞赛的组织、训练和裁判工作，赋予他们体育指导与管理的实践机会。这样的实践经验不仅让学生能在实际操作中检验和应用所学的理论知识，更能助力他们提前融入和适应未来的岗位。

#### 4.1.2.3 明确育人导向，推进体育课程与思政课程相结合

在新的时代背景下，大学体育思想政治教育是大学教育发展的必然要求，高校体育教学中的思政资源，是推动高校体育教学改革、深化“立德树人”目标的重要保证。

一方面，该校体育学院始终坚持将体育课与思政课程进行有机融合。体育学院以思政课程改革和课程思政改革为两翼，结合体育课程特点、思维方法和价值理念，充分挖掘、提炼体育课程蕴含的思想政治教育元素和承载的思想政治教育功能，有机融入体育课程教学。健全课程育人管理、运行体制，将体育课程育人作为教师思想政治工作的重要环节，作为教学督导和教师基本岗位职责考核、职称晋升的重要评价内容。通过培育“课程思政”教学名师、“课程思政”示范课程、遴选“课程思政”优秀案例等，建立全员参与体育课程思政的协同育人机制。在课堂中重点讲解我国体育发展史、展现中华体育精神、进行技术动作方面的指导、加强身体素质练习以及举办教学比赛。在日常体育教学过程中，通过传播中华体育精神中所蕴含的爱国、团结与合作的思想，旨在激发学生的爱国情感，同时强化学生的体育团队协作精神。另一方面，从体育实践来看，该校将体育活动与思想政治教育有机融合，进一步提高了学生的政治素养，例如：在 2023 年该校

体育学院承办了校红色国防体育运动会。红色国防体育运动会是对学生进行的一次“正起来”“壮起来”“乐起来”相结合的沉浸式爱国主义体验教育，是爱国主义教育、国防教育和体育竞技于一体的大学生运动盛会，具有鲜明国防特色和浓厚军事色彩。国防运动会借鉴了全国国防体育运动挑战赛中的竞赛项目，同时设置国防知识竞赛，不仅锻炼了学生的身体，更丰富了他们的国防知识，充实了精神世界。国防体育运动会是一场体育竞技，更是爱党爱国的生动体现，是对学生体育技能、精神风貌、心理素质和团队意识的一次综合检阅。红色国防体育运动会的成功举办，是将爱国主义教育、国防教育和竞技体育有机融合，是大力贯彻学校“三全六专”育人实践和国防教育相融合的一次生动实践和开拓创新。通过设计多样化、富有军事色彩的比赛项目和国防知识竞赛，让学生在运动的同时进行了思想政治教育。

#### 4.1.3 拓展育人载体，形成全方位体育育人新方式

为深入实施“以人为本”理念，全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，践行为党育人、为国育才使命责任，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，学校利用网络、社团、第二课堂等载体不断拓展育人实践，全方位助力学生成长，努力实现育人工作高质量发展。

##### 4.1.3.1 利用网络空间监测体育活动

随着学校智慧校园工程建设的不断推进，体育教学正逐步向信息化、课余活动平台化、体质测试智能化方向发展。老师们可以利用学习通软件，实现线上备课、学生的考勤签到、学习评价和交流等常规管理，并利用学习通、腾讯会议等软件开展视频教学和线上测试。同时，学校的教练员也可以通过网络平台监督学生们的日常训练。老师会根据本阶段的教学目标，为学生制定锻炼计划，帮助他们进行自主训练，并监督学生们的训练时长和计划完成情况。为他们提供个性化服务，以此用来激励学生们的日常体育训练，磨练意志他们的意志品质，为以后更高难度的体育训练打下坚实的基础。

在日常的体质健康检测中，为学生建立体检、体质健康检测数据库，动态监测学生健康指标和健康状况，实时掌握学生健康状况，为体育课程改革、科学分类指导、学生健康管理等提供科学依据。重点关注特殊群体学生的体育干预（肥

胖、肢体障碍、慢性疾病及心理疾病学生），开展个性化的训练，以身体素质的改善作为其体育成绩衡量的重要标准，切实提升学生体质水平。网络育人空间的实施，有效地拓展了全方位育人的途径，突出了体育育人的功能。

#### 4.1.3.2 利用“第二课堂”拓宽体育实践

学校不仅要重视课堂教学，更要注重体育课以外的实践活动，要善于利用“第二课堂”、社团、俱乐部等帮助大学生树立正确的生命观、体育观，引导他们正确理解和养成体育锻炼习惯。学校重视学生的体育课外实践活动，经常举办各种各样的体育竞赛活动。举办体育竞赛活动可以丰富学校的体育文化生活，激发和培养学生们对于体育锻炼的兴趣爱好，增强学生们的体育文化自信，以体育社团、体育俱乐部为载体的体育“第二课堂”是高校课外体育发展的必然趋势。从学院的角度来看，2023年该校体育学院共利用“第二课堂”发布校级活动10场，院级活动29场。结合学院优势，成功承办了七人制男女混合极限飞盘公开赛、校红色国防体育运动会、“四人制”卡巴迪运动会、校级“新生杯”排球赛、校“新生杯”男子八人制足球赛、趣味运动会等主题活动，为学生提供和打造更多的学习机会和平台，强化学生综合能力和素质，促进学生全面发展。从学校的角度来看，2023年学校共开展省级以上比赛12次，校级比赛20次，院级比赛46次共计78次体育竞赛活动（见表4-2 2023年安徽某高校体育竞赛汇总表）。学校完善了各类体育赛事体系，开展适合学生们的体育活动和体育竞赛，组建体育类社团和俱乐部，引导学生养成终身锻炼习惯。建立校内竞赛、校际联赛、选拔性竞赛为一体的体育竞赛体系，促进各类体育竞赛活动全员化、常态化、品牌化发展。加大对校园群众体育指导力度，规范各学生俱乐部（项目协会）建设，发挥学生体育协会俱乐部在促进健康校园中的作用，通过学生体育协会、学生训练队的示范引领作用带动更多青年学生参与到体育运动中来。

表 4-2 2023 年安徽某高校体育竞赛汇总表

| 赛事类别 | 省级以上比赛 | 校级比赛 | 院级比赛 | 共计 |
|------|--------|------|------|----|
| 举办次数 | 12     | 20   | 46   | 78 |

学校同时还设有网球协会、乒乓球协会、武术协会、篮球协会、排球协会、健美操协会、足球协会、羽毛球协会、田径协会、跆拳道协会、轮滑协会、空手道协会共计12个学校体育类协会（见表4-3 安徽某高校大学生体育类协会汇总表）。

学生们可以根据自己兴趣爱好自主选择参加各种类型体育协会，创建和完善多元化项目的体育社团。总体来看，安徽某高校致力于让更多的大学生参与到体育“第二课堂”中，在丰富业余生活的同时，促进体质健康，以此更好地推动体育教学改革。

表 4-3 安徽某高校大学生体育类协会汇总表

| 协会名称 | 网球 | 乒乓球 | 武术 | 篮球 | 排球 | 健美操 | 足球 | 羽毛球 | 田径 | 跆拳道 | 轮滑 | 空手道 |
|------|----|-----|----|----|----|-----|----|-----|----|-----|----|-----|
|------|----|-----|----|----|----|-----|----|-----|----|-----|----|-----|

4.1.3.3 利用分类辅导发挥体育功能

为进一步落实“以人为本”理念，学校根据学生的身体素质、兴趣爱好将公共体育课进行分类治理、分类辅导、分类实施（见图 4-1 安徽某高校公共体育课分类教学示意图），针对学生身体状况较弱的同学，学校有专门开设体育保健类课程（五禽戏、太极拳、八段锦等），重点对特殊群体的学生进行体育干预，针对突然生病的学生还设有专门的免考机制；学校针对身体状况一般的学生开设各种类型的公共体育课程，学生们可以根据自己的兴趣爱好进行自主选择；另外学校还针对身体状况优秀的学生开设了特长体育运动班，完善各类体育赛事体系，让学生发挥自己的运动特长，鼓励学生参加各类运动赛事，为自己和学校争得荣誉。例如，在 2023 年杭州亚运会上，该校体育学院研究生陈天骄经过层层选拔成功当选杭州亚运会卡巴迪项目解说员兼解说顾问。卡巴迪是一项一人进攻多人防守的对抗型比赛项目，运动形式类似于中国民间“老鹰捉小鸡”的游戏，它对于运动员的力量、体能、敏捷性等要求很高，是一项非常考验团队综合能力的运动。为了更好地完成解说任务，校党委宣传部、国际处、体育学院安排专人对陈天骄进行解说技巧指导和注意事项提醒，希望她本着“更快、更高、更强、更团结”的体育精神，按照“更专业、更标准、更和谐”的要求做好自己的本职工作，让更多的人看懂卡巴迪、爱上卡巴迪、更好地传播卡巴迪，促进“知体育、爱体育”“我运动、我健康”的良好体育氛围形成。利用分类辅导的方式能够进一步帮助大学生培养强健的体魄，发扬体育精神，实现体育育人的功能。

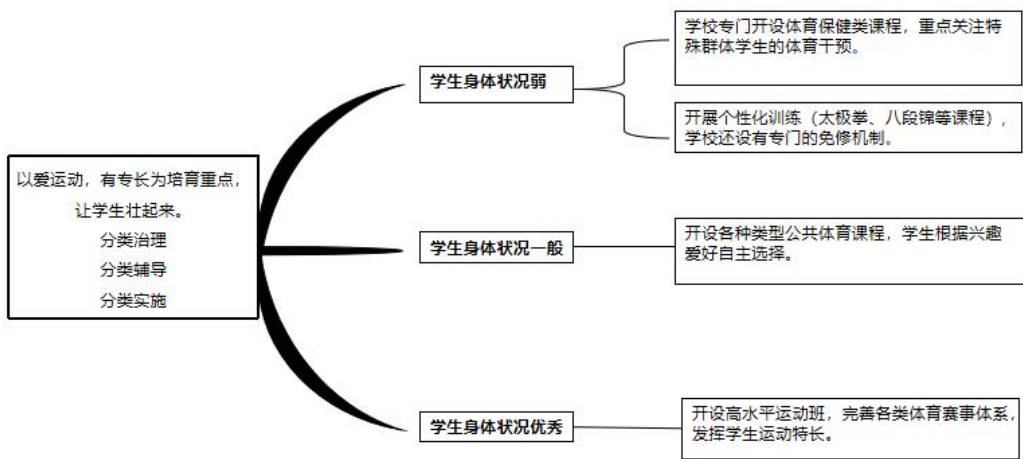


图 4-2 安徽某高校公共体育课分类教学示意图

4.2 “以人为本”理念融入安徽某高校体育教学改革成效

高校体育教学的开展是否融入了“以人为本”理念要坚持由学生进行评判，基于此，本研究采取问卷调查法对安徽某高校的学生进行随机调查。对该校在校本科生采用线上问卷形式进行调查，共发放 830 份问卷，回收 825，剔除无效问卷后仍回收有效问卷 801 份。此次问卷调查的对象涵括本科大一、大二、大三、大四全年级的学生，其中大一人数为 361 人，大二 168 人，大三 163 人，大四 109 人。另外，对调查对象的性别也进行了划分，即男生 417 名，女生 384 名。

4.2.1 “以人为本”的课程设置满意度调查与分析

我们在评估课程设置的满意度时，要把课程的设计是否考虑了学生的需求和兴趣放在首位。课程内容不仅要丰富多样，而且要注重实践应用，让学生们能够积极参与到课程学习中，有效提升了自己的知识和技能。抓住学生的兴趣爱好，以学生为主体，增加他们的主动性和参与感，提升学生在体育课堂的获得感、满足感，才能更好地在体育教学中融入“以人为本”理念。

安徽省某高校根据学生对体育课的不同需求，学校共开设了 18 类选课项目（篮球、足球、排球、乒乓球、羽毛球、网球、武术、散手、空手道、跆拳道、健美操、健美、瑜伽、体育舞蹈、田径、拓展、体育游戏、减脂塑性）。可以看出，该校的选课不仅包括传统的球类，也加入了一些新兴的体育项目，例如瑜伽、拓

展、体育舞蹈等课程。从调查结果来看（见表 4-4 体育课选课学生满意度调查表），选择满意的人数共为 552 人、一般的人数为 230 人、不满意的人数为 19 人，分别占总样本的 68.91%、28.71%、2.38%。根据调查结果显示，从该校体育课的开设选课项目来看学生的满意度较高，也表明了现阶段该校“以人为本”理念融入体育教学是有成效的，大部分同学都表示满意，这也可以说明该校是以学生的需求出发，开设的课程受到了学生们的喜爱和欢迎。

表 4-4 体育课选课学生满意度调查表

| 组别 | 变量 | 总人数 | 满意<br>「n (%)」 | 一般<br>「n (%)」 | 不满意<br>「n (%)」 |
|----|----|-----|---------------|---------------|----------------|
| 性别 | 男生 | 417 | 283(67.86%)   | 122 (29.25%)  | 12 (2.87%)     |
|    | 女生 | 384 | 269(70.05%)   | 108 (28.12%)  | 7 (1.82%)      |
| 年级 | 大一 | 361 | 234(64.81%)   | 116 (32.13%)  | 11 (3.04%)     |
|    | 大二 | 168 | 116(69.04%)   | 49 (29.16%)   | 3 (1.78.%)     |
|    | 大三 | 163 | 125(76.68%)   | 37 (22.69%)   | 1 (0.61%)      |
|    | 大四 | 109 | 77 (70.64%)   | 28 (25.68%)   | 4 (3.66%)      |

4.2.2 “以人为本”的教学方法满意度调查与分析

在推动体育教学改革的过程中，部分教师存在因循守旧的情况。由于我国长期以来实行言传身教的教学方法，导致一些教师在教学过程中缺乏创新意识，在传统的高校体育教学模式下，部分教师往往主要聚焦于学生们体育动作的规范性和训练的充分性。“以人为本”理念不仅重视学生的全面发展，还注重教师的自我革新。教师在体育课堂上要注重学生的主体地位，优化教学方法，只有这样才能有效推进“以人为本”理念融入高校体育教学改革。

根据调查得知，该校体育教师在课堂教学中运用了体育游戏法、比赛竞争法、情境教学法、激励法等教学方法。根据问卷分析结果（见表 4-5 体育教师教学方法学生满意度调查表），该校学生对于本校体育教师的教学方法较为满意。其中选择满意的人数共为 544 人、一般的人数为 241 人、不满意的人数为 16 人；分别占总样本的 67.92%、30.09%、1.99%。这说明学生对于目前体育课展开的教学方法较为满意，体现了该校不断创新体育课程的教学方法，老师们善于运用多种教学方式满足学生们的需求，与时俱进，在教学过程中不守旧，有创新意识，也充分尊重并发挥学生在课堂的主体地位。

表 4-5 体育教师教学方法学生满意度调查表

| 组别 | 变量 | 总人数 | 满意<br>「n (%)」 | 一般<br>「n (%)」 | 不满意<br>「n (%)」 |
|----|----|-----|---------------|---------------|----------------|
| 性别 | 男生 | 417 | 283(67.86%)   | 127 (30.45%)  | 7 (1.67%)      |
|    | 女生 | 384 | 261(67.96%)   | 114 (29.68%)  | 9 (2.34%)      |
| 年级 | 大一 | 361 | 224(62.04%)   | 126 (34.9%)   | 11 (3.04%)     |
|    | 大二 | 168 | 113(67.26%)   | 53 (31.54%)   | 2 (1.19%)      |
|    | 大三 | 163 | 125(76.68%)   | 36 (22.08%)   | 2 (1.22%)      |
|    | 大四 | 109 | 82 (75.22%)   | 26 (23.85%)   | 1 (0.91%)      |

#### 4.2.3 “以人为本”的教学目标满意度调查与分析

健康对于个人而言，是享受幸福生活的基石；对于国家而言，是开创美好未来的稳固根基；对于民族而言，则是屹立于世界民族之林的强大力量。作为我国开展体育教学工作的核心目标，“健康第一”的教学理念是针对学生的身心健康提出的，“身”与“心”缺一不可，大学生拥有良好的身体素质和健康的心理状况是生活和学习的第一要素。高校体育教学改革工作的开展，不仅仅是大学生课程建设的任务，更是直接关心到学生的身心健康，学校的体育教学目标也是一直致力于把促进学生的身心健康放在首位。

从改善身体素质和健康状况这一教学目标来看，该校学生普遍认为本校的体育课有助于改善健康状况。从问卷分析结果来看（见表 4-6 体育课改善身体素质和健康状况学生满意度调查表），认为效果明显的人数共为 604 人、认为效果一般的人数为 161 人、认为没有改善的人数为 36 人；分别占总样本的 75.41%、20.10%、4.49%。以上数据说明该校学生认为本校的体育课有助于他们改善身体素质和健康状况，从调查中我们也得知，该校体测结果近三年在安徽省高校中排名前列，学校也一直致力于打造爱运动的体育文化氛围，定期组织各种类型的体育实践活动，同时体现了学校一直以来都是以学生为中心，致力于帮助学生们改善身体素质和健康，得到了学生们的普遍认可。

表 4-6 体育课改善身体素质和健康状况学生满意度调查表

| 组别 | 变量 | 总人数 | 能够满足<br>「n (%)」 | 基本满足<br>「n (%)」 | 不能满足<br>「 (%)」 |
|----|----|-----|-----------------|-----------------|----------------|
| 性别 | 男生 | 417 | 319 (76.49%)    | 81 (19.42%)     | 17 (4.07%)     |
|    | 女生 | 384 | 285 (74.21%)    | 80 (20.83%)     | 19 (4.94%)     |
| 年级 | 大一 | 361 | 258 (71.46%)    | 83 (22.99%)     | 20 (5.2%)      |
|    | 大二 | 168 | 131 (77.97%)    | 32 (19.04%)     | 5 (2.97%)      |
|    | 大三 | 163 | 131 (80.36%)    | 27 (16.56%)     | 5 (3.06%)      |
|    | 大四 | 109 | 84 (77.06%)     | 19 (17.43%)     | 6 (5.5%)       |

4.2.4 “以人为本”的评价体系满意度调查与分析

“以人为本”的体育教学理念强调学生的主体性，以构建平等、互动的教学体系为前提。在这一理念下，倡导采用多元综合评价的方式，这种评价方式对于教学实践的成效至关重要，能够真实反映“以人为本”理念在教学中贯彻落实的程度。《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》明确指出，体育课程评价应涵盖学生的学习、教师的教学以及课程建设等三个核心方面。然而，传统的教学评价方式往往以教师为单一评价主体，这种评价方式往往存在不客观、不公平、不全面的问题。这与“以人为本”的教学理念背道而驰。这种做法偏离了“以人为本”在体育教学中培养全面发展的个体的目标，也抑制了学生参与体育运动的热情和积极性。因此，我们需要重新审视和改革现有的体育教学评价方式，确保它们能够真正体现“以人为本”的教学理念，全面、客观地评价学生的学习成果、教师的教学表现以及课程建设的成效。这样才能更好地激发学生的学习兴趣，促进学生的全面发展，同时也为教师的教学创新提供更大的空间。

根据调查得知，该校的体育考核成绩评定主要包括学生的日常签到、期中考试成绩以及期末考试成绩。从调查结果来看（见 4-7 体育考核评价体系学生满意度调查表），该校学生普遍对于学校的体育考核评价体系认可度不高。从数据来看，认为满意有 79 人，一般满意有 702 人，不满意有 20 人。分别占总样本的 9.86%、87.64%、2.50%。从以上数据我们可以看出，该校学生对于学校的体育课考核方式满意度一般，学校应该考虑优化考核评定方式，建立一套科学的评价体系，争取让大多数学生都感到满意。

表 4-7 体育考核评价体系学生满意度调查表

| 组别 | 变量 | 总人数 | 满意<br>「n (%)」 | 一般<br>「n (%)」 | 不满意<br>「n (%)」 |
|----|----|-----|---------------|---------------|----------------|
| 性别 | 男生 | 417 | 46 (11.03%)   | 356 (85.37%)  | 15 (3.59%)     |
|    | 女生 | 384 | 33 (8.59%)    | 346 (90.1%)   | 5 (1.3%)       |
| 年级 | 大一 | 361 | 56 (15.51%)   | 304 (84.21%)  | 1 (0.02%)      |
|    | 大二 | 168 | 8 (4.76%)     | 158 (94.04%)  | 2 (1.19%)      |
|    | 大三 | 163 | 6 (3.68%)     | 153 (93.86%)  | 4 (2.45%)      |
|    | 大四 | 109 | 8 (7.33%)     | 87 (79.81%)   | 14 (12.84%)    |

4.2.5 “以人为本”的第二课堂满意度调查与分析

本部分主要从学生的视角来评价学校开展的体育活动、学校体育场所的建设以及体育课信息化程度是否满足学生的需求。

4.2.5.1 学生对体育活动开展情况的评价与分析

高校体育活动的开展是推动学生身心健康发展的的重要途径。通过丰富多样的体育活动，学生不仅能够锻炼身体，提高体能，还能够培养团队合作精神、竞争意识和抗压能力。这些活动为学生提供了一个展示自我、挑战自我的平台，让他们在参与中体验运动的乐趣，感受团队合作的力量。高校体育活动的广泛开展，不仅有助于塑造学生强健的体魄，更能够培养他们的意志品质和全面素养，为他们未来的成长和发展奠定坚实的基础。

学校不仅要重视课堂教学，也要重视体育课以外的实践活动，满足学生们的兴趣爱好。从学生对于学校开展的体育活动满意度来看，该校学生普遍认为学校开展的体育活动可以满足他们的日常需求。从问卷结果分析来看（见表 4-8 学校开展体育活动学生满意度调查表），其中选择完全满足的人数共为 576 人、基本满足的人数为 168 人、勉强满足人数为 35 人、不能满足的人数 22 人；分别占总样本的 71.91%、20.97%、4.37%、2.75%。这说明学校开展的体育活动可以满足大部分学生的基本需求，体现在学校贯彻落实“以人为本”的理念，始终把学生的利益放在第一位。

表 4-8 学校开展体育活动学生满意度调查表

| 组别 | 变量 | 总人数 | 完全满足<br>「n (%)」 | 基本满足<br>「n (%)」 | 勉强满足<br>「n (%)」 | 不能满足<br>「n (%)」 |
|----|----|-----|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 性别 | 男生 | 417 | 294 (70.5%)     | 83 (19.90%)     | 21 (5.03%)      | 19 (4.55%)      |
|    | 女生 | 384 | 282 (73.43%)    | 85 (22.13%)     | 14 (3.64%)      | 3 (0.78%)       |
| 年级 | 大一 | 361 | 238 (65.92%)    | 93 (25.76%)     | 24 (6.64%)      | 6 (1.66%)       |
|    | 大二 | 168 | 120 (71.43%)    | 28 (16.66%)     | 4 (2.38%)       | 16 (9.52%)      |
|    | 大三 | 163 | 127 (77.91%)    | 31 (19.01%)     | 3 (1.84%)       | 2 (1.22%)       |
|    | 大四 | 109 | 85 (77.98%)     | 16 (14.67%)     | 4 (3.66%)       | 4 (3.66%)       |

#### 4.2.5.2 学生对体育场所建设情况的评价与分析

体育场馆不仅是高校体育教学和学生锻炼的核心场所，也是我们开展体育教学活动的基础条件。学校体育场馆配备不足，体育设施陈旧老化也是大多数高校存在的普遍问题，如果学校的体育场馆的生均面积不足、建设滞后、设备缺失，不仅会影响体育教学的质量，还可能导致学生因环境不佳而对体育运动产生抵触情绪。这种抵触情绪不仅不利于学生的身心健康，还会阻碍“以人为本”理念融入教学活动中。

从调查中我们可以了解到，该校目前有 2 个风雨操场、3 个田径场，篮球场、排球场、网球场共计有 44 个，武术、健身器械区共 2 块。从室外场地来看，该校学生的平均面积为 3.8 m<sup>2</sup>，与标准要求缺 0.9 m<sup>2</sup>/生；田径场有 3 个，与国家标准要求差 1 个；篮球场、排球场、网球场共计有 44 个，与国家标准要求差 36 个；室外游泳池（轮滑、滑雪场地）共 0 个，与国家标准要求相差 2 个；武术、健身器械区按照国家标准要求要有若干块，而目前仅有 2 块。该校除了风雨操场基本符合国家标准外，其他场地数量均不符合国家相关标准。从问卷结果分析来看（见表 4-9 学校体育场地建设学生满意度调查表），学生普遍认为该校体育场所、相关器材设施不能满足他们的使用。关于体育场所建设这个方面，需要在以后的工作中进一步强化，该校在满足学生对于学校体育场所这个方面需要进行有针对性地改善。

表 4-9 学校体育场地建设学生满意度调查表

| 组别 | 变量 | 总人数 | 完全满足<br>「n (%)」 | 基本满足<br>「n (%)」 | 勉强满足<br>「n (%)」 | 不能满足<br>「n (%)」 |
|----|----|-----|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 性别 | 男生 | 417 | 10 (2.39%)      | 50 (11.99%)     | 111 (26.61%)    | 246 (58.99%)    |
|    | 女生 | 384 | 10 (2.6%)       | 30 (7.81%)      | 87 (22.66%)     | 257 (66.93%)    |
| 年级 | 大一 | 361 | 3 (0.83%)       | 11 (3.04%)      | 55 (15.23%)     | 292 (80.88%)    |
|    | 大二 | 168 | 3 (1.78%)       | 2 (1.19%)       | 21 (12.5%)      | 142 (84.52%)    |
|    | 大三 | 163 | 1 (0.61%)       | 21 (12.88%)     | 9 (5.52%)       | 132 (80.98%)    |
|    | 大四 | 109 | 1 (0.91%)       | 3 (2.75%)       | 15 (13.76%)     | 90 (82.57%)     |

4.2.5.3 学生对体育教学信息化度的评价与分析

体育教学信息化是现代教育发展的重要趋势，它通过整合数字技术和教学资源，极大地丰富了体育教学的手段和内容。借助信息化平台，教师可以实时获取学生的学习数据和反馈，实现个性化教学和精准指导。同时，信息化手段还为学生提供了丰富多样的学习资源和互动体验，使体育学习变得更加生动有趣。体育教学信息化不仅提升了教学效果，也激发了学生的学习兴趣 and 积极性，为培养具备信息素养和体育素养的复合型人才奠定了坚实基础。

学校要善于利用网络空间助力体育教学工作，从问卷结果分析来看（见 4-10 体育教学信息化学生满意度调查表），该校学生对于学校体育教学信息化程度的表示基本满意。其中选择完全满足的人数共为 205 人、基本满足的人数为 304 人、勉强满足人数为 221 人、不能满足的人数 71 人；分别占总样本的 25.59%、37.95%、27.60%、8.86%。这说明该校体育教学信息化程度仅能基本满足学生的需要，还需要不断完善。

表 4-10 体育教学信息化学生满意度调查表

| 组别 | 变量 | 总人数 | 完全满足<br>「n (%)」 | 基本满足<br>「n (%)」 | 勉强满足<br>「n (%)」 | 不能满足<br>「n (%)」 |
|----|----|-----|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 性别 | 男生 | 417 | 115 (27.57%)    | 155 (37.17%)    | 118 (28.29%)    | 29 (6.95%)      |
|    | 女生 | 384 | 90 (23.43%)     | 149 (38.8%)     | 103 (26.82%)    | 42 (10.93%)     |
| 年级 | 大一 | 361 | 100 (27.7%)     | 143 (37.23%)    | 89 (24.65%)     | 29 (8.03%)      |
|    | 大二 | 168 | 53 (31.54%)     | 63 (37.5%)      | 40 (23.8%)      | 12 (7.14%)      |
|    | 大三 | 163 | 35 (21.47%)     | 57 (34.96%)     | 49 (30.06%)     | 22 (13.49%)     |
|    | 大四 | 109 | 17 (15.59%)     | 41 (37.61%)     | 43 (39.44%)     | 8 (7.33%)       |

### 4.3 “以人为本”理念融入安徽某高校体育教学改革创新路径

根据调查研究发现,从学生角度来看,安徽某高校在体育教学改革中融入“以人为本”理念有三个重要方面有待改进,一是学校建设体育场地和体育设施的相关情况有待优化;二是体育教学考核体系有待优化;三是体育教学信息化程度有待优化。

#### 4.3.1 加快建设体育场馆,营造体育氛围

根据调查结果分析,学生希望能够加快建设体育运动场所并对学校运动设施的种类和质量的要求提出更高要求。学校在满足学生体育需求方面应当完善场地设施种类,提高设施的质量,对于老旧的场地设施要及时地更新修整。不仅要增加体育场地器材的建设,还要营造学校校园的运动氛围,形成崇尚运动的校园体育文化。氛围影响人,环境造就人。与学习氛围一样,一个积极向上的运动氛围,能够充分激发学生与学生之间的运动兴趣。学校政策的支持,大力策划体育活动,引导学生参与到体育活动中来。加大学校对体育场地体育设施的投资力度,改进完善现有的体育设施,提高其利用程度,满足学生上课和活动所需要的场地,最大限度地让学生参与到体育中来。学校在完善体育硬件设施的同时也要做好对体育的政策支持,适量减少学生的课业压力,大力开展体育活动,师生共同参与,营造校园的运动氛围,从而提升学生的自主锻炼的意识,提高学生的身体素质,保持健康的身体状态。在场馆的使用方面,需要创新管理制度,合理安排学生使用运动场地的时间,最大限度地让学生都能进入体育馆等限时开放的运动场地,以更好地满足更多在校大学生的体育锻炼的需要。

总的来看,为进一步融入“以人为本”理念,学校要加大体育场馆的建设力度,改进完善现有的体育设施,提高利用程度,在此基础上才能开设更加多样化的项目课程,尤其是学生感兴趣的游泳、冰壶等项目课程。增加体育场地器材的建设,营造学校校园的运动氛围,形成崇尚运动的校园体育文化,加大学校对体育场地体育设施的投资力度,改进完善现有的体育设施,提高其利用程度,能够基本满足学生上课和活动所需要的场地,最大限度地让学生参与到体育中来。

#### 4.3.2 优化教学考核过程，完善评价体系

根据调查结果分析，在体育教学考核方式上，学生普遍希望学校能够完善成绩评定体系。为进一步满足学生需要，将“以人为本”理念融入体育教学的始终，该校要通过不同的教学内容、组织方式来合理分配体育课时，还需要进一步优化成绩评定方式。在对体育课程成绩评定方式中，学校应该打破传统的打分模式，进行综合成绩的评定。学生的体育课程成绩需要包含实践评估、技能展示、书面作业、传统考试等各方面的内容，并将打分要素从学生掌握技能的熟练度转向学生体育综合素养的提升，既要重视学生的期末成绩，也要注重学生的过程性表现，进一步优化学生体育成绩的评定模式，激发学生兴趣。

为了更全面地评价学生的体育学习成果，需要完善考核方法与手段。要注重过程性评价与终结性评价相结合，既关注学生在体育学习过程中的表现，又重视他们在期末考核中的成绩。此外，还可以引入学生自评、互评等评价方式，让学生更加深入地了解自己的体育学习状况，激发他们的主动性和积极性。从教师来说，为了确保考核结果的客观性和准确性，需要制定严格的考核标准和操作规范，并对考核过程进行全程监督。同时，要加强考核人员的培训和管理，提高他们的专业素养和职业道德水平，确保他们在考核过程中能够公正、公平地对待每一位学生。

#### 4.3.3 提高教学智能程度，构建数据平台

根据调查结果分析，安徽某高校体育教学信息化程度不高，需待完善。提高体育教学信息化程度，构建数据平台，是当今教育领域发展的重要趋势之一。随着信息技术的迅猛发展，体育教学与信息技术的融合已成为推动教学改革、提升教学质量的关键手段。体育教学信息化程度的提高，对于促进体育教学的创新与发展具有重要意义。首先，信息化教学能够丰富教学手段，使体育教学更加生动、形象，激发学生的学习兴趣；其次，信息化教学能够提供多样化的教学资源，拓宽学生的学习视野，增强他们的自主学习能力；最后，信息化教学有助于实现个性化教学，满足不同学生的需求，提高教学效果。构建数据平台是提高体育教学信息化程度的重要一环，数据平台能够整合体育教学资源，实现信息共享与交流，为教师和学生提供便捷的服务。同时，数据平台还能够对体育教学进行数据分析与挖掘，为教学决策提供有力支持。通过数据平台，教师可以更加全面地了解学

生的学习情况，适当调整教学策略，以此提高教学效果，学生可以更加清晰地认识自己的学习情况，制定合适的学习计划，提升自主学习能力。

通过加强基础设施建设，完善校园网络、多媒体教室等，为体育教学信息化提供有力保障。随着科技的不断发展，高校体育教学也应与时俱进，创新教学形式与手段。例如，可以利用现代信息技术手段，如智能手环、运动 APP 等，对学生的运动数据进行实时监测和分析，提供更加客观、准确的依据。同时，还可以开展线上线下的混合式教学，打破时空限制，提高教学的灵活性和便捷性。体育教学信息化还需要依托先进的信息技术，包括多媒体、大数据、云计算、人工智能等。我们需要将这些技术整合到体育教学改革中，实现教学资源的数字化和网络化。例如，我们可以利用多媒体技术制作生动的体育教学课件，利用大数据技术收集和分析学生的学习数据，利用云计算技术实现教学资源的共享和协同编辑。同时教师也是体育教学信息化的重要推动力量。因此，我们需要加强教师的信息化培训，提升他们的信息化教学能力和素养。培训内容可以包括信息技术基础知识、信息化教学设计、数据分析和应用等方面。通过培训，使教师能够熟练掌握信息技术工具，能够利用数据进行教学决策和改进。

## 第5章 结论与建议

### 5.1 结论

高校体育教学改革是推动我国体育事业不断发展，建设体育强国的重要环节，在改革中我们要始终坚持贯彻落实“以人为本”的理念，遵循“体教融合”的教学目标、立足“以生为本”的教学思想、树立“健康第一”的教育理念、贯彻“三全育人”的教育模式四个方面的基本原则。本研究主要围绕高校如何将“以人为本”理念融入到体育教学改革中，并以安徽某高校为例分析了“以人为本”视阈下高校体育教学改革的实施路径、实施现状以及需要解决的问题。

结合当前教育领域的研究特点，以安徽某高校体育课程建设为例，具体而言得出以下结论：

第一，从课程团队来看，安徽某高校体育课程的主讲教师已经初步构建了全员育人的教育格局。展现出高尚的师德师风，而且坚持明确的政治方向，充满深厚的家国情怀。他们思维活跃，视野开阔，严于律己，品行端正，始终将为人师表作为自己的行为准则；在教学实践中，教师们积极投身于体育课程与思政教育相结合的教学改革，共同建立了思政教育的集体备课和教研制度。他们不断探索体育课程思政建设的新方法、新途径，努力提升自身的教学能力，以满足学生全面发展的需求。

第二，从课程内容来看，安徽某高校体育学院始终坚持“以人为本”理念，结合该校公共体育课程在专业人才培养方案中的定位可以看出该校始终致力于激发学生学习的主动性，按照学生未来发展需求进行分类，从学生兴趣上针对性解决“学情弱化”，以学生的具体需要为出发点制定教学大纲与教学计划。

第三，从教学模式来看，安徽某高校体育课程改革表现有待加强。在教学方法上以传统教育方法为主，部分老师会采取体育游戏法、比赛竞争法、情境教学法、激励法等教学方法，但仍有部分教师没有进行教学创新；在教学手段方面，有部分教师利用多媒体、微信群，传递育人内容，但覆盖度不够广泛，教学手段的单一容易引起学生学习积极性的减退。总的来看，该校体育课程“以人为本”的实施力度不够，仍需加强。

第四，从教学效果来看，安徽某高校体育课程改革有一定的效果。从学生评价来看，学生对目前体育课程满意度较高，主要体现在两个方面，一是体育课程可以帮助他们锻炼身体、强健体魄；二是体育课程中蕴含理想信念、道德信仰、家国情怀等元素，有助于形成科学的世界观、人生观、价值观，有利于自身的成长。

总的来看，高校坚持将“以人为本”理念融入到体育教学改革中有以下作用：

第一，从学生层面来看，高校体育教学改革融入“以人为本”的理念，可以助力学生“野蛮体魄”和“健全人格”。“以人为本”的理念下的高校体育教学可以促进学生的全面、协调、可持续发展，为学生的身心健康和个人成长提供有力支持。在体育教学中不仅可以增强学生的体质，提高身体素质，更可以培养学生的团队合作精神、毅力和意志品质，助力学生成长成才。

第二，从学校层面来看，高校体育教学改革融入“以人为本”的理念，有助于推动高校体育教学体系的创新发展。在教学活动中要把学生放在主体地位，以满足学生的课程需求为首要目的来制定教学计划，立足“以人为本”理念，推动教学目的、教学方法、教学评价等创新发展。

第三，从国家层面来看，高校体育教学改革融入“以人为本”的理念，有助于落实“健康中国战略”，推动体育强国的建设。一方面，“以人为本”理念体现了“健康第一”和“全面发展”的教学理念，把改善学生身心健康作为高校体育教学改革根本任务，推动了“健康中国战略”的实施；另一方面，在“以人为本”理念的指导下，高校为竞技体育、群众体育和体育产业领域等培育了高素质技能型人才，为实现体育强国目标作出积极贡献。

## 5.2 建议

本研究对“以人为本”理念融入高校体育教学改革的实践路径进行了研究，阐释了高校在“以人为本”理念的指引下进行体育教学改革的价值，指出了“以人为本”理念融入高校体育教学改革的教学目标、教学思想、教育理念和教育模式。总结了目前高校体育教学改革中存在的问题，同时以安徽某高校体育教学改革为例，对如何进一步落实“以人为本”理念优化体育教学改革提出建议。

本研究提出以下几点建议：

(1) 从教师层面来看,希望体育教师可以打破传统的以教师为中心的教学方法,采用启发式教学、探究式教学等创新性教学方法,以改善学生的身心健康为教学任务,树立“健康第一”的理念。体育教师不仅要在教学任务中体现“以人为本”“以学生为主体”,同时也要在教学过程中体现,真正落实到实践之中,强调执行力。

(2) 从学校层面来看,希望学校可以重视有关体育教学方面的改革,转变体育育人观念,将“重技术、重考试”的理念向“育人、育体、育德”进行转变;学校也要对授课教师提出一定的要求,要求老师将知识与技能、过程与方法、情感与价值三者进行结构化设计,从而形成完整的系统,保障公共体育课程的预期效果。

(3) 从国家层面来看,一方面,希望国家可以适当更新教材体系,让教材符合当今体育课程教育大环境下的教学要求,符合学生的需要;另一方面,希望国家能够大力支持高校进行“以人为本”的体育教学改革,设立宏观目标和相关保障机制进一步推动高校体育教学改革。

总的来看,本研究对于如何将“以人为本”理念融入高校体育教学改革工作这一命题尚不够深入,还需完善。在今后的研究中,还会从学生、教师、学校、国家等多个层面来探讨具体实践路径,丰富建设体育课程相关理论,为高校构建科学合理的体育课程提供借鉴,助力实现立德树人根本任务。

## 参考文献

- [1]习近平. 深入学习习近平关于体育的重要论述[M]. 北京:人民出版社, 2022.
- [2]习近平. 高举中国特色社会主义伟大旗帜, 为全面建设社会主义现代化国家而团结奋斗[M]. 北京:人民出版社, 2022.
- [3]马克思, 恩格斯. 马克思恩格斯文集(第1卷)[M]. 北京:人民出版社, 2012.
- [4]陈雪红, 陈筑, 张虹. 学校体育学[M]. 北京:北京师范大学出版社, 2009.
- [5]万燕. 马斯洛的以人为本主义理念对传播的影响研究[D]. 南昌:江西师范大学, 2006.
- [6]卡尔·罗杰斯, 杰罗姆·福雷伯格著, 伍新春, 管琳, 贾容芳译. 自由学习[M]. 北京:北京师范大学出版社, 2006.
- [7]Miller R. The role of athletics in higher education[J]. Major Themes in Economics, 2003, 5(1):31-47.
- [8]THOMAS I D. A decision framework for school-based decision making [J]. Australian Science Teachers Journal, 1978, 24(8):63-68.
- [9]MORTON N A. Benefits of a humanistic education:a student perspective [J]. J Dent Educ, 2008, 72(1):45-47.
- [10]Skilbeck M. School-based curriculum development[M]. London:Harper&Row, 2018.
- [11]尤海平. 上海高职院校体育教学现状研究[J]. 广州体育学院学报, 2011, 30(02):75-76.
- [12]陈超. 以人为本的视角下贵州高职院校体育教学存在的问题及对策研究[D]. 贵州:贵州民族大学, 2022.
- [13]陈戍国. 点校四书五经(上)[M]. 长沙:岳麓书社, 2002.
- [14]黄朴民. 黄朴民解读道德经[M]. 长沙:岳麓书社, 2011.
- [15]俞可平. 人的全面发展:马克思主义的最高命题和根本价值[J]. 马克思主义与现实, 2001, (05):28-29.
- [16]张奎良. 以人为本的世界历史意义[J]. 天津社会科学, 2006, (03):4-10.

- [17]方展画. 罗杰斯“学生为中心”教学理论述评[M]. 北京:北京教育科学出版社, 1990.
- [18]车文博. 人本主义心理学[M]. 杭州:浙江教育出版社, 2003.
- [19]杨韶刚. 人本主义心理学与教育学[M]. 哈尔滨:黑龙江教育出版社, 2003.
- [20]罗利建. 以人为本教育[M]. 北京:中国经济出版社, 2004.
- [21]周玉娥. 春意来, 草自青:生本教育的理念与操作[M]. 北京:朝华出版社, 2010.
- [22]陈志洪. 我国高校体育课程现状研究与分析[J]. 当代体育科技, 2019, 9(23):125-127.
- [23]刘润, 周俊. 我国高校公共体育课程现状及发展趋势研讨[J]. 文体用品与科技, 2020, 7(14):142-143.
- [24]罗潇. 习近平新时代中国特色社会主义思想融入高校体育课程思政的创新研究[R]. 日照:第十二届全国体育科学大会, 2022.
- [25]朱丽霞, 吴棒. 论马克思主义生命观融入高校体育课程思政的价值意蕴及实践路径[J]. 武汉体育学院学报, 2022, 56(11):54-60.
- [26]常益, 张守伟. 高校公共体育课程思政的价值意蕴、目标指向及实践路径[J]. 北京体育大学学报, 2021, 44(09):24-32.
- [27]赵金海. 教学目标在高校体育课程目标与教学目标辨析中的应用[J]. 运动精品, 2023, 42(12):24-26.
- [28]李忠山, 许德斌. 高校体育课程线上线下混合式教学研究[J]. 湖北开放职业技术学院学报, 2023, 36(15):189-190.
- [29]周桂琴. 高校体育教学方法与创新教育的探析[J]. 当代体育科技, 2023, 13(35):64-67.
- [30]崔佳慧. 高校体育教育专业化水平提升策略[N]. 吉林日报, 2015-10-24(07).
- [31]郭海玲. 对大学体育教学改革发展走向的探讨分析[J]. 学校体育学, 2013, 3(21):34-35.
- [32]蔡晓红. 新时期高校体育教育改革的历史回顾与思考[J]. 广州体育学院学报, 2011, 31(3):117-120.
- [33]冯世杰. 河南省高师院校公共体育课程设置研究[D]. 新乡:河南师范大学, 2021.

- [34]李春晖.当代中国体育文化的内涵、特性与体育人文精神建设[J].北京体育大学学报,2015,38(12):22-26+32.
- [35]李寒梅.普通高校公共体育课程思政育人效果的评价研究[D].大庆:东北师范大学,2023.
- [36]习近平.在教育文化卫生体育领域专家代表座谈会上的讲话[M].北京:人民出版社,2020.
- [37]郑丽坤.现代高校体育教学初探[N].吉林日报,2010-11-11(02).
- [38]习近平.习近平同国际奥委会主席巴赫交谈时强调:中国朝着体育强国的目标迈进[N].人民日报,2014-2-8(02).
- [39]孙国友,桑飞鸣.习近平关于体育工作重要论述的逻辑起点、实践追求和价值旨归[J].体育学研究,2019,2(06):40-46.
- [40]董取胜,耿涛,易紫俊等.“双减”背景下中小学体育教学改革的逻辑证成、变革挑战与深化路向[J].天津体育学院学报,2023,38(06):696-702.
- [41]郑丽君,余霞.高校体育训练兴趣的培养途径探讨[J].冰雪体育创新研究,2023,3(20):61-63.
- [42]谢鸿,陈玉群,胡乔等.中小学体育教学目标同一性与差异性表现分析——以黄石市6所中小学校为例[J].新体育,2024,2(06):70-72.
- [43]崔晓莹.关于师范类专科院校体育课程教学评价的几点思考[J].当代体育科技,2023,13(29):79-82.
- [44]新华社.体育总局,教育部:关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见[EB/OL].中华人民共和国政府网,[https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2020-09/21/content\\_5545112.htm](https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2020-09/21/content_5545112.htm),2020-8-31.
- [45]苗治文,张帆.我国竞技体育价值取向的转变[J].北京体育大学学报,2014,37(07):125-130.
- [46]刘竞予,魏婷.体教融合背景下提升高校体育教学质量的策略[J].体育视野,2022,13(02):43-46.
- [47]林艺铮,朱苗苗.以人民为中心的体育主体性:体育权力保障的价值导向[J].当代体育科技,2023,13(29):145-150.
- [48]习近平.开创我国体育事业发展新局面加快把我国建设成为体育强国[N].人民日报,2017-8-28(14).

- [49]中共中央,国务院. 关于深化教育改革全面推进素质教育的决定[N]. 光明日报, 1999-06-17(03).
- [50]毛珂,徐峰,周筱霞. 基于实践导向的高职体育教学改革探索[J]. 体育风尚, 2023, 3(11):44-46.
- [51]王鹏. 体育游戏在高校田径教学中的应用及实践探讨[J]. 冰雪体育创新研究, 2023, 12(20):130-132.
- [52]新华社. 中共中央办公厅,国务院:关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见[EB/OL]. 中华人民共和国中央人民政府网, [https://www.gov.cn/xinwen/2020-10/15/content\\_5551609.htm](https://www.gov.cn/xinwen/2020-10/15/content_5551609.htm), 2020-10-15.
- [53]国家体育总局. 深入学习习近平关于体育的重要论述[M]. 北京:人民出版社, 2022.
- [54]新华社. 习近平:健康是幸福生活最重要的指标[EB/OL]. 新华网, <https://baijiahao.baidu.com/s?id=1695073161471429270&wfr=spider&for=pc>, 2021-03-24.
- [55]陈丛刊,王思贝. “六个必须坚持”引领体育高质量发展:逻辑理路与实践创新[J]. 哈尔滨体育学院学报, 2024, 42(02):1-8.
- [56]王家宏,鲍明晓,谭华等. 聚焦改革开放40年:中国体育改革与发展的思考[J]. 体育学研究, 2018, 1(06):64-73.
- [57]新华社. 国家卫生健康委:2024年全国卫生健康工作会议召开[EB/OL]. 中华人民共和国中央人民政府网, [https://www.gov.cn/lianbo/bumen/202401/content\\_6926225.htm](https://www.gov.cn/lianbo/bumen/202401/content_6926225.htm), 2024-01-16.
- [58]新华社. 中共中央,国务院:关于加强和改进新形势下高校思想政治工作的意见[EB/OL]. 中华人民共和国中央人民政府网, [https://www.gov.cn/zhengce/2017-02/27/content\\_5182502.htm?eqid=ccbdde25001469b70000000066464d13b](https://www.gov.cn/zhengce/2017-02/27/content_5182502.htm?eqid=ccbdde25001469b70000000066464d13b), 2017-02-27.
- [59]习近平. 开创我国体育事业发展新局面加快把我国建设成为体育强国[N]. 人民日报, 2017-8-28(11).
- [60]孙洪涛. 我国普通高校体育课程改革的现状及对策[J]. 北京体育大学学报, 2011, 34(8):89-92.

- [61]王娟. 普通高校体育教学改革的理论与实践研究[D]. 武汉:武汉体育学院, 2012.
- [62]谢燕歌, 洪浩. 普通高校公共体育课程教学指导思想探索与思考[J]. 北京体育大学学报, 2014, 37(01):94-99.
- [63]韩艳. 健康体育视角下山东省高校体育教学改革走向的分析——以驻济高校为例[D]. 开封:河南大学, 2019.
- [64]谢燕歌, 洪浩. 普通高校公共体育课程教学指导思想探索与思考[J]. 北京体育大学学报, 2014, 37(01):94-99.
- [65]新华社. 中共中央, 国务院:“健康中国 2030”规划纲要[EB/OL]. 中华人民共和国中央人民政府网, [https://www.gov.cn/zhengce/2016-10/25/content\\_5124174.htm](https://www.gov.cn/zhengce/2016-10/25/content_5124174.htm), 2016-10-25.
- [66]徐浏莹. 我国高校体育竞赛改革的价值导向与现实路径[D]. 开封:河南大学, 2021.
- [67]颜中杰, 应华, 杨光. 健康促进工程视野下上海高校公共体育教学模式研究[J]. 广州体育学院学报, 2016, 36(02):124-128.

## 附录

### 问卷调查

亲爱的同学们：

你好！我是安徽工程大学体育学院的研究生，为完成本人的硕士毕业论文《“以人为本”理念融入高校体育教学改革的实践路径研究》，根据本课题研究内容及需要，在导师的精心指导下，我设计了此调查问卷，为了了解学校体育课程和体育实践活动的开展状况，希望您在百忙之中抽出宝贵的时间仔细阅读以下问卷，真诚地希望您能抽出宝贵的时间参与问卷的填写，您的真实回答将为我完成本次调研提供重要的支撑。本次问卷为匿名，您所回答的内容无正误之分，只需按您的实际情况和真实想法填答即可。衷心感谢您在百忙中抽出时间对本研究的协助与支持！

- 1、您的性别：男（☐）女（☐）
- 2、你的年级是？大一（☐）大二（☐）大三（☐）大四（☐）
- 3、您对学校开展“三全六专”育人工作是否了解？了解（☐）一般（☐）不了解（☐）
- 4、您对学校目前体育课开设的选课项目是否满意？满意（☐）一般（☐）不满意（☐）
- 5、您对学习目前体育课堂组织形式是否满意？满意（☐）一般（☐）不满意（☐）
- 6、您对学校体育老师的教学方法是否满意？满意（☐）一般（☐）不满意（☐）
- 7、您对学校体育老师的专业知识和技能水平是否满意？满意（☐）一般（☐）不满（☐）
- 8、您对学校学生的体育考核评价体系是否满意？满意（☐）一般（☐）不满意（☐）
- 9、您认为现在的体育课能否帮助你改善身体素质和健康状况？  
有所改善，且效果明显（☐）有一定改善，但效果甚微（☐）没有改善（☐）
- 10、您认为学校的体育场地、相关器材设施是否能满足您的需求？  
完全满足（☐）基本满足（☐）勉强满足（☐）不能满足（☐）
- 11、您认为学校开展的体育活动（各类赛事、运动会等）是否能满足您的需求？  
完全满足（☐）基本满足（☐）勉强满足（☐）不能满足（☐）
- 12、您认为学校的体育教学信息化程度是否能满足您的需求？  
完全满足（☐）基本满足（☐）勉强满足（☐）不能满足（☐）
- 13、您认为目前学校体育教学中是否蕴含了思政元素？有（☐）没有（☐）

14 您认为在体育教学中结合思政元素对你提升意志品质有影响吗？

有影响（ ） 说不准（ ） 没有影响（ ）

15 您认为在体育教学中结合思政元素对您的精神素养有影响吗？

有影响（ ） 说不准（ ） 没有影响（ ）

16 您认为在体育教学中结合爱国主义观念对您有影响吗？

有影响（ ） 说不准（ ） 没有影响（ ）

17 您认为在体育教学中结合思政元素对您形成人生观、世界观、价值观有影响吗？

有影响（ ） 说不准（ ） 没有影响（ ）

18（多选）您认为目前我校体育课程包含了以下哪些元素？（可补充）

爱国主义（ ） 文明礼仪（ ） 职业规划（ ） 规则意识（ ） 抗挫能力（ ） 团队意识（ ）  
责任感（ ） 公平公正意识（ ） 健康生活方式（ ） 其他：请补充：

19.（多选）您认为我校体育课程需要包含以下哪些元素？（可补充）

爱国主义（ ） 文明礼仪（ ） 职业规划（ ） 规则意识（ ） 抗挫能力（ ） 团队意识（ ）  
责任感（ ） 公平公正意识（ ） 健康生活方式（ ） 其他：请补充：

20.（多选）您认为在体育课堂教学可以运用以下哪些方法融入上述元素？（可补充）  
体育故事法（ ） 专题式教学（ ）

小组讨论法（ ） 启发式（ ） 案例分析（ ） 多媒体教学（ ） 其他：请补充：

21、（多选）您认为高校体育课程建设的目的包括哪些？

保持身体健康（ ） 满足兴趣爱好（ ） 掌握专业技能（ ） 形成乐观的生活态度（ ）  
培养良好的心理品质（ ） 其他：请补充

22、（多选）您希望在体育实践教学中运用哪些方法？

示范教育法（ ） 体育游戏法（ ） 比赛竞争法（ ） 情境教学法（ ） 角色体验法（ ）  
说法教育法（ ） 激励法（ ） 其他：请补充

23、（选填）您对学校体育课有什么建议？

## 访谈提纲

尊敬的专家：

您好！首先感谢您百忙之中抽出时间参加我的访谈，我正在做《“以人为本”理念融入高校体育教学改革的实践路径研究》硕士论文的撰写工作，有以下几个问题想采访您。

- （1）您在体育教学中是怎样贯彻“以人为本”理念的？
- （2）您认为把“以人为本”理念落实在学生上，最核心的点是什么？
- （3）您认为将“以人为本”理念融入日常教学中有哪些困难？
- （4）您认为“以人为本”理念在体育教学中要通过什么途径来实现促进学生全面发展的？
- （5）您对学校开展的体育教学改革工作有什么建议？

## 致 谢

在求学的道路上，时间总是显得漫长而又短暂。光阴荏苒，我的研究生生涯也快接近尾声，回首研究生的三年时光，曾亲承业师教导，深受影响，收获颇多，感触颇深。亦有幸蒙各位师友关心，让我的研究生生活倍感温暖。

在这里我首先要衷心地感谢我的导师薛保红教授。三年来，薛老师的教导、帮助与关怀，我都铭记在心。本文从选题方向到论文框架，甚至是标点符号，薛老师都给予了我悉心地教导。成为薛老师的学生是一件非常幸运和幸福的事，因为导师的言传身教不仅让我学到了治学之道，更教给了我可贵的为人之道。

其次，我要由衷地感谢杨善祥书记、胡好教授、谢叶寿教授、胡万祥副教授、金庆红副教授、赵德勋副教授等老师。在各位老师的教导下，我们得以打下坚实的理论基础，掌握专业的理论知识。感谢各位老师的耐心指导与付出。

最后，我要感谢在我身边一直默默支持我的亲人、朋友和同学。感谢你们在我求学过程中给予的支持、鼓励与帮助。因为你们，生活变得更加美好与充实。

三年的研究生生涯快要结束了，这既是这一个阶段的终点，也是下一个阶段的起点。在以后的道路中我会不断地进取，继续前进以报答老师的教诲，报答学校和国家的栽培！在以后的生活中，我会继续发扬“尚德敏学、唯实惟新”的安工程精神，以奋斗之我实现民族之大任，以青春之我共建青春之国家。