

# 建设高素质铸牢中华民族共同体意识教师队伍

□ 白江波

教师是中小学铸牢中华民族共同体意识教育工作实施的主体。在具体的工作中,提升铸牢中华民族共同体意识教育队伍素养,不断提升教师的政治素养,增强其教学本领和强化师德师风建设,推进大中小学铸牢中华民族共同体意识教育工作高质量发展。

要建设高素质铸牢中华民族共同体意识教师队伍,首先要把好“思想关”。

教师肩负着为党和国家培养建设者和接班人的责任和使命。坚定共产主义理想信念,忠诚于、服务于、奉献于党和国家的教育事业的实践案例,论证校地协同、数字赋能等保障机制的可行性,为新时代高校德育创新提供理论参考与实践启示。

教师要尽职尽责。要坚守为中华民族伟大复兴育人、为中国特色社会主义建设

事业育人、为传承发展和弘扬中华优秀传统文化育人的光荣职责。要不断深化对中华民族共同体的认同和归属,增强民族自信和文化自信,坚持对中华民族发展史教学科研的执着追求,以此增强广大学生对中华民族共同体的热爱、归属感和认同感。

加强教师的知识储备,增强教学本领是铸牢中华民族共同体意识教育工作高质量发展的关键环节。

教师要不断加强中华优秀传统文化知识的学习。聚焦社会科学及自然科学相关研究领域,不断拓宽中华民族发展史的学科边界,注重国内外视野和纵向历史对比。教师要注意在教学中运用理论教学与社会实践相结合的方式方法,注重发挥学生的主体地位,讲好、讲活、讲深、讲透中华民族发展的历史规律、发展趋势、历史大势。

教师要学会运用唯物史观和大历史观分析问题。要增强对中华民族发展史的历

史逻辑、文化根基、思想基础的认识;并运用矛盾分析方法抓住中华民族概念的关键、找准中华民族是由各民族共同缔造的民族实体的重点,阐明中华民族交融统一发展的规律,促使学生自觉用科学的世界观和方法论观察和分析中华民族多元一体格局的形成、发展与巩固。

强化师德师风建设,提升教师思想道德修养是铸牢中华民族共同体意识教育工作高质量发展的保障。

教师要严于律己、以身作则,维护民族团结、社会和谐稳定、国家统一。要用实际行动弘扬中华民族大团结的主旋律、传播党的民族理论、践行培育中华民族伟大复兴的建设者和接班人的使命。

教师要增强事业心和责任感。注重中华民族发展史学习研究,将宣传教育工作与关心各族学生相结合。要维护平等、团结、互助、和谐的社会主义民族关系,善于

担当民族团结进步的研究者、教育者、宣传者、践行者,引导学生不断深化中华民族共同体理念、不断增强对中华民族的认同感和归属感。

教师素养的提升不仅是教育教学质量的保障,更是维系民族团结的精神纽带。这不仅是培育时代新人的必然要求,更是筑牢国家统一根基的战略工程。唯有让教师成为铸牢中华民族共同体意识的自觉践行者,才能在代际更替中构筑起“中华民族一家亲”的精神长城,让“润物无声”的涓涓细流汇聚成促进民族团结的精神动力,助力实现民族复兴与文化传承的辩证统一。

【作者单位:贵州医科大学马克思主义学院;本文系2024年度贵州省教育厅高校人文社会科学专项项目《中华民族发展史融入贵州高校铸牢中华民族共同体意识教育的理论逻辑和实现路径研究》(项目编号:24RWZX023)研究成果。】

## 高校德育融入中华优秀传统文化的策略分析

□ 种艳敏

高校德育与中华优秀传统文化的融合具有重要的理论和现实意义,但在实践过程中也面临一定的挑战。通过分析中华优秀传统文化中“仁爱”“礼义”“家国情怀”等核心价值与高校德育目标的契合性,笔者提出课程体系重构、实践平台搭建、校园文化浸润、师资队伍优化四项融合策略,并结合多所高校的实践案例,论证校地协同、数字赋能等保障机制的可行性,为新时代高校德育创新提供理论参考与实践启示。

例如,儒家以“仁爱”“忠恕”等为道德规范的核心,强调“修身齐家治国平天下”的责任意识,主张重视民生福祉,如管仲提出“仓廩实而知礼节,衣食足而知荣辱”,强调富民为治国基础;孟子“民贵君轻”思想及“乐以天下,忧以天下”的情怀,奠定了其以人为本的政治伦理;“经世致用”思想则体现出其强烈的责任担当与实践精神。这

些思想和价值观与当代高校德育的根本目标高度契合,为当代高校德育工作提供了深厚的文化支撑。

中华优秀传统文化与高校德育的融合路径有以下几点。

第一,课程体系重构。构建“多维一体”文化育人体系。在显性课程方面,开设部分必修和选修课,如《齐鲁文化概论》;开发地方文化数字资源库,如曲阜师范大学开设的《论语》慕课。在隐性课程方面,可将优秀传统文化元素融入专业课程,如在经济学课程中融入“鲁商诚信文化”,工科课程结合“齐文化创新精神”。在实践课程方面,可设计跨学科项目,如“齐鲁古道行”“红色文化研学”等,推动“行走的思政课”创新发展。

第二,实践平台搭建。打造“校地协同”育人生态。在校内实践层面,可建设文化

体验馆,如山东管理学院建设“红色书屋”;举办“国学达人”挑战赛,强化文化浸润。在校外联动层面,可与纪念馆、名人故居等共建实践基地,如孔繁森纪念馆、胶东育儿所等,开展志愿服务、文化普查活动,实现“文化认知—情感认同—行为践行”的转化。

在高校德育与中华优秀传统文化融合过程中,应完善以下几点保障机制。

第一,保障机制构建。可设立专门的机构,例如成立实体机构,为其配备专门的研究团队,承担文化研究、课程开发、社会服务等功能。建设“四馆一堂二厅”如党史馆、孔子学堂等,打造“一院一品”的文化景观。

第二,创新方向探索。利用虚拟现实(VR)技术进行虚拟场景复原,引导学生通过角色扮演理解“和而不同”的理念。数字

博物馆建设,开发增强现实(AR)技术导览系统解析优秀传统文化,使抽象文化具象化。同时建立“文化认知+行为表现+社会影响”多元评价指标,引入学生自评、同伴互评、社会评价机制,将文化实践纳入第二课堂学分,强化激励导向。

中华优秀传统文化为高校德育提供了历史机遇与丰富的文化资源。高校需以文化认同为核心,以课程重构为抓手,以实践创新为突破,构建“价值引领—文化浸润—行为养成”的全链条育人模式,为培养能够担当民族复兴大任的时代新人贡献智慧。

【作者单位:青岛恒星科技学院;本文系山东省传统文化与经济社会发展专项课题《齐鲁文化与新时代高校美德教育融合路径研究》(项目编号:L2024C10280060)研究成果。】

## 把握构建“大思政”育人格局的实践进路

□ 吴浩男 尚靖君

进入新时代,思想政治教育面临新机遇与新挑战,为适应社会发展和教育理念更新,《全面推进“大思政课”建设的工作方案》提出了构建“大思政”的育人格局,推动思政教育从“小课堂”向“大课堂”转变。然而,协同育人的教育实践中存在育人主体协同意识不足、机制建设不完善、资源保障体系不健全及学生参与度较低等现实挑战,这些问题制约着“大思政”格局的全面构建。笔者深入剖析协同育人面临的困境并探索解决路径,对提升思政教育实效、培育时代新人具有重要意义。

当前,构建“大思政”格局面临以下几点挑战。

协同意识与机制建设方面相对薄弱。当前,育人主体之间存在协同意识较为薄弱的现象,部分学校及教育工作者对“大思政课”与协同育人理念理解不深入,仍将思政教育视作思政课教师的专属责任,

而忽视全员育人的共同任务。校内各部门缺乏跨职能协作意识,导致形成“各自为政”的局面,校外参与者因缺乏沟通平台与组织引导,难以形成育人合力。

协同育人制度尚不健全。一方面,一些学校缺乏协同育人的规章制度,合作模式多依赖临时安排,缺乏可持续性;另一方面,在教学过程中,缺少对协同育人效果的科学评价与监督机制,导致参与主体难以对育人成果负责,也无法在实践中优化调整,造成资源使用低效与协作关系松散。

资源支持与学生参与程度较低。协同育人的实现依赖教师、场地、经费等多维度资源支撑,当前具备思政教育能力与专业知识双重素养的复合型人才队伍仍显短缺,部分高校尤其是地方院校存在思政课教师数量不足且能力薄弱的问题。思政教育实践基地建设相对滞后且资金投入不足,制约着“社会大课堂”功能的有效发挥。

基于此,构建“大思政”格局应从以下实践路径入手。

强化协同育人意识,健全合作机制体系。协同育人的核心在于唤醒育人的主体意识并构建协作机制,可借助专题培训、校内讲座、跨部门研讨等形式,增强教师与管理者等教育工作者对“大思政课”协同理念的认知深度以及其主动协同配合的积极性。同时,推动建立全面的常态化沟通机制,打破校内部门壁垒与校外育人资源的孤岛状态,实现信息互通与资源共享。机制建设需制定清晰的协同育人制度框架,明确各参与主体的职责分工、协作方式及流程规范,建立全过程监督评估机制,对协同育人的过程与成效开展定期的反馈流程及后续的动态调整,保障工作的高效和可追溯性。

加强资源保障投入,激发参与动力。协同育人的落地需要人力物力与组织支持的系统保障。应通过加大思想政治教

育政策引导与资金投入提升思政教育吸引力和专业度,吸纳更多“思政+专业”复合型人才。需推动合作共建实践育人基地,让学生在真实的社会情境中深化理论认知并强化价值认同。要重视学生的主体地位,通过丰富思政教育教学方式与内容形态,增强其参与感和获得感,构建科学激励体系调动学生在协同育人中的主动性和创造性。

构建“大思政”格局,推进协同育人是新时代思政教育的必然要求。协同育人既是“大思政课”理念的逻辑延伸,也是构建“大思政”格局的关键路径。未来,需持续深化协同育人机制,强化育人主体意识,优化资源配置,激发学生参与热情,推动思政教育从“独奏”转向“协奏”、从“课堂”拓展到“社会”,实现知识传授、价值塑造与人格培育的有机统一,为培养能够担当民族复兴大任的时代新人提供坚实保障。

(作者单位:长春理工大学)

## 数字技术推动高校思政教育高质量发展的路径选择

□ 牛智晋

进入数字时代,数字技术深刻改变着大学生的生活、学习和思维方式。高校思政教育作为落实立德树人根本任务的关键环节,面临着新挑战和新机遇。将数字技术融入高校思政教育,是顺应时代发展潮流、满足学生成长需求、提升教育教学质量的必然选择。通过运用数字技术优化思政教育内容、创新思政教育方式、培育思政教育队伍,能够为高校思政教育注入新活力,推动思政教育实现数字化转型。

一、构建动态多元的思政教育内容体系

运用大数据技术了解学生需求,借助前沿技术创新呈现形式,推动跨学科融合与内容动态更新,能够有效提升教育内容的精准性、感染力和覆盖面。

第一,运用数字技术增加教育内容的精准性。通过利用大数据等技术,高校能够了解学生认知特点、兴趣偏好及思想动态,分析其关注热点与疑问困惑。针对大学生普遍关注的就业创业、网络社交、心理健康等热点问题,高校应该运用数字技术整合相关内容并制作专题教学素材,增强教育内容的实用性和对学生的吸引力。

第二,运用数字技术提升教育内容的感染力。高校通过利用虚拟现实(VR)、增

强现实(AR)等数字技术,能够将抽象的理论知识转化为具体可感的教育场景,让学生身临其境感受历史情境,理解革命先辈的奋斗历程和精神内涵,增加教育内容的感染力。例如,学生可以借助VR设备“走上”长征路,身临其境面对长征途中的艰难险阻、感受革命先辈英勇无畏的精神品质。

第三,运用数字技术扩大教育内容的覆盖面。一方面,高校可以借助数字技术将思政教育内容与其他领域知识有机结合,开发跨学科的思政教育课程。另一方面,高校可以利用数字技术,根据时代发展与社会变化进行教育内容的实时更新。通过运用大数据技术实时抓取热点事件,高校能够及时通过数字平台发布相关解读,引导学生正确认识和析社会现象。

二、创新互动智能的思政教育教学模式

依托在线教学平台、人工智能技术和数字交往平台开展思政教育,有利于推动教学模式更加生动、高效发展。

第一,利用在线教学平台形成混合式教学模式。高校可以通过在线教学平台发布思政教育相关的等线上资源,供学生随时随地进行学习。在学生自主学习的过程中,高校可以依据平台所具备的实时互动、在线测试、学习数据分析等功

能,及时了解学生情况,进行线上答疑交流并实现个性化指导。

第二,利用人工智能技术实施智能化教学模式。一方面,高校可以开放依托人工智能技术的智能教学助手,为学生提供实时个性化的学习支持,增强学生学习的自主性和积极性。另一方面,高校还可以运用人工智能技术,根据学生不同情况定制个性化的个体、群体学习计划,并推荐适配的学习资源。比如为学习能力较强的学生推荐具有理论深度和多方面拓展的学术文献,为学习能力较弱的学生推荐基础的学习资料和辅导习题等,做到“因材施教”。

第三,借助社交媒体、即时通讯工具等数字交往平台开展日常教育。一方面,高校可以利用社交媒体平台发布思政教育相关内容,吸引学生关注讨论。另一方面,高校可以建立即时通讯群组与学生进行日常沟通,充分了解学生思想动态与生活状况,将思政教育融入学生日常生活的方方面面。

三、培育数字素养过硬的思政教育队伍

通过构建常态化的教师数字素养培训体系,引导教师更新教育理念,完善教师数字素养评价机制,能够有效培育适应数字时代的思政教育队伍。

篮球项目是一种对球员综合实力要求较高的运动项目,除对球员本身篮球技术的要求外,还需具备较强的身体素质作为保障。篮球项目中,速度素质和耐力水平对于球员的成绩影响显著,速度让球员能够进行更快的速度切入、防守时以及及时落回防线,耐力能让球员在比赛过程中保持长时间高强度的竞争力。这就需要在体能训练环节中着重研究男性篮球球员速度素质和耐力素质的提升方法。

速度在篮球比赛中包括启动速度、跑动速度、变向速度、冲刺速度等多个方面。快速的启动速度能够提高进攻队员摆脱防守队员的速度,为投篮创造机会,也可创造传球得分机会;快速的跑动速度可以提升进攻队员防守队员在场上的占比,提高自身投篮得分或者防止进攻队员持球突破上篮;耐力是篮球运动员在比赛中维持一定水平表现的基础,篮球比赛一节4分钟,四个小节8分钟,比赛的时间比较长,比赛节奏快、强度大。优秀的耐力可以保证运动员在比赛的后半段,仍保持良好的体力状况,并维持高强度的防守和进攻的战术。

男子篮球运动员体能训练中的速度提升策略有以下几点。

力量训练。力量是速度的基础,提高运动员腿部力量、核心力量和上肢力量能有效提升其爆发力和移动速度。比如深蹲可强化腿部肌肉力量,可提升运动员的起跑速度及冲刺速度;平板支撑、俯卧撑等可训练核心力量,能强化运动员身体稳定性,使其快速移动变向时保持灵活状态。训练过程中,应采取渐进式负荷的方式,使训练强度从弱渐强,避免导致运动员受伤。

爆发力训练。爆发力是在短时间内做最大用力的能力,是篮球运动员加速起跑非常重要的能力。爆发力常见的训练内容有短跑跑跳、跳上台阶以及短跑的冲刺等。短跑跑跳训练可以模拟比赛场上快速起跑加速以及冲刺场景,提高运动员的快速反应和用力肌群的快速收缩能力;跳上台阶主要是提高运动员腿部肌肉的爆发力和灵敏素质。爆发力训练中要注意训练频率和训练后的恢复,避免运动员过于疲劳导致过度训练的发生。

技术训练。身体素质水平的提升只能保证基础的跑速,只有在通过技术练习改进运动员的动作效率才能真正达到训练的目的。比如运球中的快速运球与快速变向运球,提高运动员进攻中的突破速度;防守中的快速步法与防守姿态改变的快速调节,提高运动员防守的速度。

男子篮球运动员体能训练中的耐力提升策略有以下几点。

有氧耐力训练。有氧耐力训练作为提高运动员耐力的基础性训练,主要是在低强度条件下进行长时间训练,提升运动员的心肺功能。比如最常见的有氧耐力训练方法——长跑,通过这种方式能够有效改善运动员的耐力水平和心肺耐力水平。在训练中,需要结合运动员的体能情况设计具有针对性的训练方案,不断加大跑步距离与时间。

无氧耐力训练。无氧耐力训练主要是针对比赛中频繁出现的剧烈运动,模拟比赛情景,让运动员进行高强度训练,改善运动员的无氧代谢水平以及恢复能力。如间歇跑是进行无氧耐力训练,运动员短时内可以进行高速度的短距离冲刺,然后进行短暂休息,再继续训练。运动员在进行无氧耐力训练时,可达到提高运动员对比赛短距离高强度对抗的耐受能力,以及疲劳状态下运动表现的目的。在进行无氧耐力训练时,一定要注意控制好训练强度和休息时间,保证运动员无氧耐力训练时充分恢复。

恢复训练。耐力训练对运动员的身体损耗量较大,恢复训练是运动员耐力提高策略中必不可少训练方法,恢复训练包括合理的膳食、充足的休息以及放松练习。其中合理的膳食是对耐力训练后运动员进行能量和营养补充,帮助其快速恢复身体的消耗,充足的睡眠可以帮助运动员加快其身体的康复和生长激素分泌,促使身体耐力的提升,适度的放松活动包括按摩放松、拉伸放松等,可以有效缓解运动员身体疲劳,避免其运动损伤。

男子篮球运动员体能训练中速度与耐力训练的结合策略有以下几点。

周期性的训练计划。提高男子篮球运动速度素质及耐力应遵循一定的周期性练习原则,在练习周期中适当进行速度练习与耐力练习的交替安排,防止长时间进行单一速度或耐力练习引起运动员的厌烦心理,进而导致疲劳。比如在某一个训练周期之前的阶段进行耐力练习,有氧、无氧耐力练习锻炼运动员的耐力素质,而后中段进行速度练习,增加速度力量、爆发力、技术性的训练。

个性化的训练方案。由于不同运动员的身体机能、技术、比赛经验等均存在着一定的差异,因此,在速度与耐力训练中要树立差异化的训练理念,教练员要结合运动员的具体情况,对训练内容、强度、训练频率等进行调整,如速度较快、耐力较差的运动员,可着重对耐力进行强化;耐力较好、速度较慢的运动员,可着重开展速度训练。

比赛与训练相结合。比赛是评判运动员速度与耐力训练成效好坏的途径,更是训练的重要辅助,运动员可通过参赛在实践中运用速度和耐力技能,并从中发现以后的训练方向,教练可依据运动员比赛结果制定训练方法与步骤。

男子篮球运动员体能训练中的速度与耐力二者相辅相成,互相影响、互相促进,利用科学手段,如训练法(力量训练、爆发力训练、有氧耐力训练、无氧耐力训练)、训练方法(周期性训练计划、个性化训练方案、比赛与训练相结合),能使男子篮球运动员的速度与耐力水平得到提高,为培养高素质篮球运动员打下基础。

(作者单位:重庆财经职业学院)

男子篮球运动员体能训练中速度与耐力的提升途径

□ 唐世灵