



茶文化思想在高职体育学科核心素养培育的融合

黄 易

(咸阳职业技术学院, 陕西 咸阳 712000)

摘 要: 高职院校利用茶文化思想来全方位助力体育发展, 将茶文化思想作为入手点, 按照高职院校的具体情况以及社会发展的实际趋势, 来创新体育教学模式, 丰富教学内容。利用这样的方法来让高职学生实现体育锻炼, 接受茶文化思想为典型的中国传统人文元素的深刻熏陶, 有效提高教学效率, 培养学生的体育学科核心素养。

关键词: 茶文化思想; 高职体育; 学科核心素养; 培育; 融合策略

体育教学作为高职教育阶段比较重要的一部分教学内容, 在助力学生五育全面发展的过程中发挥出重要的作用。茶文化思想博大精深, 高职体育教学中渗透茶文化思想能够有效弘扬和传承中华优秀传统文化, 提高高职生的身体素质, 培养他们的体育学科核心素养, 助力体育教学的改革创新。

1 茶文化在高职院校体育教学中的应用价值

中国是茶文化的发源地, 中华民族有着悠久璀璨的传统文化, 茶文化就是其中比较重要的一部分, 在中华民族发展过程中起到重要的作用。在当今的和平年代下, 茶文化依旧能够实现中国梦提供持续的精神动力。中国的茶文化经过了长时间的沉淀, 包含了许多基础的茶文化知识, 还包括了茶精神等哲学思想, 为现代人带来了更深刻的哲学教育意义。

教育的本质即教书育人, 茶文化能够良好地发挥出育人的作用, 学习茶文化能够强化高职院校学生的文学素养, 提高他们的文化自信心, 还能够帮助他们树立起正确的人生观、价值观与世界观, 从而实现思想以及精神层面的升华。目前的高职院校体育教学正处在改革的关键时期, 在高职院校体育教学改革中融合渗透茶文化思想, 能够加深体育教学的内涵, 引导学生养成正确的体育锻炼的意识, 让学生能够有更多的时间和精力参与到体育锻炼中。

健康的身体是实现大学生理想的重要条件。如果学生身体并不强健, 那么将无法意识到体育学科的乐趣。以往的高职院校体育学科教学中, 更加倾向于为学生传授体育技能等方面的知识, 很大程度上忽略了培养学生的体育精神、体育思想以及体育道德品质, 学生无法从内心深处意识到体育锻炼的乐趣。因而真正保持好的体育锻炼习惯的高职生很少, 这是大学生身体素质逐渐下降的主要原因之一。这就需要高职院校体育学科教学改革中, 要加入体育教学内涵, 关注培养学生的体育思想等方面, 发挥出体育教学的优势, 在这其中, 茶文化思想能够发挥出不可取代的价值。

2 高职院校大学生体育学科核心素养培育的重要意义

2.1 有助于学生合理体育锻炼

当今的高职院校学生开始越来越爱美, 对美提出了非常高的要求。当学生在锻炼身体、减肥或者是塑造优美体型的过程中, 一部分学生盲目地追求想要达到预期目标, 运用不科学的锻炼方法, 造成学生产生运动损伤。因而, 高职院校体育教师要强化培养学生体育学科核心素养的力度, 让学生通过学习体育课程, 掌握正确的动作技术, 制定合理的体育锻炼的计划, 为学生能够科学参与体育锻炼夯实基础。

2.2 有利于提高学生身体素质

每一项体育运动项目的宗旨都是强健身体, 提高身体素质。高职院校要符合时代发展规律, 培养学生的体育学科核心素养。这样一来, 帮助学生强化对体质健康的认识, 养成主动参与体育锻炼的习惯, 提高学生的身体素质, 保持健康的身体状态。

2.3 提升学生终身体育锻炼意识

伴随着我国经济的不断发展, 人们开始越来越关心身体的健康情况。高职院校要强化对学生体育学科核心素养的培养力度, 激起学生的运动欲望, 在良好的氛围中展开身体锻炼。还能够让学生掌握永久的运动技巧, 培养学生良好的体育锻炼习惯, 培养学生终身体育锻炼的意识, 实现增强学生体质的目的。

2.4 有助于培养全面发展型人才

全面发展型的人才, 要求更加关注个人能力。培养高职院校学生的体育学科核心素养, 能够让学生保持健康的心理状态。体育锻炼能够在无形中给一个人带来影响, 培养学生的团队合作、拼搏进取的精神, 提高学生的综合能力。

3 茶文化思想下高职体育学科教学现状

3.1 未能将茶文化融入到教学内容中

高职院校体育教学不仅要传授给学生基础的体育知识, 还要培养学生的体育精神与素养。传统的体育教学内

作者简介: 黄 易 (1989~), 男, 汉族, 陕西西安, 硕士, 讲师, 研究方向: 体育训练。

容较为陈旧, 大部分内容都是之前所学习过的内容。虽然现如今国家开始大力提倡高职教育, 在高职教育教学中投入了大量的人力和物力, 但是还无法彻底转变高职院校缺乏教育资源的现状。体育教师对教学内容的选择会影响学生的未来发展情况, 这就要求教师要结合学生的未来发展情况来合理选择教学内容。

我国的茶文化历史悠久, 经过长时间的发展, 已经渗透到日常生活、学习以及工作的各个方面。特别是伴随着人们生活水平的逐步提高, 茶开始变成国民生活中所不可缺少的一部分。在高职院校体育教学中融入茶文化, 是深化体育教学改革的一项重要方式, 也是发挥出茶文化思想价值的必要选择。

大部分体育教师未能真正意识到茶文化思想在体育教学中的真正作用, 也没有意识到茶文化思想对培养学生体育精神、体育素养的重要意义。高职生正处在人生发展的关键时期, 在这一阶段学生形成正确的人生观、价值观和世界观, 让学生受益匪浅。从另一个角度来分析, 茶文化思想如同高职院校体育教学改革的一大催化剂, 在促使体育教学改革的前提下大大节省高职院校教育成本。

3.2 未能扩大茶文化在院校的影响力

虽然茶文化是我国的本土文化, 但是结合目前茶文化思想下的高职院校体育教学现状分析, 茶文化思想未能充分发挥出自身的价值, 无法在学校教育当中大放异彩, 茶文化思想的影响力有时还可能比上外来文化, 这非常值得高职院校学生的反思。茶文化对学生健康心理与体育精神的培育有着不可小视的作用, 而目前未能扩大茶文化在高职院校当中的影响力, 主要原因是高职院校领导者从思想方面, 未能意识到茶文化思想在体育教学中的意义, 未能将茶文化思想进行有效宣传, 造成体育教师和学生较为片面的认识茶文化。

3.3 体育教师茶文化的教学能力不高

高职院校教学中师资力量是软实力的代表, 教师的教学能力可以在非常程度上对课堂教学质量带来较大的影响。虽然我国作为茶文化的发源地, 但是过去我国的茶文化教育未能得到有效普及, 茶文化教育通常是面向文学类专业的学生, 对普通专业的学生来说, 无法接受全面、系统的茶文化教育。从以往的高职院校人才培养模式来分析, 茶文化教育不属于普及性的教育。因此, 我国大部分高职院校中体育教师的茶文化素养不强, 茶文化的教学能力较低, 无法有效地将茶文化思想运用到高职体育教学改革中。

4 茶文化思想在高职体育学科核心素养培育的融合渗透策略

4.1 借助茶文化丰富体育教学内容

中国茶文化内涵非常深刻, 高职院校体育教学中, 为了让高职生意识到茶文化的深厚内涵, 不仅要结合课堂教学, 还要结合丰富多样的体育活动。

为了实现这一教学目标, 高职院校要主动尝试在多种体育活动中融入茶文化思想, 利用这样的方法把茶文化

元素和体育活动进行联系。如高职院校每一年要举办的春季运动会, 就是有效渗透茶文化思想的重要途径。在组织运动会当中, 学校可以安排一些以茶文化作为主题的小型知识竞赛, 在有条件的情况下, 还可以组织学生排练关于茶文化的大型文艺节目, 在运动会开幕式或者是闭幕式缓解呈现给全体师生面前。运用这些方式给高职学生呈现出茶文化思想的特殊优势, 让高职学生能够在真正感受到精彩绝伦的体育竞技的基础上, 了解并且学习茶文化。

另外, 高职院校还可以在体育活动教室周边划分出一个独立的教室当作饮茶室, 让高职学生能够在参与到高强度的体育锻炼后, 在饮茶室当中进行休息, 还要利用多媒体技术的方法在饮茶室中播放有关茶文化的纪录片, 让高职院校的学生能够在体育锻炼后进行休息和饮茶中, 充分体会到茶文化思想内涵, 领会到茶道精神。

4.2 创新教学方式, 构建高效课堂

4.2.1 小组合作学习。培养学生的高尚体育品质, 成为了体育学科核心素养的要求。体育项目中大部分都是团体项目, 需要由学生合作来完成。小组合作学习法能够帮助学生培养合作精神, 让学生形成互相帮助的好习惯。小组合作学习法有着其他教学方法所无法替代的优势。在课堂教学中, 教师运用这一方法来为学生实施训练。如在篮球教学过程中, 教师遵照组间异质的原则, 把学生分为多个小组, 把擅长投篮、强球、运球的学生分为一组, 让学生相互进行指导, 共同提高。这样的教学模式促使每一个学生都能得到进步, 能够有效培养学生的合作能力, 让学生保持良好的团队精神。

4.2.2 以赛代练教学法。以往的课堂教学中, 只是让学生机械性、反复性练习某一种运动技巧的方法, 已经无法让学生意识到运动的乐趣, 无法更好地发展学生的运动能力。

核心素养背景下, 教师通过运用以赛代练的教学方法, 通过比赛的方法取代反复的练习, 让学生可以在比赛当中尽情挥洒, 发挥出自己的潜能。通过这一方式提高学生的体育热情, 发展学生的运动能力, 特别是能够强化学生运用竞赛能力为主的专项运动能力。

如教师在教学关于足球的内容时, 教师通过多媒体与示范的方法, 为学生传授足球运动技巧, 当学生可以初步了解与掌握足球运动技巧后, 教师组织学生展开比赛, 严密关注学生在比赛中的具体表现, 及时做好记录。在学生结束比赛之后, 教师严格按照记录情况, 找到学生比赛中的问题, 帮助学生针对性地改正, 之后再组织比赛。此种教学方法让学生可以充分释放情感, 让学生更喜欢参与体育运动, 发展学生竞赛能力, 培养出学生善于合作、遵守规则的体育品质。

4.2.3 开展茶文化教育活动。茶文化种类多样, 传承形式多样, 内涵丰富。在高职院校体育学科教学中, 教师要充分意识到应该将理论和实践进行紧密结合, 不仅要确保理论知识的系统性, 还需要保障实践课程的高效性。高职院校体育教师通过讲解理论知识, 让学生了解茶文化



的内涵,利用实践课程来促使学生领悟到茶文化的精神,在无形中加强学生对茶文化内涵的感受,从而帮助学生树立起正确的三观观念,不断升华自己。由此一来,学校要定期组织专家参与到讲学活动中来,邀请校外的专业人士开展茶文化讲座。针对茶文化的讲解不能急切,要扎扎实实展开,确保学生能够听懂并且可以理解,之后让学生深刻记忆并且可以升华。学校还适当展开茶文化的课外活动,利用实践课程,促使学生主动参与进来,体会到茶文化的内涵。

4.2.4 开展茶文化实践活动。茶文化传承的方式多种多样,因此,能够展开的茶文化的实践活动形式也非常多,比如讲座、知识竞赛等,可以通过举办茶文化活动来营造出理想的学习氛围。在茶文化教学当中融入如今的现代化资源,如学校的网站、图书馆、公示栏等,利用多种形式来宣传茶文化的发展历史、传播过程等,顺利激发学生的学习热情,促使学生从被动的接受转变为主动学习茶文化知识。

在有条件的情况下,可以建立起茶文化教育基地,引导学生运用茶实践活动,充分了解茶文化,在实践活动中树立起茶精神。另外还可以适当地与地方的茶园和教学进行合作,安排学生参加到茶园体验中,体验到采茶、制作茶叶过程,利用实践活动的方法,让学生意识到茶内涵,养成勤劳的品质。另外,学校还可以联合茶叶生产商,举办定期的职业培训,让学生深刻意识到与茶文化有关的职业岗位工作内容,强化对茶文化的认识。在高职院校体育教学活动中,教师可以融入茶舞元素,让学生能够增强体能,在体育锻炼中深深体会到茶文化,利用这一形式渗透茶文化,培养学生的体育学科核心素养。

4.3 拓宽应用领域,加大宣传力度

高职院校体育教学中融合渗透茶文化思想,不能单纯局限在教学当中。高职院校的体育学科教学目标是促使学生养成终身体育锻炼的意识,显而易见,这其中包括了休闲体育。休闲体育目的是为了加强人的体质健康水平,让人们可以在体育中获得身心愉悦的感受,获得充分的满足感。高职院校体育教学过程中融入茶文化思想,能够丰富体育教学资源,帮助学生养成良好的饮茶习惯,让学生受益匪浅。长时间饮茶可以让学生保持良好的精神状态,还能够清洁肠道,预防疾病。此外,在重大节日、庆典中都能够看到相关的茶道活动,将其作为一种文艺性质的节目,让茶道活动受学生关注和欢迎。

因此,为了能够在高职院校体育学科教学中融合渗透茶文化思想教师除去在体育课堂当中安排茶文化内容之外,还要从学校的具体条件出发,定期邀请茶文化专家到学校当中,开设茶文化知识讲座,做好茶文化宣传,还能够学校的宣传栏当中设置茶文化专栏,在校园的每一个角落中渗透茶文化,给学生的身心带来一定的感染。此外,还能运用休闲体育项目以品茶的主题来加深学生的体验,这样促使学生更深刻认识茶文化,激起学生体育学习的兴趣,培养学生的体育学科核心素养。

4.4 提高体育教师茶文化教育能力

素质教育的背景之下,高职院校体育教师要扮演好教书育人的角色,不能一味地给学生灌输基础的体育知识,要学会从学生的角度出发来考虑问题,让学生能够变成课堂教学的主体。为了可以在高职院校体育教学中更好的渗透茶文化思想,就需要不断提高体育教师的茶文化教育能力。在当前的网络时代下,高职院校体育教师要及时转变教学理念,给学生提供专业性的体育指导,与此同时要保持终身学习的意识,擅长运用多种网络资源学习茶文化,积累茶文化知识,形成自己的见解。并且,高职院校还需要把茶文化思想当作教师培训的重点内容,在师生群体中普及茶文化思想,让茶文化教育变得更加规范,在全校范围中养成理想的茶文化学习氛围。

总之,结合目前的茶文化思想在高职院校体育学科中的应用现状来分析,茶文化在高职院校体育学科中的现状并不乐观,存在一定问题,直接对高职院校体育学科教学的实效性带来影响。因此,为了更好的提高高职院校体育教学质量,培养学生的体育学科核心素养,需要解决的问题,发挥出茶文化思想的作用。

参考文献:

- [1]李明泽.关于茶文化思想融入高职体育学科核心素养培育的思考[J].福建茶叶,2020(12):199-200.
- [2]陈峰,贺新家.学科核心素养导向下高职公共体育课程体系重构[J].职业教育研究,2021(08):32-37.
- [3]黄丽群.基于学科核心素养的高职体育课堂教学实践研究[J].青少年体育,2021(07):127-128.
- [4]刘元强,景怀国."立德树人"理念下高职体育学科核心素养培养实践[J].工程技术研究,2020(21):220-222.
- [5]张青,赵林保,赵珍,等.高职院校大学生体育学科核心素养培育现状及策略研究[J].文体用品与科技,2019(15):111-112.
- [6]庄国宏.高职院校体育学科核心素养培养以及体育课程体系的现状[J].当代体育科技,2019(27):107,109.
- [7]焉胜彬,殷兴岳,王本科.构建高职院校体育学科核心素养体系研究[J].当代体育科技,2018(28):150,152.
- [8]张力,肖鑫,郭玉江.核心素养下高职体育学习的探析[J].文体用品与科技,2021(18):160-161.
- [9]江新华.基于体育核心素养的高职院校育人途径研究[J].运动精品,2021(02):9-10.
- [10]汪锋.体育核心素养培育视角下高职体育课程体系研究[J].当代体育科技,2021(12):158-160,164.
- [11]杨宝,褚婷.基于核心素养背景下高职院校体育教学改革思考[J].体育科技,2021(02):163-164.
- [12]刘秋梅.高职院校体育教师核心素养和能力建设研究[J].教育教学论坛,2017(31):25-26.
- [13]曾习文.体育核心素养下高职体育教学改革与创新研究[J].体育画报,2020(08):10-11.