

《运动生理学》课程思政教学案例设计研究

Study on the Ideological and Political Teaching of Sports Physiology

王雪芹,李庆学

WANG Xue - qin, LI Qing - xue

摘 要:对《运动生理学》课程进行教学改革,以“课程思政”建设为目标,通过课程思政内容建设,提升课程育人质量体系,加强学生的德育教育是本研究的目的。本文通过分析《运动生理学》课程和学生特点、课程教学目标和课程思政元素,创新性设计课程思政教学案例,并将案例融入课程教学。课程的主要教学案包括新冠肺炎与健康教育、健康中国战略与全民健康、冠军事迹、女排精神、最美逆行者、绿色发展观和通过现象看本质等。思政课程的设计和实施主要采用了案例教学法、讨论式教学法、互动交流式教学法、项目驱动式教学法、参与式教学法、情景式教学法、实验教学法等多种教学方法。《运动生理学》课程教学结合案例开展思政教学,为培育和践行社会主义核心价值观,担当民族复兴大任的时代新人打下了基础。

关键词:《运动生理学》;教学;课程思政;教学案例;德育教育

中图分类号:G807 **文献标识码:**A **文章编号:**1008 - 2808 (2021)05 - 0028 - 06

Abstract:The purpose of this study was to carry out the teaching reform of the course of exercise physiology, take the construction of “Ideological and political course” as the goal, improve the quality system of curriculum education, and strengthen the moral education of students through the construction of Ideological and political content of the course. This paper designed of Ideological and political teaching case by the analysis of “exercise physiology” course and students’ characteristics, teaching objectives and ideological and political elements of the course. The main teaching cases included China’s novel coronavirus pneumonia and health education, health China strategy and national health, champion deeds, women volleyball spirit, the most beautiful reverse traveler, green development concept, and phenomena. The design and implementation of Ideological and political course mainly adopted case teaching method, discussion teaching method, interactive teaching method, project driven teaching method, participatory teaching method, situational teaching method, experimental teaching method and other teaching methods. The teaching of “exercise physiology” combined with cases to carry out ideological and political teaching has laid the foundation for cultivating and preserving the socialist core values and taking on the responsibility of national rejuvenation.

收稿日期:2020 - 11 - 10;修回日期:2021 - 03 - 11
基金项目:国家社科科学基金一般项目(编号:20BTY003);2019 年度《运动生理学》精品课堂建设项目;2020 年度“课程思政”教学示范课程项目。
作者简介:王雪芹(1978 -),女,教授,博士,研究方向为体育教学与健康促进。
作者单位:临沂大学 体育与健康学院,山东 临沂 276005

Key words:《Exercise physiology》; Teaching; Curriculum thought and politics; Teaching cases; Moral education

在全国教育大会上,习近平总书记指出教育的根本任务是培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。既要提高学生的知识水平也要培养学生的思想道德修养^[1]。教育部印发《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》要求课堂教学改革中必须以“课程思政”建设为目标,通过课程思政内容建设,提升课程育人质量体系。在思想政治理论课教师座谈会上,习总书记强调要不断挖掘课程和教学方式中的思政资源,不断完善课程体系,做到课程与思政相互匹配,实现全员全程全方位育人^[2]。高校的专业课程的“课程思政”,是将专业知识、学科和学术资源中的思政元素挖掘出来,并将这些思政元素融入到专业课程教学的全过程,达到育人的目的,实现学生的价值引领作用。

《运动生理学》课程是体育教育专业学生的必修课程,本课程组已进行了大量的课程建设,包括省级精品课程建设、精品课堂建设、教学团队建设、线上线下混合式教学模式建设、“课程思政”示范课建设等。尤其在“课程思政”示范课建设中,明确了课程思政教学目标、课程思政教学手段、思政映射与融入点等,对课程思政的融入进行了教学设计。如何将课程思政元素很好的与专业知识传授融合在一起,还需要不断探讨。本文就课程思政融入运动生理学教学做了一些探索与实践,旨在为运动生理学课程思政教育开展提供支撑。

1 《运动生理学》课程思政设计依据

1.1 国家的教育方针政策

以“立德树人”的综合教育理念,以教育部印发的《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》要求为指导,进行课程思政教学内容的设计,达到既要提高学生的知识水平也能培养学生的思想道德修养的目的。

1.2 课程思政教学目标

践行社会主义核心价值观,热爱体育教育事业,具有良好的思想品德;引导学生树立求真务实、永不服输、坚持奋斗、勇于开拓的精神信念,培养具有科学思维和逻辑思辨能力,具有创新意识,具有担当的体育学专业人才。

1.3 课程思政教学融入特点

《运动生理学》是生命科学的一门分支学科,

是体育教育专业学生的必修课程。它是研究人体在体育运动中,或在长期系统的体育锻炼影响下,人体各器官系统功能发展变化规律的学科。首先,本课程教学内容多,课时为 64 课时,是课时最长的理论课,教师有充足的课时对课程内容和思政内容进行融合讲授;其次,本课程分理论教学和实验教学两部分,可以在不同的教学中穿插不同的思政教学内容,多方面提升学生的德育教育水平;最后,结合不同的教学手段和教学组织形式开展课程思政,如结合线上线下混合式、探究式、小组讨论、多媒体演示等教学基本手段,在教学中不断促进思政元素的融入。

1.4 学生特点

《运动生理学》课程在一年级开设,课程思政内容的设计和讲授对大学生有着重要意义。一方面,大一新生刚刚进入大学,需要多方面的引导,如正确世界观、价值观和人生观的形成、大学生职业规划、职业素养和社会责任等。另一方面,体育教育专业学生毕业后主要从事体育教师的职业,其德育水平要求较高。通过《运动生理学》课程思政教育的引导,帮助学生全面、发展的认识世界,树立正确的人生目标,适当地进行职业规划引导,为以后的发展打下良好基础。

2 《运动生理学》课程思政教学案例设计

表 1 为运动生理学知识点与思政元素的融入设计及预期教学成效。

2.1 成功源自“拼搏”,勇攀高峰不畏艰辛

运动技能的形成与一项能力的取得,都离不开不懈的努力和拼搏。看到赛场上运动员完美的动作技能表演,打破记录的成绩出现等。你是否想到了背后国家、教练及运动员的艰辛。

精选奥运冠军的事迹,展现榜样的力量(见图 1)。激发学生不畏艰辛、勇攀高峰之心。如不断激励国人奋斗前行的精神图腾“女排精神”,女排表现出的勤学苦练、顽强拼搏、团结奋战、无所畏惧、勇攀高峰,为国争光,为民建功的这种精神,给予全国人民巨大的鼓舞,是全国人民学习的榜样。通过观看女排夺冠视频,让学生直观地去体会女排精神,通过讨论环节让学生谈一谈体会,加深对女排精神的认识。

表 1 运动生理学知识点与思政元素的融入设计

章节	融入点	教学设计	预期成效
绪论 1	运动生理学发展史,著名生理学学家冯德培的故事。 李宁、刘翔、姚明等著名运动员的事迹。	案例教学法:通过科学故事及名人轶事等激励学生要勇于探索和创新。 讨论式教学法:同学们举例世界体育冠军或名人,谈一谈对个人的影响。	通过科学史实,引导学生了解学科发展并培养学生的探究精神。 通过运动员事迹引导学生生活学习上要奋发图强,吃苦耐劳,为国争光,爱国爱家。
绪论 2	拼搏、奋斗、自信与成功	案例式或互动交流式教学法:可以通过自身经历或其他例子出发,如:日常学习中付出的越多可能收获会越多,《运动生理学》作为考研重点课程,引导学生建立好的努力方向。	通过经典案例或自身经验分享,引导学生定好大学的学习目标,为后面的高质量就业打好基础。
躯体运动的神经控制	艰苦训练,精益求精的精神	项目驱动式教学法:根据学生课前的查阅资料,分享艰苦训练使神经系统对躯体的支配达到最佳状态的项目内容。	通过融合内容对大学生进行理想信念教育。 通过项目内容分享培养学生的精益求精的意识。
运动与免疫	新型冠状病毒肺炎的预防与控制 健康中国战略	参与式教学法:新型冠状病毒的结构、引发病情及预防和治疗 案例式教学法:最美逆行者的感人事迹	对学生进行生命健康教育、行为规范教育和家国情怀教育。
运动对心血管系统的影响	通过现象看本质,坚持科学精神	实验教学法:动物实验结合实验手法及实验材料,亲身体验。 探究式教学法:探讨优异运动成绩的取得与身体脏器变化间关系。	引导学生利用各种方法、细致思维、努力发现事物的本质,才能更加深入地了解这个美丽的世界。
运动技能的形成	自信心培养 民族自豪感培养	案例式教学法:以中国女排的发展和拍球技能的掌握水平导入,强调女排精神。	通过引导,培养学生作为一名体育工作者应具备严谨认真、勇攀高峰、自信、为民族自豪的素养。
环境与运动	绿色发展观 可持续发展观	情景式教学法:结合国家倡导的绿色步道建设、人文运动公园建设,到处国家对全民绿色健身的重视。 启发式教学法:健康中国战略实施以来,越来越多的人参与运动,引出运动环境对身体的影响。	通过引导,培养学生在健身及指导健身中要坚持绿色和可持续发展观、保护生态环境、爱国、爱家。
身体素质	创新意识和创新能力	案例式教学法:通过国际最新的“核心力量训练法”,引导学生大胆创新,敢于尝试和发明新的训练手段和方法。	在新知识的学习过程中,要敢于质疑,敢于创新。
运动过程中身体机能的状态变化	发现问题和解决问题的能力	讨论式教学法:就机体技能状态变化理论进行讨论,是不是有新的发现和新的想法?	培养学生发现生在学习中发现为题、分析问题和解决问题的能力。
儿童少年与运动	职业素养 社会责任感	案例式教学法:通过优秀教师的典型事迹,引导学生形式良好的职业素养,明确毕业后成为一名体育教师的责任。 互动交流教学法:根据课前准备,请优秀学生进行翻转课堂,并进行交流。	以典型案例、互动交流等手法,激发学生的学习热情,培养学生的社会责任感,提升学生的职业素养。



图 1 课堂进行自信心和民族自豪感熏陶实例图

体操王子李宁的故事,他始终怀揣一颗冠军的心。由于长期的训练和比赛使李宁伤病缠身,但他还是咬紧牙关参加了汉城奥运会,在这次比赛中败得很惨,但他并没有一蹶不振,而是重新计划人生,并创造了一个伟大的运动品牌——“李宁”。通过对李宁精湛运动技能的讲解与李宁励志故事的融合,让学生体会成功源自“拼搏”,再艰辛也不言放弃,坚持再坚持,胜利属于你。

通过一系列冠军的励志故事,让学生在学习掌握专业知识的同时,也让学生理想信念、家国情怀、社会责任感落地生根。

2.2 透过现象看本质,勇于开拓需坚持

长期运动会带来身体素质的改变,同时也使人体的内脏器官发生一些适应性变化,如神经内分泌调节的改变、心脏等器官结构和功能的改变、肌肉

细微结构的改变等,这些都是肉眼看不到的。引导学生透过现象看本质,可以积极动手,通过动物实验和人体实验等去探索科学真理。

如图 2,中国著名生理学家冯德培(1907 -)的故事,他开拓了神经肌肉接头的新研究领域,突触的化学传递机理和神经肌肉接头研究通过一个接一个的实验,经过反复实验获得了理想的实验结果。使他也成了这个研究领域的先驱者之一。通过实例的讲解和学习,让学生体会到运动生理学也是生命科学的一个分支,是研究运动对正常人体功能影响的一门学科,也需要大量人体和动物实验去验证。运动员优异运动成绩的取得与运动员内脏器官、神经内分泌调节等的适应性变化是分不开的,启发学生要透过现象看本质,始终坚持科学的态度,不断创新实验方法、勇于开拓进取。



图 2 课堂进行透过现象看本质,勇于开拓熏陶实例图

2.3 重视生命健康,勇于探索求新知

课程的“运动与免疫”部分,会讲到运动对人体免疫机能和身体健康影响的机理。课程会结合 2019 年的新冠肺炎疫情,新冠肺炎导致全球 2 000 万左右的人感染,席卷全球,给人类生命和健康带来了威胁。

疫情让大家认识到了生命与健康的可贵。疫

情让全国人民上下一心、团结一致共同抵抗,成绩的取得体现了我国体制的优势和制度的力量。为了更快更准的控制疫情,国家药监局批准了多个新冠病毒检测试剂盒的研制,包括核酸检测试剂和抗体检测试剂。国人没有被病毒吓到,而是勇于探索,不断寻求抗击新型冠状病毒的方法,研制疫苗试剂盒,为国家的抗击疫情工作做出了贡献。通过

对学生进行生命健康教育、行为规范教育和家国情怀教育(见图3)。通过案例的分析,学生既能深切

体会专业知识的重要应用,还能更加关注健康,珍惜生命。



图3 课堂进行生命健康、行为规范和家国情怀熏陶实例图

2.4 坚定理想信念,爱国、爱家、爱生态

课程中有一章是“环境与运动”,美好的环境是健康的基础。《健康中国 2030 规划纲要》实施以来,越来越多的中国人认识到了运动健康的重要性,而运动健身的重要场所就是室内外环境。如图4,2008年北京奥运会又被称为“绿色奥运”。主张奥运会的开办要保护环境、资源和生态平衡,奥运会

的工程实施、住宿、餐饮和活动等要尽量减少对环境和生态的影响。要进行保护环境宣传教育,提高全民环境保护意识。通过“绿色奥运”案例的讲解,既有助于学生理解专业知识环境与运动的关系,也启发学生学习奥运会运动员的拼搏精神,坚定理想信念,为国争光;学习绿色奥运的理念在运动健身,保持身体健康的同时也要爱护环境,爱护生态。



图4 课堂进行绿色发展观、可持续发展观熏陶实例图

3 《运动生理学》课程思政考核评价设计

课程考核方案改革以学生为中心,加大学生平时成绩、实践成绩和课程思政成绩的比例。包括(1)加大课程平时成绩比例和项目组成,督促学生线上资源自主学习。(2)增加学生实践操作,促进学生探究和创新。通过实验课让学生多参与、多思考,着重培养学生的创新思维 and 创新能力,并培养学生解决复杂问题的能力。(3)结合课程思政,增加应用性分析题。通过课程思政方面的内容考核,使更加学生热爱科学,关爱健康、敬畏生命,勇于探索 and 发现。

课程思政考核评价设计:将思政考核融入课程

知识点考核,采用线上与线下、笔试与口头回答、开卷与闭卷、理论与实践相结合的方式考核评价模式,全方位,多方面考核学生的掌握情况。

4 结 语

紧跟社会发展的步伐,大力弘扬爱国主义精神,通过课程专业教学与课程思政的融合让大学生树立正确的人生观、世界观和价值观,是开展大学生课程思政教育的主要目的。通过课程《运动生理学》专业知识及一些相关激励性案例和体育人文精神的学习和熏陶,不断增强学生的文化自信、学科自信,不断培养学生的家国情怀,不断培养学生的社会使命担当,不断培养学生的开拓和创新意

识。让学生将刻苦奋斗、勇于探索、不畏艰难和勇攀高峰等体育精神转化为自身提升的驱动力,激发学生为实现自己的目标、民族的目标、祖国的目标而不懈努力和奋斗。

参考文献:

[1] 习近平在全国教育大会上强调:坚持中国特色社会主义教育发展道路培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人[DB/OL]. 人民日报,2018-9-11(01). [2019-7-5]. http://paper.people.com.cn/rmrb/html/2018-09/11/nw.D110000renmrb_20180911_2-01.htm.

[2] 新华网. 习近平主持召开学校思想政治理论课教师座谈会强调用新时代中国特色社会主义思想铸魂育人 贯彻党的教育方针落实立德树人根本任务[DB/OL]. http://www.xinhuanet.com/video/2019-03/18/c_1210085510.htm

[3] 徐芷媛,李茉涵,张恒,等,基础有机化学教学中课程思政的探索与实践[J]. 大学化学,2020,35(X):1-9.

[4] 张秀珍,陈艳珍,宋新华.《动物生物学》课程思政建设的探索与实践[J]. 教育现代化,2020(9):83-89.

[5] 夏贵霞,舒宗礼.课程思政视角下高校体育课程育人质量提升体系的构建——以华中师范大学为例[J]. 体育学刊,2020,27(4),7-13.

[6] 王钰,孙延林,戴群,等.自我决定理论视域下运动心理学课程思政改革创新研究[J]. 天津体育学院学报,2020,35(1):17-22.

[7] 王雪芹,奚凤兰,陈士强.《运动生理学》教学模式创新及实践研究[J]. 广州体育学院学报,2014,34(1):112-114.

[8] 王雪芹,丁焕香,张红品.信息化教学质量评价体系的构建及实践研究——以临沂大学体育专业理论课为例[J]. 哈尔滨体育学院学报,2019,37(3):6-10.

(上接第 27 页)

[21] 方军,范文杰,刘芳,等.运动技能获得中的内隐学习本质研究[J]. 北京体育大学学报,2009,32(3):90-93.

[22] 耿耀国,王波,钱建龙,等.关于动作技能记忆的几点思考[J]. 武汉体育学院学报,1994(1):67-70.

[23] 唐建军.乒乓球技术学习:理论解释与实际运用[J]. 北京体育大学学报,2006(2):259-261.

[24] 陈庆合,郑永成,张红,等.内隐学习在武术教学中的应用[J]. 体育学刊,2008(8):72-75.

[25] 武松朋.内隐学习在篮球教学中的实验研究[D]. 北京:北京体育大学,2010.

[26] 丁俊武,周志俊,任杰.内隐学习理论的研究进展及其对体育教学的启示[J]. 北京体育大学学报,2002(6):816-817,820.

[27] 范文杰.内隐记忆和内隐学习研究对体育教学的启示[J]. 广州体育学院学报,2001(3):36-38.

[28] 王坤,孙开宏.体育学习中内隐观念与自我妨碍之间关系:成就目标的中介作用[J]. 武汉体育学院学报,2019,53(3):45-49,57.

[29] 许崇高,徐政.关于运动技能学习过程中认知水平的“白化”研究——对挺身式跳远学习成绩评价方法的探讨[J]. 西安体育学院学报,1990(2):29-36.

[30] 罗汉礼.“模块式技能教学法”运用于体操教学的探讨[J]. 解放军体育学院学报,1997(1):56-58,51.

[31] 余方亮.情境干扰效应在足球动作技能学习中的实验研究[J]. 南京体育学院学报,2018,1(7):47-60,2.

[32] 刘展.神经科学视角下小脑功能研究新进展及其对运动技能学习与表现的启示[J]. 中国体育科技,2020,56(1):45-54.

[33] 王金保.关于学生体育学习评价的沿革与发展[J]. 中国学校体育,2009(2):23-25.