

生活本位视域下高校体育精神文化环境优化研究

陈鑫月

武汉工商学院 公共课部, 湖北 武汉 430000

DOI: 10.61369/VDE.2025180026

摘要 : 体育精神文化是高校校园文化建设的重要作用, 有利于提高大学生身体素质、运动技能和道德素养, 有利于推进“健康中国”战略建设。本文立足生活本位视域, 阐述了新时期高校体育精神发展特点, 明确了体育精神文化建设的重要性, 从体育社团建设、公共体育课程改革、组织校园体育赛事和新媒体平台宣传体育精神文化四个方面进行阐述, 从而为高校体育精神文化环境建设提供指导, 促进高校体育教育高质量发展。

关键词 : 生活本位; 高校体育精神文化; 健康中国; 环境建设

Research on the Optimization of College Sports Spiritual Culture Environment from the Perspective of Life Orientation

Chen Xinyue

Department of Public Courses, Wuhan Technology and Business University, Wuhan, Hubei 430000

Abstract : Sports spiritual culture plays an important role in the construction of campus culture in colleges and universities. It is conducive to improving college students' physical quality, sports skills and moral literacy, and promoting the construction of the "Healthy China" strategy. Based on the perspective of life orientation, this paper expounds the development characteristics of college sports spirit in the new era, clarifies the importance of sports spiritual culture construction, and elaborates from four aspects: the construction of sports associations, the reform of public physical education courses, the organization of campus sports events, and the promotion of sports spiritual culture through new media platforms. It is intended to provide guidance for the construction of college sports spiritual culture environment and promote the high-quality development of college physical education.

Keywords : life orientation; college sports spiritual culture; Healthy China; environmental construction

引言

生活本位论源自实用主义教育思想, 核心是“教育为生活服务”, 强调教学内容要符合学生学习需求、终身发展需求, 创设生活化教学场景, 让学生在生活化场景中学习知识, 从而提高他们实践能力和学习能力。“健康中国”背景下, 生活本位理论为高校体育精神文化环境建设提供了新思路, 促进了体育教学、体育文化、校园环境衔接的衔接, 逐步把体育精神文化融入体育课程教学、社团活动和体育赛事中, 营造良好的体育精神文化环境, 激发学生运动热情, 从而提高他们身体素质、运动能力和道德素养, 明确体育精神文化对学生团队精神、心理健康、身体素质和竞争精神的积极影响, 促进他们德智体美劳全面发展, 为推进“健康中国”战略建设奠定良好基础。

一、新时代背景下高校体育精神文化特点

(一) 文化特征的时代性与多样性

在北京奥运会、冬奥会和全民健身活动的推动下, 我国高校体育文化建设开展得如火如荼, 进一步优化了公共体育课教学内容和教学方法, 弘扬了民族体育文化, 彰显了新时代下高校体育精神文化的时代性与多样性特点^[1]。体育精神文化的时代性体现在紧跟我国体育事业发展, 积极宣传冰雪运动文化、民族体育文

化, 积极响应“健康中国”战略。多样性体现在涵盖了不同运动项目、融合了不同学科、涵盖了不同文化层次师生, 从而形成内涵丰富、特色鲜明的高校体育精神文化。

(二) 文化的层次性和开放性

高校体育精神文化诞生于校园生活, 参与主体是高校师生, 这决定了高校体育精神文化是一种高品位、高层次的文化活动。同时, 体育精神文化根植于高校体育活动中, 例如体育课教学、体育社团活动和校园体育赛事中, 隶属于体育层面的文化。此

外，高校体育精神文化也兼具了开放性特征，体现在不同院校、不同院系之间的体育赛事和体育教学交流上，促进了体育教育资源共享，营造了开放性体育精神文化氛围^[2]。

（三）教育主体的校园性与竞争性

高校体育精神文化的落脚点在校园，是校园文化和体育文化交融的成果，影响着校园内的每一个个体，成为师生校园生活的一部分，具有鲜明的校园性。从体育文化层面来看，体育运动具有竞争性，展现了不同运动项目的特点，更彰显了新时代大学生敢于拼搏、公平竞赛、团队协作和挑战自我的体育精神，体现了体育精神文化的竞争性^[3]。

二、生活本位视域下高校体育精神文化环境优化的重要性

（一）有利于提高体育工作质量

生活本位理论融合了教育学、社会学和体育学等学科思想，体现了“体教融合”理念，为高校体育精神文化建设提供了指导，督促学校有针对性地改善体育设施，为学生提供良好的运动环境，从而激发他们运动积极性；督促学校完善公共体育课程教学内容、创新教学方法，有利于提高体育工作质量^[4]。此外，体育精神文化环境建设促进了体育赛事、体育社团发展，弘扬了民族体育文化、营造积极向上的运动氛围，从而深化体育教学改革，从而提高体育教学质量。

（二）有利于促进学生全面发展

“五育并举”背景下，高校体育精神文化建设开展得如火如荼，对体育精神文化环境提出了更高要求。因此，高校要把生活本位理论融入体育精神文化环境建设中，组织贴近学生生活的体育赛事、体育社团活动，关注学生课下自主锻炼指导，营造富有感染力、积极向上的体育精神文化氛围，激发学生自主锻炼积极性，有利于提高他们身体素质、运动技能和体育精神，促进他们德智体美劳全面发展，帮助学生提高社会适应能力和心理抗压能力，为他们未来就业奠定良好基础^[5]。

（三）有利于打造独特的体育文化品牌

良好的体育精神文化环境可以促进师生、生生之间的互动，让学生主动参与体育活动、增强师生对体育精神的认同度，增强他们校园归属感，从而提高校园凝聚力和向心力，携手推进体育赛事、体育社团活动和体育课教学改革，有利于打造具有独特体育文化特色的高校品牌，从而提高学校知名度和影响力^[6]。同时，良好的体育精神文化环境可以丰富校园文化内涵，把体育精神文化塑造为校园文化的亮点，提高校园文化建设质量，促进高校教育高质量发展^[7]。

三、生活本位视域下高校体育精神文化环境优化策略

（一）推进体育社团建设，营造良好运动氛围

生活本位视域下，高校体育精神文化环境优化要坚持“体育服务生活”的目标，让体育活动、体育教学和体育精神文化建设

更加贴合大学生生活，营造良好的运动氛围，从而激发学生运动积极性，让他们主动参与各类体育活动，让他们参与到体育精神文化环境建设中。首先，学校要大力支持体育社团发展，为喜爱运动的学生提供专业化训练场地、专业教练，让他们在课下也可以进行专业化体育锻炼，从而提高学生运动能力和良好运动习惯^[8]。例如学校可以成立足球、篮球、太极拳、街舞和瑜伽等社团，让优秀体育教师担任社团指导老师，为各个社团提供专业化训练场地、训练设施，确保体育社团活动的顺利开展，满足学生自主锻炼需求，从而提高他们运动能力。其次，学校要以体育社团为载体，开展丰富多彩的日常体育活动，例如开展“为体育活动”，举办宿舍跳绳比赛、课间十分钟太极拳学习等活动，让学生利用碎片化时间进行体育锻炼，加快体育精神文化环境建设^[9]。通过日常体育活动，学生可以体验不同运动项目，在运动中了解体育精神文化内涵，积极参与体育社团活动，参与体育精神文化环境建设，实现全面发展。

（二）深化公共体育课改革，提高体育教学质量

高校体育教师要强化生活本位意识，贯彻“生活化体育教学”理念，创设不同教学情境，从而激发学生运动积极性，从而提高他们身体素质、拼搏精神和团队协作精神。第一，体育教师可以增加生活化体育教学内容，提前了解大学生感兴趣的运动项目，把这些项目融入体育课教学中，让体育课教学内容更加接地气，激发学生体育课学习积极性^[10]。例如教师可以把当下热门的帕梅拉减脂操、瑜伽融入体育课教学中，精心制作短视频，并把视频分享给学生，便于他们根据视频提前进行自主学习；为学生讲解帕梅拉减脂操动作，规范他们动作，提高学生身体协调性，实现减脂塑形的运动目标。第二，教师要加强学生体育生活实践，促进体育教学和生活的紧密结合，逐步把体育活动融入学生日常活动中，从而营造良好的体育精神文化环境。例如体育教师可以组织“减脂塑形健康营”活动，利用早晨、晚上进行减脂运动指导，带领学生进行慢跑、拉伸、羽毛球和健美操训练，并指导他们在运动过程中控制好呼吸节奏，提高学生身体柔韧性、耐力和意志力^[11]。

（三）丰富体育赛事活动，提高体育文化建设质量

高校体育教师要积极组织丰富多彩的体育赛事，把体育赛事和社团活动、体育课教学和宿舍活动衔接起来，让体育文化融入大学生生活中，从而提高体育精神文化环境建设质量，助力校园文化建设改革^[12]。例如体育教师可以组织篮球赛，促进不同班级、不同院系之间的体育交流，营造敢于拼搏、积极乐观的竞赛氛围，吸引更多学生参与其中，让他们在比赛中感受团队协作、公平竞争的重要性，让他们在运动中加深对体育“健康价值、社交价值、终身价值”的认知。此外，教师还要带领学生参与校外体育比赛，例如大学生三人篮球赛、足球赛和健美操大赛，促进学生与其他高校学生之间的交流，提高学生体育道德观，让他们在体育活动中遵守赛事规则、学会公平竞争和团队协作，从而促进学生德智体美劳全面发展，彰显体育精神文化环境对大学生全面发展积极作用^[13]。

（四）新媒体宣传体育精神文化，塑造良好体育精神文化环境

高校要利用微信公众号、微博和抖音平台宣传体育精神文

化，便于学生在手机、平板等移动终端上了解体育精神文化内涵，引导他们参与线上与线下互动，从而营造良好体育精神文化环境，打造独树一帜的校园品牌^[14]。首先，学校可以在微信公众号发布健身操、太极拳等教学视频，并添加字幕讲解，穿插讲解武术发展历史、太极拳发展历史和武术精神，设计线上有奖互动问题，由体育教师和学生进行线上互动，从而促进民族体育文化传播，激励更多学生参与太极拳社团，促进体育社团发展，提高体育精神文化发展质量^[15]。其次，学校可以在抖音、微博发布“校园跑征集令”，设立100km, 200km 和400km 跑步里程奖励，鼓励学生佩戴运动手环跑步，让他们养成良好运动习惯，培养学生坚韧不拔、吃苦耐劳的美德，提高体育精神文化建设

质量。

四、结语

总之，高校要立足生活本位理论，深化体育精神文化环境建设，从公共体育课教学、体育赛事、体育社团和体育精神文化宣传等方面入手，促进体育活动和学生生活的深度融合，确保体育精神文化环境建设贴近生活、服务生活。此外，高校体育教师要深化公共体育课改革，提高体育教学质量，丰富体育赛事活动，提高体育文化建设质量，利用微信公众号、抖音和微博宣传体育精神文化，促进体育精神文化环境建设、体育教学高质量发展。

参考文献

- [1] 张铂滔.高校体育竞赛中红色文化传承与体育精神的培养研究 [J].运动精品,2024,43(04):8-9+13.
- [2] 董莹,冯鑫.女排精神对高校体育软文化建设的价值潜能与路径 [J].文体用品与科技,2024,(06):114-116.
- [3] 席月亮.高校体育文化与中华体育精神融合研究 [J].当代体育科技,2023,13(33):131-133.
- [4] 李媛媛.中华体育精神融入高校体育课程思政建设的文化价值论析 [J].体育教育学刊,2023,39(05):25-30.
- [5] 张可,陈泽湘,荣健翔.精神文明建设视角下湖南普通高校体育文化的研究 [J].体育科技,2022,43(06):149-151.
- [6] 韩晓斌.体育精神文化在高校中的影响——以足球为例 [J].当代体育科技,2022,12(06):145-148.
- [7] 杜振兴.新媒体背景下高校体育精神文化传播路径选择 [J].当代体育科技,2021,11(31):227-229.
- [8] 唐元超,蒋东升,吴健俊.新时代高校体育精神文化的内涵、特点和提升路径 [J].天津中德应用技术大学学报,2021,(05):111-113.
- [9] 谢纪军.体育文化传承、精神理念启迪:体育文化建设的“理论”与“实践”之作——评《高校体育文化教育研究》[J].当代教育科学,2020,(08):97.
- [10] 符传嘉.后现代奥运精神对高校体育文化构建的影响研究 [J].文体用品与科技,2020,(15):101-102.
- [11] 孙奕.试论篮球运动对高校校园体育精神文化的影响 [J].当代体育科技,2020,10(17):90-91.D
- [12] 赵瑞晔.体育精神培育促进高职学生职业品质养成教育的路径研究 [J].当代体育科技,2020,10(14):122-123.
- [13] 姚晶晶.论足球运动对普通高校体育文化精神的影响 [J].传播力研究,2020,4(14):22+25.
- [14] 许建,唐元超.论高校体育精神文化的内涵及其价值 [J].智库时代,2020,(10):280-281.
- [15] 叶应满,叶应鹰.对黎族传统体育精神文化环境及优化的研究——以海南自由贸易试验区为例 [J].体育科技,2020,41(01):39-41+43.