基于大学生核心素养培养的“拓展训练” 课程理论与实践探究*

——以湖北省部分高校为例

彭代斌 余时平 童锦锋

(武汉城市职业学院 职业网球学院, 湖北 武汉 430064)

Research on the Theory and Practice of "Extended Training" Curriculum Based on the Cultivation of Core Literacy of College Students

-- Taking Universities in Hubei Province as Examples

PENG Daibin, et al.

(Wuhan City Polytechnic, Wuhan 430064, Hubei, China)

摘要: 为了探索新时代高校学生核心素养培育的新形式, 文章以湖北省部分普通高校开展的拓展训练相关课程为研究对象, 运用文献资料法、问卷调查法、专家访谈法、数据统计法等研究方法, 对湖北省部分高校开展拓展训练相关课程的现状及其制约因素进行系统分析, 重点提出新时代高校学生核心素养培养的可操作性方案, 以为普通高校培养新时代需要的综合性复合型人才提供路径。

关键词: 新时期; 拓展训练; 普通高校; 核心素养

新时代背景下各行各业竞争日趋激烈, 但归根结底就是人才的竞争, 而人才竞争的实质则是具体核心素养的比拼。“核心素养”这一具体概念是由德国学者梅腾斯在1972年给欧盟题为《职业适应性研究概览》的报告中最先阐述, 其定义为一种超越具体职业的、可广泛迁移的、对人的终身发展起着十分重要作用的能力, 它在人的能力体系中处于核心的地位, 是从所有职业活动中抽象出来的除专业能力以外的能力^[1]。随着新时代产业升级和社会转型加快, 对人才需求的核心素养范围越来越大。因此立足新时代和拓展训练的特点, 探索普通高校学生核心素养培养的新形式, 已然成为普通高校培养人才关注的焦点和热点。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

以高校开展“拓展训练”课程为研究对象, 选取了湖北省境内如武汉大学、武汉理工大学等10所普通高校开展拓展训练相关课程情况为具体研究对象。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

通过图书馆和中国知网等途径获取相关文献资料, 了解当前“核心素养”和“拓展训练”等相关研究内容的最新研究动态, 为本研究提供了相应的理论支撑。

1.2.2 问卷调查法

通过问卷星的形式对武汉大学、武汉理工大学等10所院校各选择50名学生进行随机问卷调查, 共回收有效问卷500份, 回收率和有效率均为100%。

1.2.3 专家访谈法

采用面谈、电话等方式访谈了来自武汉大学(专家1)、武汉理工大学(专家2)等10所高校的专家, 获取了各高校有关“拓展训练”课程设置和执行方面的最新资料。

1.2.4 数据统计法

通过专家访谈和问卷调查, 对武汉大学、武汉理工大学、湖北大学等10所高校的调查数据进行统计分析, 为本研究提供了相对系统的调研数据。

2 结果与分析

2.1 湖北省部分高校专家对拓展训练项目的认知

表1 湖北省部分高校专家对拓展训练课程了解程度

专家	专家所属院校办学性质	非常了解	了解	不确定	不了解	非常不了解
专家1(武汉大学)	部属公办本科	1				
专家2(武汉理工大学)	部属公办本科	1				
专家3(湖北大学)	省属公办本科	1				
专家4(江汉大学)	市属公办本科	1				
专家5(湖北第二师范学院)	省属公办本科	1				
专家6(文华学院)	独立学院本科		1			
专家7(武汉工商学院)	独立学院本科		1			
专家8(武汉职业技术学院)	省属公办高职	1				
专家9(武汉城市职业学院)	市属公办高职	1				
专家10(湖北水利水电职业技术学院)	省属公办高职	1				
合计		8	2			

由表1可知, 对拓展训练课程非常了解的专家有8人, 基本了解的有2人, 没有不了解的, 由此

可知拓展训练经过自身的不断发展, 越来越多的高校对其日益重视, 其中公办院校对其认识更为透彻,

*基金项目: 湖北省教育厅教育科学规划2022年度一般研究课题, 课题编号: 20222GB240。

第一作者简介: 彭代斌(1972—), 硕士, 副教授, 研究方向: 体育教学与管理。

究其原因则为公办院校在人才培养模式方面与教育主管部门联系得更为密切,在资金投入方面则也更为保障。

2.2 湖北省部分高校专家对拓展训练特点的认知

由表2可以看出,趣味性、综合性、挑战性、

自我教育性和刺激性是所有专家均认可的特点。同时,危险性、观赏性和其他选项的亦占有一定的比例。其中选择其他选项的专家们认为拓展训练除上述特征外还具备技能性和表现性等特征。

表2 湖北省部分高校专家对拓展训练特点的认知

专家	趣味性	综合性	危险性	刺激性	观赏性	自我教育性	挑战性	其他
专家1	1	1		1	1	1	1	1
专家2	1	1		1	1	1	1	1
专家3	1	1	1	1		1	1	
专家4	1	1	1	1	1	1	1	
专家5	1	1	1	1		1	1	
专家6	1	1	1	1		1	1	
专家7	1	1	1	1		1	1	
专家8	1	1		1		1	1	
专家9	1	1		1	1	1	1	
专家10	1	1		1		1	1	1
合计	10	10	5	10	4	10	10	3

2.3 对湖北省部分高校拓展训练课程开展现状分析

目前拓展训练课程在湖北省普通高校开展的现状不尽相同。通过调查可知,目前武汉大学、武汉理工大学、武汉职业技术学院和湖北水利水电职业技术学院均开设有完整的有关拓展训练的课程,如拓展训练、户外运动与博物教育、户外生存拓展训练及大学生户外素质拓展训练等具体实践课程,武汉城市职业学院开设有定向越野等相关课程,湖北大学和湖北第二师范学院仅针对于二级学院的体育学院学生开放有拓展训练的选修课程,并未延伸到其他专业的学生,江汉大学、文华学院和武汉工商学院目前均未开设相关拓展训练的具体课程,但在教学过程中已开设拓展游戏类项目。具体影响原因由表3可知,从目前高校开展拓展训练课程的器材设备、师资力量、危险性、领导重视及其他(学生素质等)等制约因素中可以看出,所有专家均认为危险性是制约高校开展拓展训练最为关键的因素,其次是器材设备和师资力量的限制,与此同时领导的重视程度也限制了拓展训练的开展。

表3 湖北省部分高校专家对拓展训练课程开设制约因素的认知

专家	器材设备	师资力量	危险性	领导重视	其他
专家1			1		
专家2			1		
专家3	1	1	1	1	
专家4	1	1	1	1	
专家5	1	1	1	1	
专家6	1	1	1	1	1
专家7	1	1	1	1	1
专家8			1		
专家9	1	1	1		1
专家10			1		
合计	6	6	10	5	3

2.4 湖北省部分高校学生对拓展训练课程的理解和认知

从学生对拓展训练课程了解程度和学生对拓展训练课程作用的理解和认知两方面进行了调查。从表4可知,各高校学生对拓展训练课程了解程度的认知不一,其中湖北水利水电职业技术学院学生认知程度最高。

表4 湖北省部分高校学生对拓展训练课程了解程度(%)

学生所属院校	学生对拓展训练课程了解程度					学生对拓展训练课程作用的理解和认知				
	非常了解	了解	不清楚	不了解	非常不了解	游戏娱乐	促进身体素质提高	促进心理素质提高	促进社会适应	其他
武汉大学	24	34	20	18	4	14	75	96	100	10
武汉理工大学	14	22	32	26	6	16	86	94	100	8
湖北大学	12	40	14	24	10	14	78	96	98	6
江汉大学	10	34	10	36	10	16	86	96	94	9
湖北第二师范学院	8	32	26	20	14	14	78	88	96	6
文华学院	8	30	20	20	22	18	76	86	95	4
武汉工商学院	6	24	16	30	24	10	74	84	96	4
武汉职业技术学院	30	42	16	8	4	10	88	96	100	10
武汉城市职业学院	12	44	12	20	12	6	78	90	98	6
湖北水利水电职业技术学院	60	24	8	6	2	12	90	98	100	10

2.5 湖北省部分高校学生对拓展训练课程进入体育课课堂前景的认知

从“希望学校体育开设拓展训练课程意愿程度”“目前制约拓展训练课程开设的主要原因”和“如学校开设拓展训练课程最感兴趣的项目”三方面进

行调查分析。从表5数据可知学生们对于拓展训练课程进入课堂期望较高,在制约因素分析中场地器材缺乏和安全因素是其主要制约因素,同时学生对于拓展训练课程项目的开展兴趣广泛,信任背摔、求生墙和空中断桥项目最受学生喜爱。

表5 湖北省部分高校学生对拓展训练课程进入体育课堂前景认知(%)

学生所属院校	希望学校体育开设拓展训练课程意愿程度					目前制约拓展训练课程开设的主要原因					如学校开设拓展训练课程最感兴趣的项目						
	非常有必要	有必要	无所谓	无必要	非常无必要	认识不足	师资力量缺乏	学校场地器材欠缺	安全	其他	定向越野	求生墙	信任背摔	空中断桥	胡萝卜蹬	无敌风火轮	其他
武汉大学	54	20	26	0	0	56	42	78	60	12	46	72	60	52	30	22	12
武汉理工大学	40	34	24	2	0	56	72	86	72	6	38	72	64	48	34	26	10
湖北大学	42	30	24	4	0	50	68	92	70	16	42	60	60	52	56	32	10
江汉大学	30	40	28	2	0	68	62	82	80	16	36	72	72	64	54	32	12
湖北第二师范学院	20	50	26	4	0	54	52	76	70	14	30	56	68	50	26	40	14
文华学院	24	44	28	4	0	52	38	74	80	20	34	62	70	42	34	48	12
武汉工商学院	30	40	26	4	2	46	60	80	82	24	40	52	64	56	44	42	10
武汉职业技术学院	40	30	28	2	0	50	36	78	62	16	42	66	70	74	54	26	24
武汉城市职业学院	36	42	20	2	0	48	66	70	76	18	30	62	48	62	40	30	15
湖北水利水电职业技术学院	56	36	4	0	0	45	38	66	68	16	50	56	90	66	20	24	30

3 结论与建议

3.1 结论

3.1.1 拓展训练经过不断地发展和完善,以武汉大学、武汉理工大学、湖北大学等的专家和学生拓展训练已有一定的认知,广大师生希望在公共体育教学中开展类似于拓展训练的课程体系。

3.1.2 由于各高等学校办学性质和办学条件等限制,拓展训练在湖北省各高校公共体育教学中的进展不一,主要限制因素为安全和场地条件等因素。

3.1.3 拓展训练具备趣味性、综合性、挑战性、自我教育性和刺激性等特点,对培养新时代大学生的核心素养大有裨益,各高等院校应结合各自办学条件,选择灵活的拓展训练项目,以此满足学生不断增长的健身娱乐需求。

3.2 建议

3.2.1 转变思想观念,重视核心素养的培育

由于受到传统观念的影响,我国高校在采用新的教学模式和课程上一般比较保守,在很大程度上制约了高校人才的培养。新时代背景下,我国经济发展由高速增长转为中高速增长,发展更加注意质量和效率,与此同时我国日益走向世界舞台中央,迫切需要高素质人才支撑新时代的发展。青年学生承载着实现中华民族伟大复兴的光荣使命和责任,其核心素养的发展程度将直接决定人才的质量和影响我们实现中华民族伟大复兴的进程,因此各高校必须转变思想,高度重视学生核心素养的培育,充分发挥拓展训练在培育学生核心素养方面的作用和价值,不断提高人才培养质量和效率。

3.2.2 强化安全措施,加大场地器材设备和师资力量的投入

安全是开展所有教育活动的前提和基础,其也是当前拓展训练在高校开展的关键制约因素。在安全举措方面,普遍专家建议应加大学生的安全教育、提高教师的防风险能力以及及时更新和维护场地器材设备。与此同时,场地器材设备和师资力量是开展教学活动的必备硬件和软件条件,其投入力

度如何将直接决定拓展训练的普及力度和核心素养的培育深度。因此,专家们呼吁各高校必须加大场地器材设备和师资力量的投入,保障与之相关的投入比例,以此满足拓展训练课程的需求,可采用武汉职业技术学院和湖北水利水电职业技术学院的开展模式,即通过校企合作,充分利用社会力量及时对设备更新换代和联合培养专业教师,以此打破办学资金的桎梏,从而充分利用拓展训练课程的优势,提高学生的核心素养。

3.2.3 结合院校特点,创新拓展项目内容和形式

拓展训练经过不断的发展和演变,其丰富的内容和多样的形式已日趋完善,在保障安全的前提下,可采用灵活多样易于操作的项目。根据表5相关调查结果,受学生喜爱的拓展训练课程内容主要有求生墙、信任背摔和空中断桥等。

3.2.3.1 求生墙

求生墙,顾名思义是成功翻越阻挡墙方能生存,一般是模拟团队作战,需要团队协作,万众一心,方能脱离危险和困境的生存技能。主要设计思路是,通过设计一堵墙,一般4m高,在没有任何器械帮助的条件下,要求团队成员快速通过此墙,需要强调的是学员在参与的过程中,需要相互协商,更需要结合每一个学员的实际状况灵活制定翻越计划,如采用人梯式翻墙方法,则需要身体相对硬朗而且甘于奉献牺牲的人员充当底部的人梯,以此循环,借助身体的高度,最终逐渐翻越成功,但是最后一名学员如何成功翻墙,亦是训练的重点^[2]。通过群体决策,商定方案,在此过程中不断培养相互协作和组织沟通能力,同时,培养学员甘于奉献和自我牺牲的优良品质。

3.2.3.2 信任背摔

信任是人与人交流最起码的前提。然而,随着诸多不利思想和诱惑的影响,人与人交往越来越缺乏起码的信任,加强沟通,重拾信任日益成为大众关注的焦点。信任背摔就是主要锻炼团队成员换位

(下转第41页)

培养德才兼备的体育教育工作者,一直是体育教育专业人才培养的价值取向。平衡专业教育教学中的知识传授、能力培养与价值塑造,强调传道、授业、解惑的有机统一,回归教书与育人并重,提高专业人才培养质量,是体育教育专业发展对新时代体育教育人才需求的回应。体操作为体育教育专业的核心主干课程,蕴含着丰富的思政元素,具有强大的思政教育功能。挖掘体操知识中的思政元素,设计思政元素与知识点的有机融合,采取相应的方式开展基于课程思政的体操教学,对促进体操课程思政建设具有一定的现实意义。

参考文献

- [1]中共教育部党组. 高校思想政治工作质量提升工程实施纲要[EB/OL]. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/s7060/201712/t20171206_320698.html?ivk_sa=1024320u, (2017-12-06) [2023-08-11].
- [2]教育部. 高等学校课程思政建设指导纲要[EB/OL]. <http://www.moe.gov.cn/srcsite/A08/s7056>

/202006/t20200603_462437.html, (2020-06-01) [2023-08-11].

- [3]中共中央党史和文献研究院,中央学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育领导小组办公室. 习近平新时代中国特色社会主义思想专题摘编[M]. 北京:党建读物出版社、中央文献出版社,2023:69.
- [4]习近平在文艺工作座谈会上的讲话[M]. 北京:中央文献出版社,2020:111.
- [5]习近平. 把中国文明历史研究引向深入 增强历史自觉坚定文化自信[J]. 求知,2022(8):4-6.
- [6]教育部关于印发《新时代高校教师职业行为十项准则》《新时代中小学教师职业行为十项准则》《新时代幼儿园教师职业行为十项准则》的通知[EB/OL]. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A10/s7002/201811/t20181115_354921.html, (2018-11-14) [2023-08-12].
- [7]陈镇华,陆恩淳,李世铭. 中国体操运动史[M]. 武汉:武汉出版社,1990:275-585.

(上接第35页)

思考、彼此信任的一类拓展游戏。设计思路是按照团队的形式,参与人数在10人左右,学员依次从1.5m高的平台向后倒下,其他队员则伸出双手接住并进行保护,在此过程中向后倒下的学员需克服一定的心理障碍,给予同伴充分的信任,而保护者则通过语言和行动给受帮助者足够的安全感,在彼此信任和换位中不断培养责任感和信任感。军事院校军事训练中广泛开展类似于信任背摔项目,不仅可培养学员在团队中的责任感,亦可克服学员的恐惧心理,提高团队成员的信任感,促进团队成员核心凝聚力的发展。

3.2.3.3 空中断桥

恐惧是阻碍人进步的绊脚石,克服恐惧,战胜自我也是军事院校军事训练中的重要课程。我们爱好和平,但是战争却也时常伴我们左右,当我们面临身边的困境甚至是当战争来临之时,进一步是生存,退一步是死亡,我们如何克服恐惧,脱离险境亦是我们关注的焦点^[3]。空中断桥的设计原理是在高空如8m处(具体根据各高校实际自行设定高度),设计一座断桥,让参与者战胜恐惧,勇敢地跨出一步,在此过程中心理恐惧得到克服,内心不断得到锻炼。勇敢地跨出一步需要勇气智慧和决心,是个人自信心和勇气的挑战,亦是培养团队凝聚力和激励意识的体现。适当开展空中断桥项目训练,可以培养学员克服恐惧,挑战和战胜自我的决心和意识,培养学生强大的内心,为学生今后挑战自己参与残酷的竞争奠定良好的基础。

参考文献

- [1]李明达,马万锋,王建鹏.“素质冰山”视角下高职院校学生工作对高职学生隐性素养的培养途径研究[J]. 职业教育(下旬刊),2015(01):6-9.
- [2]赵俊浩,余时平,童锦峰. 基于新媒体条件下的高职院校体育课程资源开发研究[J]. 运动,2016(13):113-114.
- [3]张学俊. 士兵在军事训练中常见心理问题及其疏导[J]. 政工学刊,2019(2):65-67.
- [4]童锦峰,曾锦全,余时平. 浅析新媒体条件下高职院校学生核心素养的构成要素[J]. 运动,2016(14):111-112.
- [5]兰乔.“拓展训练”在军事院校训练中的探索与实践研究[J]. 海军工程大学学报(综合版),2015,12(4):56-58.
- [6]董好杰. 高校体育教学中实施拓展训练的探讨[J]. 体育世界(学术版),2019(9):7-8.
- [7]潘燕. 高职院校体育课程改革与发展研究[J]. 当代体育科技,2020,10(21):11-12+15.
- [8]孔琳. 湖南省高职院校开设拓展训练课可行性研究[D]. 北京体育大学,2017.
- [9]李艳涛. 高校体育教学中拓展训练的应用研究[J]. 青少年体育,2020(2):110-111+103.
- [10]刘亚静. 体育拓展训练引入高校体育教学的研究综述[J]. 田径,2020(4):32-33.
- [11]钱永健. 拓展训练[M]. 北京:企业管理出版社,2006.
- [12]魏庆鹏. 拓展训练与青少年生命安全教育关系研究[J]. 青少年体育,2019(5):33-36.