

中华体育精神融入青少年爱国主义教育的价值与路径

乔程雨

海南大学马克思主义学院, 海南 海口

收稿日期: 2025年10月26日; 录用日期: 2025年11月25日; 发布日期: 2025年12月2日

摘要

伟大事业孕育伟大精神, 中华体育精神以“为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏”为主要内容, 它体现着时代的价值追求, 是作为中华民族凝心聚力实现中华民族伟大复兴的重要精神动力, 更是激发广大青少年爱国主义情怀的重要动力。文章从青少年爱国主义教育视角, 分析新时代中华体育精神的价值及其在爱国主义教育中的作用, 并提出聚焦课堂教学、激活校园文化载体等中华体育精神融入青少年爱国主义教育的实践路径, 为开展青少年爱国主义教育提供参考。

关键词

中华体育精神, 青少年, 爱国主义教育

The Value and Path of Integrating the Chinese Sports Spirit into Youth Patriotism Education

Chengyu Qiao

School of Marxism, Hainan University, Haikou Hainan

Received: October 26, 2025; accepted: November 25, 2025; published: December 2, 2025

Abstract

A great cause nurtures a great spirit, and a great spirit guides a great cause. The Chinese sports spirit, with its core tenets of “striving for national glory, making selfless contributions, pursuing truth through science, abiding by laws and disciplines, collaborating in unity, and fighting tenaciously”, embodies the value pursuit of the times. It serves as a crucial spiritual driving force for the Chinese nation to unite

as one in realizing the great rejuvenation of the Chinese nation, and more importantly, a key motivation to inspire patriotism among the vast number of young people. From the perspective of youth patriotism education, this paper analyzes the value of the Chinese sports spirit in the new era and its role in patriotism education, and proposes practical approaches to integrate the Chinese sports spirit into youth patriotism education—such as focusing on classroom teaching and activating campus cultural carriers—so as to provide references for the implementation of youth patriotism education.

Keywords

Chinese Sports Spirit, Youth, Patriotic Education

Copyright © 2025 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

体育事业在党的领导下走过了不平凡的发展历程。巴黎奥运会期间，中国体育健儿精彩的发挥、铿锵的话语，生动地向我们展示了中华体育精神的具体内涵。中华体育精神，以“为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏”为主要内容[1]，是广大体育工作者在长期实践中积累和凝练而成的宝贵财富。

运动员们在体育赛事中用行动诠释、用激情点燃的爱国主义情怀，指引着青少年的成长，为他们的成长注入坚定的信念和向上的动力。2019年国务院颁发的《新时代爱国主义教育实施纲要》明确指出教育要面向全体人民，聚焦青少年[2]。青少年时期是人这一生中非常关键的时期，人的价值观、人生观、祖国观都是在这一时期形成的，要从小抓好爱国主义教育这一课。中华体育精神，既是中国体育文化的灵魂所在，更是浓缩了中华民族一路砥砺前行的奋斗历程，是历史长河中沉淀的精神瑰宝。习近平总书记也曾在多个重要场合提到体育精神，这也为当前学校将中华体育精神融入青少年爱国主义教育提供了重要遵循。基于此，立足于中华体育精神的丰富内涵，深入挖掘其中多元且独特的思政元素和育人资源，可为青少年爱国主义教育实践的开展提供新思路、增添新动能。

2. 中华体育精神的内涵实质

中华体育精神的六项核心内容可以概括归纳为三种精神，他们之间相互关联、互为支撑。“为国争光、无私奉献”精神可以集中概括为爱国主义精神；“科学求实、遵纪守法”精神集中体现了实干精神；“团结协作、顽强拼搏”精神则集中表现为奋斗精神。

2.1. 爱国精神：为国争光、无私奉献

“为国争光、无私奉献”所蕴含的爱国主义精神，既是中华体育精神的内核，更是激励一代代中华儿女在竞技场上为国家荣誉而拼尽全力的内在精神驱动力。首先，为国争光是爱国主义精神在体育赛场上的具象化表达，是中华体育精神的核心追求之一。它是激励体育健儿勇夺佳绩的精神旗帜，也是支撑他们奋勇争先的内在驱动力，无论是亚运会男子接力决赛时牢记升国旗、奏国歌的中国田径运动员陈佳鹏，还是在生理期加发烧的双重考验下坚持拿下铜牌的中国游泳运动员张雨霏，亦或是扛着满身绷带为中国拼下史上首枚网球女单金牌，只为让五星红旗升起的郑钦文……，以及没有出现在荧幕前的为体育事业坚守岗位的工作者们。国家荣誉在他们心中始终居于首位，为国争光更是每个体育工作者体育生涯

的最高追求。“爱国，是人间最深层、最持久的情感，是一个人立德之源、立功之本”[3]。体育健儿们亦是在这一精神的指引下，背负国家荣誉在赛场上奋勇争先，留下了诸多感人的爱国事迹。其次，无私奉献既是爱国主义精神在体育领域的具象表达，更是中华体育精神的重要支撑。这一精神彰显了中国体育人无私奉献的高尚情怀和我们中华民族一直以来的传统美德。从常年在训练场悉心指导的教练员到甘为人梯、默默付出的陪练员，从刻苦钻研的科研团队到无微不至的后勤保障人员，正是由于他们的默默付出，为我国体育事业的蓬勃发展提供了坚实保障，为推动民族复兴提供内在动力。

2.2. 实干精神：科学求实、遵纪守法

“科学求实、遵纪守法”中所表现出来的实干精神是中华体育精神的特质。它既是中华体育文明绵延发展的内在驱动力，更是激励中国健儿埋头苦干、勇创佳绩的强大精神品质。首先，科学求实精神是中华体育精神的鲜明标识，更是实干精神在体育领域的直接体现。随着时代的发展，竞赛成绩的突破不再是简单依赖于运动员个人的毅力和意志，现代科技在体育训练中的支撑作用愈发明显，竞赛成绩的突破离不开现代科技的加持，当然这也离不开科学求实的精神。以中国乒乓球队为例，数十年长盛不衰的国乒也在与时俱进，其自2019年开始建设自己的大数据平台，大致包括三个部分的功能：比赛数据采集，精确到运动员每一次击球的技术、位置、落点和效果等；技战术智能分析，包括常规数据以及数据挖掘模型和博弈模型等；通过平板电脑应用软件进行远程展示，可以选择多个分析指标逐个细致地观察对手的技战术视频。目前国乒大数据平台有自2017年以来重要的国际比赛视频8000多场，对主要对手的800多场比赛做了精细的分析。国乒大数据平台的构建为国乒成绩的提高提供了坚实的技术保障。其次，遵纪守法是实干精神在赛场上的本质表现。在党领导的百年体育实践中，遵纪守法始终是中国体育健儿坚守的行为准则，他们用赛场上的表现既向世界展示了我们中国运动员干净良好的精神风貌，也向国际展示了我们中国作为体育大国应有的责任和担当意识。2023年开始施行新修订的《中华人民共和国体育法》，这是自1995年颁布实施后，时隔27年对该法进行的第一次全面系统的修订。其中特别增设了“反兴奋剂”、“体育仲裁”、“监督管理”等内容，这为中国体育事业法治建设提供了制度保障，加快其高质量发展。历史和实践充分证明，实干才能兴邦，“科学求实、遵纪守法”的实干精神是中国体育事业建设不可或缺的重要精神力量。

2.3. 奋斗精神：团结协作、顽强拼搏

“团结协作、顽强拼搏”所彰显出来的团结奋斗精神，是中华体育精神的深厚底蕴。这既是中华民族最鲜明的精神标识，更是激励体育工作者奋楫扬帆、不懈前行的精神动力。首先，团结协作是奋斗精神在团队项目比赛中的具象表达，在中国体育发展历程中留下了深刻印记。2024年中国乒乓球女团在决赛中遭遇日本队强力阻击，陈梦与王曼昱在双打决胜局5:9落后时连追7分实现逆转，孙颖莎、王曼昱随后在单打中顶住压力拿下关键分，最终实现奥运五连冠。团结始终是团队项目攻坚克难的关键，从东京奥运会跳水女子双人10米台决赛中，张家齐与陈芋汐以近乎同步的动作全程领先，为中国跳水梦之队守住了这块从未旁落的金牌，到中国赛艇队女子四人双桨组合在东京奥运会上夺冠并刷新世界纪录，协作更是团队项目取得优异成绩的关键。其次，顽强拼搏是中华体育精神的生动表现，是中国体育事业发展的强大驱动力。东京奥运会苏炳添为突破黄种人百米极限，每天坚持6小时高强度训练，反复打磨起跑节奏与步频，最终以9秒83大幅刷新了此前男子百米亚洲纪录，将亚洲百米极限提升至新高度，同时也成为首位闯入奥运男子百米决赛的中国运动员。他那句“只要我还跑，就不会认输”的宣言正是顽强拼搏精神的鲜活写照。对于长期忍受伤痛的运动员来说，顽强拼搏精神更是其突破身体局限的精神力量。自由式滑雪运动员徐梦桃曾因膝伤经历三次手术，在康复期间坚持坐轮椅进行力量训练，最终在北京冬

奥会上夺得女子空中技巧冠军，圆了 16 年的奥运梦。“团结协作、顽强拼搏”的奋斗精神激励着众多运动员坚持日复一日的训练，不懈努力。

3. 新时期中华体育精神在爱国主义教育中的价值

新时代赋予中华体育精神新的时代价值和历史使命，对于新时代的青年而言，在传承中创新，在守护中发扬中华体育精神是必须要扛起来的责任和使命。要让青少年群体深入学习、探究其内涵，主动将中华体育精神融入青少年爱国主义教育的具体实践，让它真正成为激励青少年爱国情怀的强大精神支撑。

3.1. 依托思想引导，唤醒爱国主义内在驱动力

爱国主义教育的核心侧重于思想层面的培育，其本质是通过引导青少年深化爱国意识，筑牢文化自信心和民族自信心，最终实现由内在的思想认同到外在行动践行的逐步拓展与延伸。当前青少年爱国主义教育依旧存在教育资源缺乏衔接性、教育方法缺乏多样性、教育内容缺乏时代性、教育载体缺乏创新性等问题，甚至部分少年出现历史认知弱化、历史虚无主义等现象[4]。中华体育精神是中国运动健儿永不言败、自强不息、为国争光的生动体现，可以为新时代青少年的爱国主义教育提供更好的学习榜样。

“为国争光”是中华体育精神的核心追求之一，运动员们在赛场上奋力拼搏，不仅仅是为了个人的荣誉，更是为了国家的尊严和荣誉，这展示了运动员们祖国至上、为国争光的赤子情怀。运动员们为国争光的鲜活事例可以让青少年意识到个人的拼搏与国家荣誉紧密相连、同频共振，奋勇争先不仅是各大赛事体育健儿的竞技目标，更是激发青少年爱国主义情怀和民族责任感的重要精神动力。青少年本身具有较强的可塑性与模仿倾向，当有了更加鲜活具体的形象作为榜样参照时，他们会更容易具象化地去理解爱国主义精神，也更容易被榜样的特质所感染，进而主动跟随学习、践行榜样行为。

3.2. 塑造坚定信念，夯实爱国主义教育精神底蕴

坚定爱国主义理想信念是青少年爱国主义教育的核心任务和关键环节，是新时代爱国主义教育体系的重要组成部分[5]。中华体育精神是中国体育事业在长期实践中凝练而成的，它所蕴含的理想信念与青少年世界观、人生观、价值观培育高度契合，它所承载的精神特质能够为青少年爱国主义情怀的培育注入鲜活且具体的内容素材。但是如何依托中华体育精神，教育、引导并充实青少年的理想信念，进而提升其爱国主义认知水平，是当前教育工作者和体育工作者需要共同面对的重要课题。中华体育精神不是空洞的精神概念，它需要依托真实的体育实践、深厚的体育发展历史和鲜活的体育榜样作为支撑，这样才能确保其在爱国主义教育中发挥正向且持久的引导作用。缺乏具体实践和精神滋养的爱国主义教育容易显得空泛，这样的爱国主义教育对于青少年来说不过是理论的灌输，效果往往是事倍功半的。通过学习运动员将职业坚守与国家荣誉融入每一次训练与比赛，让抽象的概念转化为可感知、可践行的行为范式。青少年们也可以从这些具体的体育事迹中更为直观地感受到个人成长和国家荣誉的紧密联结，在一次次社会实践中夯实理想信念，让这种精神力量深深融入青少年的理性信念之中，激励青少年将个人追求与国家发展相结合，树立起兼具坚定信念与行动自觉的正确爱国观念。

3.3. 强化担当，提升爱国主义教育的责任使命

“广大青年要怀抱梦想又脚踏实地，敢想敢为又善作善成，立志做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年”[6]。青年是祖国的未来和民族的希望，但是高速发展经济的背后是多元文化的冲击，日新月异的新媒体时代对青少年的生活方式、学习方式以及个人认知造成重大影响。部分青年中存在“佛系躺平”、“畏难避责”等现象，本质上是奋斗精神的弱化，而中华体育精神是中国体育工作者在长期实践中积累而形成的，它能够快速跨越地域、阶级差异引起青少年的精神共鸣。运动员们在赛场上为了国

家荣誉选择必须扛住、绝不放弃的精神，让青年们明白担当就是摔倒后重新站起的坚韧，是团队落后时主动补位的意识，是规则面前坚守底线的自觉。这种从体育运动中淬炼出来的担当品质，能有效对冲青少年群体中的消极心态，将“佛系躺平”转化为“敢想敢为”，将“畏难避责”转化为“敢担当”，成长为敢扛事、能干事的时代新人。中华体育精神激励着一代又一代青年汲取中国体育正能量，为实现中华民族伟大复兴的中国梦凝心聚力、蓄能赋力，提供强大精神动能[7]。

4. 中华体育精神融入青少年爱国主义教育的实施路径

4.1. 聚焦课堂主阵地，将中华体育精神融入爱国主义教育“第一课堂”

2020年9月，国家体育总局和教育部出台《关于深化体教融合 促进青少年健康发展的意见》强调要深化具有中国特色的体教融合发展[8]。学校在将中华体育精神融入到青少年爱国主义教育中也要注重体教融合的理念，要努力培育出既具备爱国主义情怀又具备理论深度的高素质高标准人才，实现从“育体”到“育德”、“育魂”延伸，实现“五育融合”。课堂教学是爱国主义教育的主要阵地，对于完成青少年的爱国主义情怀培育具有非常重要的影响。在课堂教学中实现中华体育精神的爱国主义教育价值，首先就要创新教学融合方式，第一时间吸引青少年的注意力。教师本人必须具备丰富的知识储备，对中华体育精神有深刻的理解，这样才能够在思政课堂上有效运用具体实例完成教学，也可以将书本搬出课堂，带领学生到体育馆参观学习。另外还有一点就是要积极了解体育赛事，可以从中选取部分具有爱国主义性质的视频作为教学素材，更为直观明显地让学生们感受运动员们的爱国主义情怀。在课程体系构建方面，应将中华体育精神系统纳入中小学思政课程和高中体育与健康课程的教学大纲，明确各学段的教学目标与内容梯度。例如，小学阶段可通过《体育颂》绘本阅读、奥运冠军卡通形象讲解等形式，以趣味化方式渗透“为国争光”的初步认知；初中阶段可结合体育历史知识点，分析乒乓球、跳水等优势项目的发展历程与民族精神的关联；高中阶段则可开展“体育精神与国家发展”主题研讨，引导学生结合苏炳添突破百米极限、中国女足逆转夺冠等案例，深入探讨个人奋斗与国家荣誉的辩证关系。

其次，在教学过程中可以改变传统的教学场地，将教学与实践相结合，可以带领青少年多参加一些具有探索意义的活动并启发引导他们去思考中华体育精神的内涵，更好地理解中华体育精神，增强爱国主义教育的效果。例如老师们可以将排球运动作为课堂讨论话题，开展以“团结协作、顽强拼搏”为主题的排球竞赛，可以利用体育课或者校运动会期间以班级为单位进行排球比赛。在比赛开始前可以组织学生观看《夺冠》电影，感受中巴排球大战的紧张氛围，激发学生的比赛热情，同时调动学生的爱国情怀。比赛结束后可对获胜班级进行表扬，也可以让同学们分享观看电影和参加比赛的心得体会，身临其境去感受中国排球运动员们的爱国情怀。相比于传统的课堂教学，这种启发引导式的教学方式更加吸引青少年的注意，学生在观看电影和参与比赛的过程中可以更好地感受中华体育精神，激发爱国热情。在教学方法创新上，可采用“案例探究 + 任务驱动”的双轨模式。教师可选取具有典型性的体育案例引导学生分组分析案例中体现的“顽强拼搏”、“无私奉献”等精神特质，并结合自身学习生活提出践行方案。同时，可引入数字化教学工具，如利用VR技术还原北京冬奥会开幕式的冰雪运动场景，让学生在沉浸式体验中感受体育盛会背后的国家实力与民族凝聚力，强化爱国主义情感的具象化认知。此外，还应加强师资队伍专项培训，通过组织思政教师与体育教师联合教研、开展“中华体育精神进校园”专题活动，提升教师将体育元素与爱国主义教育有机融合的教学能力。

4.2. 完善校园文化设施，将中华体育精神融入校园文化活动“第二课堂”

校园文化设施是学校开展爱国主义教育的“第二课堂”载体，在弘扬中华体育精神的过程中要不断完善校园文化设施以便取得理想的教育效果。重点挖掘校园文化中具备育人价值的各类教育载体，将中

华体育精神潜移默化地融入校园文化活动,是充实校园文化爱国主义内涵的重要方式。例如,可以在校内的文化墙、文化长廊等比较醒目的地点做好优秀运动员事迹宣传;也可以鼓励学生参加相应的社团,利用社团和学校团委开展体育赛事和优秀运动员事迹宣讲。同时也可以邀请运动员来校宣讲,凸显榜样的力量,营造更好的校园氛围。每一个运动员都是在场下经历了数百场甚至千场比赛和训练才有了今天的成就,他们本身就是中华体育精神的生动写照,宣传体育明星可以有效弘扬中华体育精神,激励青少年向优秀的运动员学习,激发其爱国主义情怀。例如神枪手组合黄雨婷、盛李豪、“中国飞鱼”潘展乐、“跳水精灵”全红婵和“超级全满贯”乒乓球运动员樊振东等都是中华体育精神的实践者。正是这些为了国家荣誉在赛场上拼尽全力的运动员们用一次次胜利撑起了我国体育事业,在竞技的同时也向世人展示了我们中华体育精神。以国之名,奋楫争先时,他们争的不仅仅是个人荣誉,更是国家荣誉。一个人只有把个人的梦想和国家的梦想结合起来,才能真正感受到梦想带给个人的坚韧而厚重的推力。在青少年爱国主义教育中融入这些优秀运动员的真实事例,可以以榜样的力量让青少年们更加立体、真实地感受到爱国情怀。

4.3. 打造云端新阵地,将中华体育精神融入爱国主义教育的“云端课堂”

时代在变化,单纯依靠传统的宣传方式效果不理想,现阶段,网络教育同样也是落实青少年爱国主义教育的核心抓手和重要场域。作为在信息化时代浪潮中成长起来的青少年,更热衷于现代传媒,因此学校可以利用抖音、快手、微博等学生们喜闻乐见的方式宣传中华体育精神。学校也可以在“学习强国”等软件上开设线上课程,设置中华体育精神学习专栏,整合区域资源,为青少年营造良好的校园网络环境。虽然有线上课程方便学生随时学习,但是线下的活动来得更为直接。学校可以趁奥运会期间或者其他重大体育赛事期间举行征文活动,呼吁全校师生共同参与。创新网络宣传作品的形式也是必不可少的,学校可以结合中华体育精神的内涵,创作出学生们感兴趣的线上讲座、主题推文、短视频、动漫等育人作品,比如运动主题动画《乒乓旋风》《我们的冬奥》等优秀作品,这种更加贴近青少年学习和生活的方式更符合青少年的信息接收习惯。有效将中华体育精神融入到青少年爱国主义教育,不断提升网络作品的质量,扩大以中华体育精神为核心的网络爱国主义教育的影响力,致力于打造高质量的“云端课堂”。

5. 结语

中华体育精神是中国体育事业发展的高度总结,是百年奋斗的中国真实的写照,具有深远的历史意义和时代价值,对新时代的青少年具有深远的影响。当代青少年既是实现第一个百年奋斗目标的经历者、见证者,更是实现第二个百年奋斗目标、建设社会主义现代化强国的生力军,肩负着实现中华民族伟大复兴中国梦的时代重任[9],有必要去了解中国的体育发展史、弘扬中华体育精神。爱国主义教育 is 思想政治教育中非常重要的环节,青少年是中国的未来和中华民族的希望,多方面挖掘中华体育精神的时代价值,将中华体育精神深植青少年心中,使其学习运动员们的爱国情怀,成为建设新时代中国的高素质爱国主义青年。

参考文献

- [1] 中国人大网. 习近平会见全国体育先进单位和先进个人代表等时强调发展体育运动增强人民体质促进群众体育和竞技体育全面发展[EB/OL]. 2013-09-01.
http://www.npc.gov.cn/zgrdw/npc/xinwen/sywxw/2013-09/01/content_1805148.htm, 2025-10-16.
- [2] 中共中央国务院印发新时代爱国主义教育实施纲要[J]. 思想政治工作研究, 2019(12): 8-13.
- [3] 在北京大学师生座谈会上的讲话[N]. 人民日报, 2018-05-03(002).
- [4] 徐格非. 青年学生爱国主义教育的现状及路径研究[J]. 大学, 2025(4): 115-118.

- [5] 王晨, 冯秀军. 新时代爱国主义教育的着力点[J]. 北京教育(德育), 2025(9): 18-23.
- [6] 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——在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告[N]. 人民日报, 2022-10-26(1).
- [7] 李晓峰, 宋怡, 何星妍. 中华体育精神对高校大学生培育的价值探究[J]. 淮南师范学院学报, 2025, 27(4): 107-112.
- [8] 国家体育总局, 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]. 2020-09-21.
http://www.gov.cn/xinwen/2020-09/21/content_5545376.htm, 2025-10-16.
- [9] 中共中央关于党的百年奋斗重大成就和历史经验的决议——2021年11月11日中国共产党第十九届中央委员会第六次全体会议通过[N]. 人民日报, 2021-11-17(001).