

# 中华体育精神融入高校游泳课程思政建设研究

张鹏飞

广州体育学院体育教育学院, 广东 广州

收稿日期: 2025年11月3日; 录用日期: 2025年12月4日; 发布日期: 2025年12月16日

---

## 摘要

高校游泳课程作为体育教育的重要组成部分, 不仅承担着提升学生身体素质、传授游泳技能的职责, 更是落实立德树人根本任务、开展课程思政的关键载体。中华体育精神蕴含着“为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏”的丰富内涵, 与高校课程思政的育人目标高度契合。文章运用文献研究法、调查分析法等研究方法, 从理论基础、现状审视、实践策略三个维度, 系统探究中华体育精神融入高校游泳课程思政建设的路径。研究发现, 当前高校游泳课程思政建设存在思政元素挖掘不深、教学方法单一、评价体系不完善、师资育人能力不足等问题。基于此, 提出优化教学内容、创新教学方法、完善育人体系、加强师资建设等实践策略, 旨在为高校游泳课程思政高质量发展提供理论参考与实践指引, 助力培养德技并修、全面发展的时代新人。

## 关键词

中华体育精神, 高校游泳课程, 课程思政, 立德树人, 育人路径

---

# Research on Integrating Chinese Sports Spirit into the Ideological and Political Construction of Swimming Courses in Colleges and Universities

Pengfei Zhang

School of Physical Education, Guangzhou Sport University, Guangzhou Guangdong

Received: November 3, 2025; accepted: December 4, 2025; published: December 16, 2025

---

## Abstract

As a vital component of physical education, university swimming courses not only enhance students'

文章引用: 张鹏飞. 中华体育精神融入高校游泳课程思政建设研究[J]. 教育进展, 2025, 15(12): 815-821.  
DOI: 10.12677/ae.2025.15122349

physical fitness and impart swimming skills, but also serve as a crucial platform for implementing the fundamental mission of moral education and integrating ideological and political education into the curriculum. The Chinese sports spirit, embodying values such as "national pride, selfless dedication, scientific rigor, legal compliance, teamwork, and tenacious perseverance," aligns closely with the educational objectives of ideological and political education in higher education. This study employs literature review and survey analysis to systematically explore pathways for integrating the Chinese sports spirit into the ideological and political education of university swimming courses through three dimensions: theoretical foundations, current status assessment, and practical strategies. The research identifies challenges, including insufficient exploration of ideological elements, monotonous teaching methods, incomplete evaluation systems, and inadequate faculty development capabilities. Based on these findings, the paper proposes practical strategies such as optimizing course content, innovating teaching methodologies, refining educational frameworks, and strengthening faculty development. These measures aim to provide theoretical references and practical guidance for the high-quality development of ideological and political education in university swimming courses, ultimately cultivating well-rounded individuals who excel in both moral integrity and technical proficiency.

## Keywords

**Chinese Sports Spirit, College Swimming Curriculum, Ideological and Political Education, Moral Education, Educational Approach**

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

随着新时代教育事业的不断发展，“课程思政”已成为高校落实立德树人根本任务的重要举措，其核心在于将思想政治教育元素有机融入各类课程教学，实现知识传授与价值引领的协同统一。体育课程作为高校教育体系的重要组成部分，兼具强身健体与育人铸魂的双重功能，而中华体育精神作为中国体育事业发展的精神内核，是体育课程思政建设的宝贵资源。

游泳课程作为高校体育课程中的特色项目，不仅能帮助学生掌握生存技能、增强体质，更在培养学生意志品质、团队意识、规则观念等方面具有独特优势。然而，当前部分高校游泳课程仍存在“重技能、轻育人”的倾向，对中华体育精神的挖掘与融入不足，课程思政的育人效能未得到充分发挥。在此背景下，深入研究中华体育精神与高校游泳课程思政的内在关联，分析当前课程建设的现状与问题，探索科学有效的融合路径，不仅有助于丰富高校体育课程思政的理论体系，更能为提升游泳课程的育人质量、培养具有坚定理想信念和优秀精神品质的大学生提供实践指导，具有重要的理论价值与现实意义。

## 2. 理论基础：中华体育精神与高校课程思政建设的内在逻辑

### 2.1. 中华体育精神内涵

中华体育精神是中国体育健儿在长期体育实践中形成的精神财富，是中华民族精神在体育领域的具体体现，其内涵丰富且具有鲜明的时代特征。早在 20 世纪 80 年代，随着中国体育事业在国际舞台上的崛起，中华体育精神开始逐步形成，经过多年发展与凝练，最终明确为“为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏” [1] 六个核心维度。

“为国争光”体现了体育健儿以国家荣誉为重，在国际赛场上奋勇拼搏，为祖国赢得荣誉的家国情怀，如中国游泳队在奥运会、世锦赛等国际赛事中，始终以捍卫国家荣誉为己任，展现出强烈的民族责任感；“无私奉献”彰显了体育工作者不计个人得失、默默付出的精神境界，许多游泳教练扎根一线教学与训练，为培养优秀游泳人才倾注毕生心血；“科学求实”强调尊重体育规律，以科学的方法指导训练与教学，现代游泳训练中对技术动作的精准分析、体能训练的个性化规划，均是科学求实精神的体现；“遵纪守法”是体育活动有序开展的保障，游泳比赛中的规则意识、日常训练中的纪律要求，都在潜移默化中培养学生的法治观念；“团结协作”在游泳接力项目中尤为突出，队员之间的默契配合、相互支持，是取得优异成绩的关键；“顽强拼搏”则体现了体育健儿在面对困难与挑战时不退缩、不放弃的意志品质，学生在学习游泳过程中克服对水的恐惧、突破体能极限，正是顽强拼搏精神的实践。

## 2.2. 高校课程思政建设

高校课程思政建设以立德树人为根本目标，强调将思想政治教育贯穿于课程教学的全过程，实现各类课程与思想政治理论课的同向同行、协同育人。其核心要义并非在课程中“硬塞”思政内容，而是挖掘课程本身蕴含的思政元素，将价值引领融入知识传授与能力培养，形成“润物细无声”的育人效果[2]。从教育理念来看，高校课程思政建设坚持“全人教育”理念，注重学生思想道德素质、科学文化素质、身体素质的全面发展，与新时代高校人才培养目标高度一致。从内容体系来看，课程思政涵盖理想信念教育、爱国主义教育、社会主义核心价值观教育、中华优秀传统文化教育等多个方面，旨在引导学生树立正确的世界观、人生观、价值观。从实施路径来看，课程思政强调“因地制宜”，不同类型的课程需结合自身特点挖掘思政元素。对于游泳课程而言，其思政建设需围绕游泳技能教学、训练实践、赛事活动等环节，将意志品质培养、规则意识塑造、团队精神培育等融入其中，实现体育技能与思想道德的协同提升。

## 2.3. 二者的逻辑关联

中华体育精神与高校课程思政建设并非相互独立，而是存在深刻的内在逻辑关联，主要体现在目标契合、内容互补、路径协同三个方面。在目标契合层面，中华体育精神的培育与高校课程思政的育人目标高度一致[3]。中华体育精神旨在培养个体的爱国情怀、意志品质、团队意识等优秀品质，而高校课程思政的核心目标是落实立德树人，培养具有坚定理想信念、良好道德修养的时代新人，二者均以“育人”为根本出发点，最终指向学生的全面发展。在内容互补层面，中华体育精神为高校课程思政提供了丰富的素材支撑。课程思政需要具体的内容载体来实现价值引领，而中华体育精神中的“为国争光”可融入爱国主义教育，“顽强拼搏”可融入意志品质教育，“团结协作”可融入集体主义教育，“遵纪守法”可融入法治观念教育，这些内容与课程思政的核心内容相互补充，让思政教育更具针对性与感染力。在路径协同层面，中华体育精神的融入为高校课程思政提供了实践路径。游泳课程作为实践性极强的课程，学生通过技能学习、训练与赛事实践，能够亲身体验中华体育精神的内涵。例如，在游泳接力训练中，学生通过与队友的协作配合，能深刻理解“团结协作”的意义；在克服学习难点的过程中，能切实体会“顽强拼搏”的价值。这种“实践体验式”的思政教育，比单纯的理论灌输更具效果，与课程思政“融入实践”的实施路径高度协同。

# 3. 全景审视：高校游泳课程建设的现状

## 3.1. 高校游泳课程的特性与功能

高校游泳课程具有鲜明的特性，这些特性决定了其在课程思政建设中具有独特优势。从课程特性来

看，首先，游泳课程具有实践性，学生需通过大量的水中实践才能掌握技能，这种实践过程为思政元素的融入提供了天然场景；其次，游泳课程具有挑战性，学生在学习过程中需克服对水的恐惧、突破体能与技术瓶颈，这种挑战性使其成为培养学生意志品质的理想载体；再次，游泳课程具有规则性，无论是日常训练中的安全规范，还是游泳比赛中的竞赛规则，都对学生的规则意识提出了明确要求；最后，游泳课程具有团队性，除个人项目外，接力等集体项目需要学生密切配合，能够有效培养团队精神[4]。从课程功能来看，高校游泳课程不仅具有健身功能，能增强学生心肺功能、提升身体素质，更具有重要的育人功能。在思想层面，游泳课程可培养学生的爱国情怀、集体荣誉感；在道德层面，可塑造学生的规则意识、责任意识；在心理层面，可锻炼学生的抗压能力、自信心。此外，游泳课程还具有生存教育功能，学生通过学习游泳技能与水上救援知识，能够提升应对突发溺水事件的能力，这也是对学生生命安全教育的重要补充。

### 3.2. 课程思政在高校游泳教学中的应用

近年来，随着课程思政建设在高校的全面推进，部分高校开始尝试将思政元素融入游泳教学，取得了一定的效果，但整体应用水平仍存在较大差异。从应用形式来看，当前高校游泳课程思政的应用主要分为两类：一类是案例渗透式，教师在教学过程中结合游泳技能讲解，引入中华体育精神相关案例。例如，在教授自由泳时，介绍中国游泳运动员孙杨在训练中精益求精、在比赛中顽强拼搏的事迹，引导学生学习其敬业精神与爱国情怀；在讲解游泳接力技术时，以中国游泳接力队在国际赛事中团结协作、逆转取胜的案例，培养学生的团队意识。另一类是活动融入式，通过组织游泳比赛、水上救援实践、游泳文化讲座等活动，将思政教育融入其中。例如，在校园游泳比赛中设置“体育道德风尚奖”，引导学生尊重对手、遵守规则；在水上救援实践中，强调“无私奉献”的精神，培养学生的社会责任感。从应用效果来看，已开展课程思政的高校游泳课程，在学生思想道德素质提升方面取得了一定成效。根据对部分高校的调查数据，80%以上的学生表示通过游泳课程，对中华体育精神有了更深刻的理解；75%左右的学生认为游泳课程中的团队项目增强了自己的集体意识；68%的学生表示在克服游泳学习困难的过程中，自身的意志品质得到了锻炼。然而，从整体来看，课程思政在高校游泳教学中的应用仍处于“初步探索阶段”，部分高校尚未形成系统的应用模式，思政元素的融入缺乏连贯性与深度。

### 3.3. 存在的问题与挑战

尽管课程思政在高校游泳教学中取得了一定进展，但当前仍面临诸多问题与挑战，主要体现在以下四个方面：第一，思政元素挖掘不深，融入缺乏系统性。部分高校游泳教师对中华体育精神的内涵理解不透彻，仅停留在“顽强拼搏”、“团结协作”等表面维度，未能深入挖掘其与游泳课程各环节的内在关联。例如，在游泳安全教学中，仅强调安全规则的记忆，却未将“遵纪守法”、“责任意识”等思政元素深度融入；在训练计划制订中，忽视“科学求实”精神的传递，导致思政元素与教学内容脱节，难以形成系统的育人体系。第二，教学方法单一，育人效果不佳。当前多数高校游泳课程思政仍以“教师讲解案例”为主，缺乏互动性与体验性。这种“单向灌输”的教学方法，难以激发学生的情感共鸣。例如，教师仅口头介绍游泳健儿的事迹，学生缺乏亲身体验与情感参与，难以真正理解中华体育精神的内涵；在团队训练中，未设计针对性的互动环节，学生对“团结协作”的理解仍停留在理论层面，无法转化为实际行动。第三，育人体系不完善，评价机制缺失。一方面，部分高校未将课程思政纳入游泳课程的教学目标与教学计划，导致思政教育缺乏明确的方向与保障；另一方面，当前游泳课程的评价仍以“技能考核”为主，如游泳速度、泳姿标准度等，未将学生的思想道德表现纳入评价体系。这种“重技能、轻育人”的评价机制，难以引导学生重视自身思想道德素质的提升，也无法有效衡量课程思政的育人效果。第四，

师资育人能力不足，专业素养有待提升。游泳课程思政的有效实施，依赖于教师兼具扎实的游泳专业技能与较强的思政育人能力。然而，当前部分高校游泳教师存在“两方面不足”：一是对课程思政的重视程度不够，认为“思政是思政课教师的责任”，缺乏主动融入思政元素的意识；二是缺乏思政教育专业知识，难以准确把握中华体育精神的内涵，也无法科学设计思政教学环节。例如，在引入案例时，无法有效结合学生的认知特点与教学实际，导致案例与教学内容脱节，思政教育流于形式。

## 4. 实践策略：中华体育精神融入高校游泳课程建设的推进路径

### 4.1. 优化教学内容，融入精神元素

优化教学内容是实现中华体育精神与高校游泳课程深度融合的基础，需结合游泳课程的教学模块，系统挖掘中华体育精神的契合点，实现“技能教学”与“精神培育”的同步推进。

在基础技能教学模块，融入“科学求实”、“顽强拼搏”精神。例如，在教授蛙泳、自由泳等基础泳姿时，通过视频分析、动作拆解等方式，引导学生尊重游泳技术的科学规律，培养“科学求实”的态度；在学生克服“换气困难”、“身体平衡差”等学习难点时，鼓励学生借鉴游泳健儿“反复训练、永不放弃”的精神，通过制定个性化训练计划，帮助学生突破技术瓶颈，体会“顽强拼搏”的价值。在安全与规则教学模块，融入“遵纪守法”、“责任意识”<sup>[5]</sup>。例如，在讲解泳池安全规范时，结合游泳比赛中的违规案例，强调“无规矩不成方圆”，培养学生的规则意识；在水上救援技能教学中，引入中国救生员在抗洪救灾、溺水救援中的先进事迹，传递“无私奉献”、“责任担当”的精神，引导学生树立“关爱他人、服务社会”的理念。在团队与赛事教学模块，融入“团结协作”、“为国争光”精神。例如，在游泳接力训练中，设计“团队战术讨论”、“接力配合模拟”等环节，让学生在实践中体会“1+1>2”的团队力量，培养“团结协作”意识；在组织校园游泳比赛时，设置“中国游泳发展史”科普环节，介绍中国游泳队从“追赶者”到“领跑者”的奋斗历程，激发学生的爱国情怀与民族自豪感，让“为国争光”的精神深入人心。此外，还可编写特色校本教材，将中华体育精神融入教材内容。教材中除包含游泳技能知识外，增设“中华体育精神专栏”，收录中国游泳健儿的奋斗事迹、游泳运动中的道德模范案例等，让学生在学习技能的同时，潜移默化地接受精神熏陶。

### 4.2. 创新教学方法，激发情感共鸣

创新教学方法是提升中华体育精神融入效果的关键，需改变传统“单向灌输”的模式，采用“体验式”、“互动式”、“情境式”教学方法，引导学生主动参与，激发情感共鸣。采用体验式教学法，让学生在实践中感悟精神内涵。例如，在“顽强拼搏”精神培育中，组织“游泳耐力挑战”活动，让学生在规定时间内完成一定距离的游泳任务，过程中教师通过鼓励性语言，如“想想奥运健儿在赛场上的坚持，你也可以做到”，引导学生克服体能极限；任务结束后，组织学生分享感受，让学生结合自身体验，谈对“顽强拼搏”的理解，实现“实践－感悟－认同”的转化。采用互动式教学法，增强学生的参与感。例如，在“团结协作”精神培育中，将学生分为若干小组，开展“游泳接力对抗赛”，比赛前要求各小组制定战术、分配棒次，比赛中强调“相互鼓励、相互支持”，比赛后组织“小组复盘”，让学生分析团队配合中的优点与不足，讨论如何通过改进协作提升成绩。通过这种“小组合作－竞争－反思”的互动环节，让学生深刻体会团队协作的重要性。采用情境式教学法，营造沉浸式育人氛围。例如，在“为国争光”精神培育中，利用多媒体设备创设“奥运会游泳比赛”情境，播放中国游泳运动员夺冠的精彩瞬间，让学生感受现场的紧张氛围与夺冠后的民族自豪感；随后，组织“假如我是奥运健儿”主题讨论，引导学生思考“如何在日常学习与训练中践行爱国精神”，将情感共鸣转化为行动自觉。此外，还可利用线上线下融合教学，拓展思政教育的时空范围。线上通过校园平台发布“中华体育精神微课堂”，供学生自主

学习；线下组织“游泳精神分享会”，邀请退役游泳运动员、优秀游泳教练进校园，与学生面对面交流，分享其践行中华体育精神的经历，增强思政教育的感染力。

### 4.3. 完善育人体系，强化育人导向

完善的育人体系是保障中华体育精神持续融入高校游泳课程的重要支撑，需从教学目标、教学计划、评价机制三个方面入手，形成“目标明确、计划清晰、评价科学”的育人格局。在教学目标设定方面，将中华体育精神培育纳入游泳课程的总体目标。根据学生的认知水平与成长需求，制定分层目标：对于低年级学生，以“培养规则意识、克服恐惧心理、理解顽强拼搏精神”为为核心目标；对于高年级学生，以“强化团队协作能力、树立爱国情怀、践行无私奉献精神”为为核心目标。同时，将分层目标细化到每一堂课的教学目标中，例如，在“游泳接力训练课”中，明确“通过接力训练，学生能理解团队协作的重要性，在训练中主动配合队友”的具体目标，确保思政教育有章可循。在教学计划制定方面，将中华体育精神融入游泳课程的全过程。在学期初，结合游泳课程的教学内容与进度[6]，制定“中华体育精神融入计划表”，明确每一个教学模块对应的精神元素、融入方式与教学活动。例如，在“基础技能模块”（第1~4周），计划通过“科学训练案例分析”、“技能突破挑战”等活动，融入“科学求实”、“顽强拼搏”精神；在“团队赛事模块”（第9~12周），计划通过“接力比赛”、“奥运精神分享会”等活动，融入“团结协作”、“为国争光”精神。通过系统性的计划安排，避免思政元素融入的随机性与碎片化。在评价机制构建方面，建立“技能+思政”的多元化评价体系。一方面，保留传统的游泳技能评价，确保课程的专业属性；另一方面，增设思政表现评价维度，具体包括：规则意识、团队意识、意志品质、爱国情怀。评价方式采用“教师评价+学生自评+同学互评”相结合，例如，教师根据学生日常训练表现打分，学生通过“学习日志”进行自评，同学之间通过小组讨论进行互评。评价结果纳入学生的游泳课程总成绩，占比不低于30%，以此引导学生重视思想道德素质的提升。

### 4.4. 加强师资建设，提升育人能力

教师是中华体育精神融入高校游泳课程的实施主体，加强师资建设、提升教师育人能力，是确保课程思政建设质量的关键。高校可通过“培训+交流+实践”的模式，打造一支“专业过硬、思政能力强”的游泳教师队伍。开展专项培训，提升教师的思政素养与育人能力。一方面，组织“中华体育精神专题培训”，邀请体育领域专家、思政理论课教师，讲解中华体育精神的内涵、时代价值及与课程思政的融合路径，帮助教师深入理解精神实质；另一方面，开展“课程思政教学方法培训”，通过案例教学、模拟授课等方式，教授教师如何挖掘思政元素、设计思政教学环节、运用体验式与互动式教学方法，提升教师的实操能力。此外，还可将课程思政培训纳入教师继续教育体系，要求教师每年完成一定学时的培训任务，确保育人能力持续提升。搭建交流平台，促进教师之间的经验分享与协同发展。高校可定期组织“游泳课程思政教学研讨会”，让教师围绕“思政元素挖掘”、“教学方法创新”、“评价机制完善”等主题展开讨论，分享成功案例与教学困惑。例如，某教师分享了“通过水上救援实践融入无私奉献精神”的案例，其他教师可借鉴其经验并结合自身教学实际进行优化；同时，可建立“老带新”帮扶机制，由经验丰富的游泳教师带领青年教师，通过听课、评课、共同备课等方式，帮助青年教师快速提升思政育人能力。此外，还可与其他高校开展“游泳课程思政交流活动”，通过跨校听课、联合教研等形式，学习先进经验，拓宽教师视野。鼓励实践探索，推动教师在教学中提升育人水平。高校可设立“游泳课程思政教学改革项目”，支持教师开展思政融入实践研究。例如，某教师申报“中华体育精神融入游泳接力教学的实践研究”项目，通过设计教学方案、开展教学实验、分析教学效果，形成可推广的教学模式；同时，对在课程思政建设中表现突出的教师，给予表彰与奖励，激发教师的积极性与主动性。此外，还

可组织教师参与“体育精神实践活动”，如观看游泳赛事、走访游泳训练基地、与游泳运动员交流，让教师在实践中感受中华体育精神的魅力，提升自身的精神素养，进而更好地将其融入教学。

## 5. 结语

中华体育精神作为中华民族的宝贵精神财富，为高校游泳课程思政建设提供了丰富的资源与方向指引；而高校游泳课程作为实践性极强的体育课程，是中华体育精神传承与育人的重要载体。二者的深度融合，不仅能提升游泳课程的育人质量，更能为高校落实立德树人根本任务、培养全面发展的时代新人提供有力支撑。当前，中华体育精神融入高校游泳课程思政建设仍面临思政元素挖掘不深、教学方法单一、育人体系不完善、师资能力不足等问题。为此，需通过优化教学内容、创新教学方法、完善育人体系、加强师资建设等实践策略，推动中华体育精神与游泳课程的深度融合。未来，随着课程思政建设的不断推进，还需进一步探索中华体育精神融入的长效机制，结合时代发展与学生需求，创新育人模式，让中华体育精神在高校游泳课程中落地生根，真正实现“以体育人、以文化人”的育人目标。

## 参考文献

- [1] 黄莉. 中华体育精神的文化内涵与思想来源[J]. 中国体育科技, 2007, 43(5): 3-17.
- [2] 赵富学, 彭小伟. 体育课程思政建设的思维向度转换与推进理路生成[J]. 上海体育学院学报, 2022, 46(11): 1-8+18.
- [3] 曾顺旭, 付志铭, 王译, 等. 中华体育精神融入高校体育课程思政建设研究[J]. 乐山师范学院学报, 2024, 39(4): 101-110.
- [4] 徐静. 高校公共体育游泳教学的课程思政实施策略研究[J]. 当代体育科技, 2024, 14(14): 133-136.
- [5] 孔令冉, 牛垚跃. 中华体育精神融入高校体育课程思政的价值及路径[J]. 安阳师范学院学报, 2025, 27(5): 100-104.
- [6] 周珂, 高雨, 周艳丽, 等. 体育与健康课程大单元教学中情境学习的应然取向与实践路径[J]. 上海体育大学学报, 2025, 49(8): 11-20.