

# “女排精神”融入农村中学体育课程思政的价值与路径

肖斌

陕西理工大学体育学院, 陕西 汉中

收稿日期: 2026年3月20日; 录用日期: 2026年4月21日; 发布日期: 2026年4月29日

## 摘要

本文采用文献资料法、逻辑分析法等, 立足于课程思政建设与乡村振兴战略背景, 探讨如何将“女排精神”, 润物细无声地融入农村中学体育课程思政体系。本研究提炼“女排精神”所蕴含的祖国至上、顽强拼搏、团结协作、永不言败等思政元素, 针对农村中学实际情况, 从教学目标设定、教学内容设计、构建多元化评价体系、开发乡土校本特色教材等多方面、多维度, 探讨“女排精神”融入农村中学体育课程的具体路径, 旨在为增强学生体质、锤炼意志、健全人格, 切实提升农村中学体育课程育人实效、落实立德树人根本任务提供参考。

## 关键词

女排精神, 农村中学, 体育课程, 课程思政, 路径研究

## A Study on the Path of Integrating the “Spirit of Chinese Women’s Volleyball” into Ideological and Political Education in Rural Middle School Physical Education Curriculum

Bin Xiao

School of Physical Education, Shaanxi University of Technology, Hanzhong Shaanxi

## Abstract

As an outstanding representative of Chinese sports spirit, the “Women’s Volleyball Spirit” has connotations far beyond the scope of sports competition and profound educational value. Adopting methods such as literature review and historical research, this paper, based on the background of ideological and political education integrated into the curriculum construction and rural revitalization strategy, explores how to subtly integrate the “Women’s Volleyball Spirit”, a model of Chinese sports spirit, into the ideological and political education system of physical education courses in rural middle schools. This study extracts the ideological and political elements contained in the “Women’s Volleyball Spirit”, such as patriotism, collectivism, tenacious struggle, unity and cooperation, and perseverance. In light of the actual situation of rural middle schools, it discusses the specific paths of integrating the “Women’s Volleyball Spirit” into physical education courses in rural middle schools from multiple aspects and dimensions, including the formulation of teaching objectives, the design of teaching content, the innovation of teaching methods, and the construction of teaching evaluation. The purpose is to provide references for enhancing students’ physical fitness, tempering their will, improving their personality, effectively improving the educational effect of physical education courses in rural middle schools, and implementing the fundamental task of moral education.

## Keywords

Women’s Volleyball Spirit, Rural Middle Schools, Curriculum of Physical Education, Ideological and Political Education Integrated into the Curriculum, Path Research

Copyright © 2026 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

课程思政是落实立德树人根本任务的关键环节。它要求所有课程在传授专业知识的同时，发挥好育人功能。通过与思想政治理论课相互配合、同向同行。“女排精神”作为中国体育精神和社会主义核心价值观在体育领域的生动体现，其丰富的内涵与课程思政的核心要求高度契合[1]。农村中学是教育体系的重要阵地，其学生群体的成长关乎乡村未来和振兴。本研究将“女排精神”融入农村中学体育课程思政，不仅能解决农村体育教学可能存在的“重技能、轻育人”倾向，更能以具体化的精神榜样，引导中学生塑造健全人格、厚植家国情怀、提高身体素质、锤炼意志品质，这对于促进农村中学生全面发展、服务乡村振兴具有独特而重要的价值意义。

## 2. “女排精神”价值内涵

广大人民群众对中国女排的喜爱，不仅是因为你们夺得了冠军，更重要的是你们在赛场上展现了祖国至上、团结协作、顽强拼搏、永不言败的精神面貌。女排精神代表着一个时代的精神，喊出了为中华崛起而拼搏的时代最强音[2]。女排精神早已超越体育本身，是自强不息、砥砺奋进的时代精神，激励我们直面困难、勇毅前行，具有深厚的精神价值与时代意义。

### 3. “女排精神”融入农村中学体育课程思政的价值

#### 3.1. 引领价值

女排精神蕴含的爱国主义、顽强拼搏精神等价值观念，与社会主义核心价值观高度一致。将其融入农村中学体育课程，能为学生提供正确的价值导向，帮助他们树立正确的人生观、价值观和世界观。

#### 3.2. 凝聚价值

农村部分学生以自我为中心，集体意识较为淡薄，容易感情用事。排球是集体项目，可以引导学生在训练和比赛中，理解个人与集体的关系，培养学生学会团结协作和互相包容，弥补农村地区部分学生集体活动不足的短板。

#### 3.3. 抗压价值

农村中学生可能会面临更多的成长挑战，如留守儿童、家庭条件、升学压力等现实困境，会觉得自己很无助，容易产生自卑心理。女排赛场上“永不言败”的真实案例，能够为学生提供强大的精神支撑，引导学生正视困难和压力，帮助他们养成坚韧不拔的意志品质。

#### 3.4. 激励价值

女排顽强拼搏的团队精神，融入排球教学、集体比赛中，例如教学比赛中，比分落后和体能不支，让学生在实践中感受“快不行的时候再坚持一下”的心理突破，将“顽强拼搏”的文字概念转化为精神动力，实现以体育人。

### 4. “女排精神”融入农村中学体育课程思政的路径

#### 4.1. 教学目标设定

##### 4.1.1. 从“教会技术”到“领悟智慧”

通过模拟女排训练中的基础技术练习(如垫球、传球、发球单一技术及战术)，根据学生实际情况，创新改编规则，降低技术门槛，使学生掌握2~3项排球基本技能与知识[3]。同时，结合女排“一万次重复训练”的故事，融入乡土化元素，利用田间山地、搬运农作物等，提升学生技能、体能水平，让学生在练习与合作中运用女排的战术思维和应变智慧。

##### 4.1.2. 从“勤加练习”到“学以致用”

学习女排“常态化科学训练”模式，培养学生能够自主设计简单、基本的排球锻炼计划，利用课堂和课外勤加练习，掌握和理解科学训练对身心健康的价值，引导学生在比赛中要勇于保护和信任同伴，培养学生树立“安全第一”的意识。

##### 4.1.3. 从“积极常赛”到“精神认同”

讲述女排“输球不输人、赢球尊重对手”的赛场风度和深刻体会“升国旗、奏国歌”的使命感，创建“特色班级排球联赛”，培养学生在比赛中，无论胜负，都能主动与对手握手致谢，严格遵守裁判判罚，不允许指责抱怨，同时引导学生思考个人拼搏与家庭、乡村发展的关系。

#### 4.2. 教学内容设计

##### 4.2.1. 课前设计

为了落实立德树人的根本任务，发挥体育的独特功能，达到以体育人、以体育德的作用。课前应该

根据学生的实际情况，结合排球课程的设计依据和目标，通过教与学，将爱国主义精神、集体主义精神、团结协作、顽强拼搏等育人元素，转化成为中学生可感、可知、可实践的具体体育品质。具体见表1。

**Table 1.** Pre-lesson design

**表 1.** 课前设计

设计依据	设计原则	教学内容设计	教学方法设计	育人元素设计
通过学习和了解我国排球运动历史发展，发扬女排队员身上刻苦钻研和不断创新的优良品质	融合性：将“女排精神”有效融入体育技能与课堂活动中进行学习和传播	排球理论知识学习	启发式教学 混合式教学 视频赏析	创新发展 刻苦钻研 责任担当
通过女子排球优秀队员成长经历和本土优秀模范个人的学习，培养学生勤学苦练的意志品质	实践性：引导学生在做中学，在练中悟，以实践体验和深化认知	排球运动技能学习	讨论式教学 榜样法 讲解、示范 纠错法	勤学苦练 创新发展 坚持不懈 精益求精
通过竞赛和评优，培养学生顽强拼搏、团结协作的精神，观看女排队员赛场上表现，培养学生爱国主义精神	集体性：通过游戏、比赛，引导学生集体主义精神和团结协作的品质	教学比赛 (团体)	师生互动 情景式教学视 频赏析 竞赛法 角色互换法	顽强拼搏 团结协作 集体主义 爱国主义
采用游戏的方式，培养学生养成规则意识和吃苦耐劳的意志品质	实践性：引导学生在做中学，在练中悟，以实践体验和深化认知	体能训练	体能游戏 讨论式教学 体能比赛	勤学苦练 吃苦耐劳 永不言败

#### 4.2.2. 课中落实

本文将排球课程构建为基础 + 特色 + 融合 + 专题的课程模式，教学中通过自主合作探究、启发式教学等教学方法，将“女排精神”中的育人元素有效融入排球课程教学中，培养学生爱国主义精神、集体主义精神等优良品质<sup>[4]</sup>，从而使学生掌握运动技能、提高身体素质的同时，保证排球课程对学生的育人价值目标，促进农村初中学生的身心健康发展。

**基础课程的设计。**基础课程是体育教学的核心，要严格落实“教会、勤练、常赛”的基本要求。在技能传授过程中，本课程充分融入女排精神元素。例如，进行排球垫球教学时，有效结合中国女排“千锤百炼”的训练精神，强调基本功的重要性；在进行传球练习时，可以讲述女排队员“精益求精”的训练故事，培养学生认真严谨的学习态度。

**特色课程的设计。**农村中学可以充分挖掘和利用当地的特色资源，开发具有地域特色的体育课程。例如，将传统的农耕活动改编成体育游戏，如扁担运粮、独轮车接力、拔河等，既传承了地方文化，又丰富了教学内容。在这些特色课程中，可以融入女排精神的相关元素。如在扁担运粮游戏中，强调团队协作的重要性，让学生体验“团结就是力量”的优势；在拔河比赛中，培养学生的拼搏精神和集体荣誉感，让他们感受女排“永不言败”的力量。

**融合课程的设计。**积极探索“体育+”跨学科融合教学模式，让体育教学更具综合性和实效性。例如，“体育 + 数学”可以让学生在跑步热身、体育游戏等教学中记录运动时间、次数，运动量；“体育 + 语文”可以引导学生撰写运动日记、体育心得，描述运动场景和身心感受。在跨学科融合过程中，可以巧妙融入女排精神元素，如在计算运动量时，可以讲述女排队员科学训练的故事，培养学生的科学精神；在撰写运动日记时，可以引导学生学习女排队员的坚韧品质，记录自己的成长历程。

**专题课程的设计。**针对女排精神专题教学内容，可以通过故事讲述、案例分析、视频观赏等方式，

让学生深入了解女排精神的价值。设计“女排精神故事”，讲述不同时期女排队员的感人故事；设计“女排精神体验课”，通过模拟比赛、集体游戏等形式，让学生亲身体验；设计“女排精神分享会”，让学生结合自身经历，分享对女排精神的理解和感悟。

#### 4.2.3. 课后巩固

课后采用三种方式进行课后知识巩固：一是查阅资料、小组讨论、完成作业等实践形式，将“女排精神”中的育人元素进一步巩固和融化，形成课堂上教与学，课后反与思的教学模式，进一步深化以体育人、以体育德的价值，巩固课堂中的教学实效。二是借助互联网，学生线上学习后进行打卡，进一步拓展学习，增加深度。三是鼓励学生积极参与学校的排球训练和各级排球比赛，提高学生实战比赛能力。

#### 4.3. 构建多元化评价体系

为了确保教学质量和学生学习效果，教师需要构建一套完善的评价机制，传统的体育评价只关注学生的运动成绩，忽视了体育道德和意志品质等方面评价。本文将构建体能 + 技能 + 德育融合的多元化评价体系。首先，教师需要系统地跟踪学生的日常学习行为，以考勤、活动记录、课堂观察、回收器材次数等具体表现进行评估；其次，对学生的排球运动技能能力进行期末考核，需要客观评估学生正手传球、双手垫球、下手发球等技术标准化动作和连续性等动作熟练度，采用学生自评、同伴互评和教师评价相结合的方式；最后，通过比赛和裁判规则的随堂测试，检查学生的综合能力，包括参与活动情况、团队合作表现、意志品质表现等。对于本学期表现优异的学生，应给予表扬和鼓励；成绩较差的学生，需找出问题所在并进行针对性的辅导和纠正。具体而言，评价的关键在于，如何有效结合过程性学习表现和终结性考察，要看见学生努力程度和进步的幅度，让每个学生都能获得认可和激励。

#### 4.4. 开发乡土特色校本教材

编写“女排精神”相关的乡土读本或教材，这是一项系统性、长期性工程，其具体实施需要分三步走。第一步，成立团队，开展调研；第二步，由体育骨干教师和思政课教师完成教材主体内容的创作，可以邀请本地文史工作者和体育教研员、专家等进行指导和完善；第三步，试点教学和检验，将成熟的教材在全校和兄弟区域进行推广。

### 5. 结论

将“女排精神”融入农村中学体育课程，其核心路径在于本土化转化、生活化渗透和全员化参与。它不仅仅是教中学生学排球、打排球、参加中考考试，更是通过体育排球项目这一载体，在农村中学孩子心中播下“爱国主义、团结协作、相信自己、顽强拼搏”的种子。通过课程、方法、比赛、评价和文化的系统性、统一性设计，使农村中学生在乡土场合中亲身实践和感悟“女排精神”的内涵及价值意义，从而培养出既能脚踏实地、又能仰望星空，具有坚韧品格和集体责任感的乡村新时代中学生[5]。这不仅是体育课的创新，更是乡村教育振兴和人才培养的有益探索。

### 基金项目

项目等级：厅局级，陕西省教育厅人文社科项目；课题名称：乡村振兴战略背景下汉中市农村中小学体育发展研究；课题编号：23JK0059；

项目等级：厅局级，陕西省教育学会 2025 年度一般课题；课题名称：“双减”背景下汉中市农村初中体育社团活动开展现状及对策研究；课题编号：SJHYBKTGS030。

## 参考文献

- [1] 邓雪震, 蔡云. 强国建设背景下的体育课程思政: 价值定位、应然样态、实践策略[J]. 体育文化导刊, 2025(10): 94-101.
- [2] 赵湘. 女排精神融入高校体育教学的实践[J]. 体育时空, 2025(19): 27-29.
- [3] 林小明. 课程思政背景下女排精神融入中学排球课的实践探究[J]. 教育科学论坛, 2025(26): 59-62.
- [4] 孟欣. 在本科排球普修课程思政中融入女排精神的价值与路径[J]. 体育视野, 2025(11): 1-4.
- [5] 张琬琪. 新时代下中学排球专项训练中融入女排精神的研究——以广安友谊中学为例[J]. 冰雪体育创新研究, 2024(4): 120-122.