

体教融合背景下定向运动进校园的多维价值、现实困境及 应对策略

杜杨婷

西藏民族大学 陕西 咸阳 712000

【摘要】：随着体教融合战略的提出，对学校体育发展也提出了新的要求。定向运动对于学生个人而言有体质提升与生存技能习得，同时提高学生思维能力与心理韧性；对学校体育方面，它可丰富校园内容。定向运动在进校园过程中面临价值认同的缺失、专业人才匮乏、安全责任的模糊的问题。提出强化认知认同，构建多元主体的价值共识；加强师资建设，补齐专业人才结构性短板；健全安全保障；厘清风险责任归属的具体举措。

【关键词】：体教融合；定向运动；多维价值；现实困境；优化路径

DOI:10.12417/2705-1358.26.13.008

1 引言

2020年国家体育总局联合教育部印发《关于深化体教融合，促进青少年健康发展的意见》，旨在推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展，促进青少年健康成长、锤炼意志、健全人格，培养德智体美劳全面发展^[1]。意见明确提出要以“健康第一”的理念开展丰富多彩的训练、竞赛活动，进一步指导了校园体育的发展，更是为校园体育的改革指明了方向。当前，我国校园体育工作面临“学生喜欢体育但不喜欢体育课”“教学内容陈旧”等显著问题^[2]。在体教融合的大背景下，校园体育亟需引入新兴体育项目，这成为破解校园体育教学内容陈旧、体育课程同质化的关键抓手。

定向运动起源于瑞典的军事训练，作为一项融合体能、智能、技能的复合型运动项目，具有极强的锻炼身体素质与大脑极速思维的能力，其独特的多维价值成为破解校园体育现实困境的理想载体一既能通过趣味性运动激发学生参与热情，又能通过复杂环境适应训练弥补传统体育的育人短板。目前，定向运动已在诸多高校开展，但开展状况不尽人意，面临诸多现实困境。因此，本研究基于体教融合背景，系统分析定向运动进校园的多重价值，并细致探究其在校园开展所面临的困境，基于此提出定向运动进校园的优化路径，为校园定向运动的开展提供一定指导。

2 校园定向运动的多维价值体系

2.1 学生发展维度：体质提升与技能习得的双重效应

定向运动是一项在非固定场地进行的耐力性运动项目，不

仅使身体机能得到全面锻炼，更能习得地图试别与导航等生存技能。据《中国学生体质监测发展历程》调查研究可知，我国大学生体质呈下降趋势，特别是肥胖率持续以每5年2%至3%的速率上升^[3]。大学生是国家发展的中坚力量，也是“健康中国”战略实现的核心群体，其体质健康关系到全民族的健康水平。定向运动具有长时间、中高强度的间歇性奔跑特性^[4-5]，大学生参与定向运动能够提升心肺功能、肌肉耐力而提升个体的健康水平，并且有效对抗因久坐导致的肥胖问题。同时，定向运动通过奔跑、跳越、读图、记忆路线等多项内容的整合锻炼，促进学生感觉统合与神经肌肉控制能力的发展。定向运动需借助地图指北针等工具，学生在学习定向运动时可以深入学习到地图的识别、导航及路线规划等多方面技能，这些技能不仅是运动技能，更是社会生活的生存技能。

2.2 校园体育维度：丰富校园体育教学内容到育人模式创新

体教融合新理念的提出对校园体育工作提出了新的要求。校园体育不仅要符合健康第一的教育理念，教学内容更要丰富多彩，这就要求校园体育需要开展多种新兴项目。但是在校园教学场地有限的状况下，如何丰富校园教学内容是一个显著问题。定向运动因较低的运动场地依赖度成为破解这一问题的关键。整个校园都可当作定向场地，广阔的空间不仅利于教学内容的开展，更能激发学习兴趣。这种“把校园空间变成运动场”的项目特征，能够将有限的空间资源转化为广阔的育人天地，尤其能够为运动场地不足的学校提供开展新兴体育项目的可能。

作者简介：杜杨婷(1994—)，女，硕士研究生，讲师，研究方向体育教育。

基金项目：西藏文化传承发展协同创新中心2025年度“青蓝共进—老带新”课题“西藏户外运动产业高质量发展研究”(XT-ZB202529)；2024年西藏民族大学教学研究与改革项目“基于OBE理念的休闲体育专业实践教学体系构建与实施—以西藏民族大学为例”(2024636)、“数字化教学手段在西藏高校定向运动课程的应用及优化路径研究—以西藏民族大学为例”(2024637)。

同时,定向还与其他学科知识有效结合,拓展“基础课程+特色拓展”的特色教学模式。如将定向与安全教育结合能够提升学生应急生存能力^[6]。定向运动项目既丰富了学校体育的内容供给,更具备着体育教学与其他学科教学相融合的多重可能,为育人模式的多样化提供诸多手段。

2.3 社会适应维度:思维能力与心理韧性的同步提升

开展定向运动的教学使学生的独立思考、分析、解决困难能力和永不放弃的意志品质培养和锻炼^[7]。定向运动需要学生们根据画好的地图以及规划好的检查点按照一定的顺序进行打卡,过程中学生需要在持图奔跑的过程中根据实物进行实时参照,并迅速做出决策。因此,在运动过程中学生的大脑需要快速运转并及时决策,能够有效锻炼学生大脑的思维能力,独立决策、解决困难的独特方式为其注入了深厚的育人内涵,是培养学生非认知能力的有效载体,是传统运动项目所不具备的。定向使学生在身体极端疲惫时仍要面对未完成的挑战,使学生们学会应对压力与管理情绪,在坚持完成任务的过程实则在锤炼韧性、毅力和抗挫折能力,从而提升个人的心理韧性。同时,定向运动鼓励自立、自主且敢于承担责任,当学生成功依靠自身力量完成挑战所带来的成就感,是构建自我效能感和内在自信的强大源泉。学生在团队赛或集体活动中,通过沟通协作、分工配合、相互信任,共同达成目标,从而培养领导力、沟通能力、团队合作精神与责任感。

3 校园定向运动开展的现实困境

3.1 认知困境:价值认同的多维遮蔽

定向运动进校园碰到的第一个难题,是认知的偏差。各级层面对其缺乏系统性了解,仍然把它看作课外活动而不是课程资源,这就导致课程在经费投入、师资配置方面,很难得到实质性的支持。加之部分管理者把体育课的价值仅仅理解为体质测试要达标,对于新兴项目的教育功能缺乏足够的敏感度,于是就形成了一个“看不到价值—不愿意投入—难以看到成效—更忽视价值”的恶性循环。学生群体的认识偏差,表现在对定向价值的理解比较浅显,学生认为定向就是跑步加找点,只在意是否好玩,对于它带来的智力挑战、意志磨练等更深层的价值,体会和认识都不够。这种认识上的偏差,使学生参与的动机停留在“觉得好玩”这个层面,一旦没有新鲜感或遇到困难就容易放弃,很难形成持续参与的内在动力。

3.2 师资困境:专业人才的结构性匮乏

学校里专业老师不够,是影响校园定向运动发展的一个主要障碍。定向运动要求教师不仅要有体育教学的基本功,还得会看地图、画路线等专门技术,培养这种多面手老师需要的时间长、门槛也高,所以人才供应和需求之间差距特别大。从培

养的源头来看,高校里体育教育专业专门开设定向运动方向的学校少得可怜,真正系统学过定向运动的毕业生数量非常有限。大多数体育老师都是工作以后才通过短期培训接触这个项目,属于“半路出家”,他们对定向运动的理解往往停留在技术操作的层面,缺乏系统设计课程和开展教学的能力,就算有些老师参加过短期培训,也常常因为缺少持续的专业指导和实践机会,很难把学到的东西真正转化为稳定的教学能力。

3.3 风险困境:安全责任认定的模糊化

定向运动把课堂活动范围扩大到校园的各个角落,这在带来一些教育意义的同时,也确实带来了安全问题。校园空间不像标准操场那么可控,这就增加了发生危险的可能性。跟规划好的运动场比起来,学校里的教学楼梯、公路环境相对复杂,学生容易磕碰、摔跤。学生受伤,谁来担责?关于风险责任到底归谁管,大家心里好像都有个默认的想法,觉得学校可能要负起没完没了的责任,这种看不见的压力,导致很多学校宁愿放弃定向运动能带来的好处,也不愿意去冒这个险。再说保险保障这一块,目前也还没有完全跟上,虽然有些学校给学生买了校方责任险,但定向运动常常不在平常校园保险的范围内,加之学校主动去投保的意识也不够强,家长对保险条款也不清楚,使得通过保险来转移责任的办法不可行。

4 校园定向运动开展的优化路径

4.1 强化认知认同:构建多元主体的价值共识

针对学校层面与学生个人层面的认知困境,需采取分层施策、精准引导的策略,推动形成对定向运动育人价值的广泛认同。面向管理层的政策引导与考核驱动。将定向运动开展情况纳入学校体育工作评价指标体系,在“每天校园体育锻炼不少于两小时”“学生掌握1-2项运动技能”等政策落实情况的督查中,将定向运动作为特色指标予以考量。通过教育行政部门的刚性要求,倒逼学校管理者重新审视定向运动的课程价值。同时,组织专题培训,邀请已开展定向运动的学校分享经验,以成功案例破除管理层的认知盲区,使其认识到定向运动在破解场地困境、激发学生兴趣、提升体育育人成效方面的独特优势。面向学生的体验深化与价值内化。改变“重技能轻认知”的教学模式,在定向运动教学中增加项目文化介绍、价值阐释等环节,帮助学生理解定向运动“智勇双全”的独特魅力。通过组织赛后分享会、撰写定向日记等方式,引导学生反思活动过程中的认知挑战、情绪体验和意志考验,使其从“玩过”的浅层体验走向“悟到”的深层内化。

4.2 加强师资建设:补齐专业人才结构性短板

针对专业教师严重不足的问题,需构建“职后培训—专业支持”的师资建设体系。健全职前培养体系。强化职后培训机

制。依托“国培计划”“省培项目”以及体育教师继续教育平台,开展定向运动专项培训。培训内容应从单一的技术技能培训拓展为“技能+教学+安全”的综合培训,提升教师的课程设计和风险管控能力。建立分层培训体系,针对零基础教师开展入门培训,针对有基础教师开展提高培训,针对骨干教师开展培训者培训,形成可持续的师资培养梯队。建立专业发展支持系统。组建区域性定向运动教学研究共同体,定期开展教学研讨、公开课观摩、经验交流等活动,促进教师专业成长。建立定向运动教师网络研修社区,提供在线学习资源和专家指导,让教师能够持续获得专业支持。鼓励教师参与定向运动裁判员、教练员等级认证,打通专业发展通道。

4.3 健全安全保障:厘清风险责任归属

针对安全风险责任划分不明确这一现实困扰,需构建“风险预防—保险保障—责任认定”三位一体的安全保障体系。制定校园定向运动安全标准与操作规范。教育行政部门应会同体育部门,研究制定《校园定向运动安全指南》,明确活动开展的基本条件、场地要求、器材标准、师生配比、应急预案等规范要求。学校依据规范开展风险评估,做到“不评估不开展、

不安全不活动”。建立活动备案制度,学校组织定向运动前将安全方案报教育主管部门备案,接受专业指导与监督。加强师生安全教育与风险意识培养。将安全教育纳入定向运动教学内容,培养学生识别风险、规避风险的意识 and 能力。定期开展安全演练,让学生熟悉突发情况下的应急处理流程。对教师进行户外急救、风险管理专项培训,提升其风险识别与应急处置能力。通过“学生自护+教师防护”双重保障,最大限度降低事故发生率。

5 小结

在体教融合背景之下,把定向运动带入校园有着缓解校园体育场地紧缺、促进学生身心发展的好处,其更深层次的意义是让学生体育回到“通过体育来育人”这个根本目的上,让更多的学生在跑动和思考的过程中,能做到“脚下有地图、心里有方向”。但在进校园的过程中仍然面临教育价值认知不足、师资短缺以及风险责任归属的问题。对此,首先应该通过政策引导、学习经验、改变教学模式的方法让各级层面充分认识到定向运动的育人价值,再建立分层的师资体系,最后再通过规避风险、降低风险以及保险托底的方法来健全安全保障。

参考文献:

- [1] 体育总局,教育部.关于印发深化体教融合,促进青少年健康发展意见的通知[A/OL].(2020-08-31)[2026-01-20]https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2020-09/21/content_5545112.htm.
- [2] 潘凌云,王健,史航昊.新时代学校体育高质量发展的内涵、问题与进路[J].体育科学,2025,45(04):23-31+46.
- [3] 于腾腾,姚绩伟.健康中国背景下 Tabata 训练对女大学生体质健康水平的影响[J].山东体育科技,2025,47(03):57-62.
- [4] 鲍圣彬,刘阳.定向运动练习对大学生空间记忆能力的影响研究[J].福建体育科技,2022,41(3):87-92.
- [5] 刘阳,何劲鹏.不同任务情境下定向运动员视觉记忆特征及加工策略[J].体育学刊,2017,24(1):64-70.
- [6] 刘阳,柳文杰.定向运动体验式教学与应急安全教育融合模式研究[J].体育学刊,2019,26(06):108-112.
- [7] 徐奕宏.校园定向运动教学之研究[J].广州体育学院学报,2004,(01):115-117.