|  |  |
| --- | --- |
| 申报编号 |  |

《课题设计论证》活页

(不超过6000字)

（**填写说明：**本表供匿名评审使用。填写时，不得出现课题主持人的姓名、单位等信息，统一用×××、××××××代替。否则，一律不得进入评审程序。）

课题名称：积极心理学视野下高职院校体育教学新路径探究

**一、课题选题**

**（一）问题的提出**

**1积极心理学的兴起**

积极心理学倡导体育教育的最好方法是通过实践手段刺激和鼓励学生，以提高体育教学的质量，促进学生终身体育意识的养成。从积极心理学的角度来看，改变教学观念和方法来促进学校体育教学注重培养学生的心理健康和社会适应能力的理念，有理论价值意义和实践意义，能够建立良好的体育课堂教学氛围。随着社会经济的快速发展，积极心理学的研究越来越引起心理学家的关注，积极心理学有广泛的开发平台和远大的发展前景。

积极心理学当前受到的关注度如此之大，其在体育教学应用中将会受到极大的影响，但国内对积极心理学运用到体育教学中的研究非常少，积极心理学对体育运动心理学发展产生影响的分析也非常少。

**2素质教育推进的需要**

改革开放以来，国家重视学生体育健康的发展，制定出多个体育发展方针政策，学校体育工作得到快速发展，学生体质健康水平有了显著的提高。但是随着社会的发展，经济日益增长、科技水平飞速发展，人们的物质和精神文化得到满足，导致社会节奏加快、学生学业压力增大、意志品质薄弱，缺乏集体荣誉感，特别是在心理健康方面出现下滑状态，心理情绪波动大，遇到困难挫折容易形成自卑，悲观等心理矛盾，如果不能及时的指导，疏通，会造成学生形成心理疾病。

新一轮课程改革把“健康第一”、“以学生全面发展为本”作为指导思想，要求中学体育教学把促进学生心理健康和社会适应作为教学目标。以培养具有良好的心理品质，有合作精神意识的学生。但是在一线体育教学中，体育教师仍然延续传统的教学理念，教师上课把专注度放在课堂纪律及传授运动技能，学生上课按照教师的要求进行练习。中学体育教师以培养学生技能为主，促进学生身体健康为辅，而忽视学生情感目标培养。在此背景下，积极心理学的兴起，给体育教学培养心理健康带来重大启示。

1. **国内外相关研究的学术史梳理**

**国外研究现状：**

积极的社会环境中能够影响人们形成积极的情绪和积极的个性。人与环境是相互的，环境是促进人发展的基础，良好的环境适应能力可以促进积极心理素质的产生。积极心理学理论关注人们在积极情绪体验和积极个性培养的前提下，个体积极面对负面情绪的存在，同时更强调我们应该专注于积极的一面，能激发人热情的一面，让所有的人能够更乐观地生活。

积极心理学和积极教育的思想已经开始向学校体育迈进，如目前在美国小学体育教学中极具影响的SPARK课程，就是典型的积极体育课程，其目的是让教师学会如何改善体育教学质量，如何花更少的时间去管理学生，如何让孩子能够主动地参与有助于健康的体育活动，这些要求都是为了让学生更好地进行体育学习。教师在学生体育学习过程中充当“隐形人”和“合作者”的角色，它注重使学生在轻松愉悦的音乐氛围中积极主动地进行体育锻炼，最终养成终身体育的意识和习惯。

BrandonL.Alderman等人（2006）也研究了怎样在体育课中通过一些区别于传统体育教学的措施和策略，如让学生有更多自由选择的权利，给每一位学生提供可选择的机会，让学生积极快速地加入团体学习或者是练习当中等，以此增加学生对体育学习的热情和学习动机，另外，教师也要给学生创设积极健康的整体氛围，让学生变被动接受为主动参与，最终达到积极体育教育的根本目的，从而实现学生身心健康的最终目标。

**国内研究现状：**

通过查阅相关文献发现中国有部分专家是从2002年就开始研究积极心理学，但经过十几年的研发成果来看，虽然积极心理学在各个领域或学科的研究都开始萌芽，但积极心理学在中国的研究深度、成果还是相当薄弱。这主要表现在：一则，国内对积极心理学研究主要还是一些理论介绍，借鉴国外已有的研究成果来支持积极心理学的研究进程，一定程度上起到扩大积极心理学的影响作用，但对积极心理学的发展并未起到实质性的促进。

郑兰在《积极心理学在小学心理健康教育中的应用研究》一文中指出，小学生心理健康教育应当作为学校教育中的一个重要考核部分，要制定出一套完整的心理评价标准，形成统一的考核制度。具体的评价机制应该包括有：学校对于学生日常的心理健康工作安排，对心理健康课程的设置，对学生心理健康的考核与评价，都应该形成标准的制度。作为学校应该通过多渠道宣传有关心理健康的知识，对学生提出的有关心理健康问题，要做到及时解答，积极引导。

张琼在《积极心理学理论在职业院校体育教学中的运用》中说到，积极心理学是培养学生积极特质的最有效的办法之一，通过积极的引导能够增强学生的积极情绪体验，提高学生主动学习的动机。在体育教学中，学生如果具备良好的学习动机和明确的学习目标，才能够在学习的过程中保持积极主动和“我要学”的状态，即使在学习中遇到困难与挫折，也能够通过自身坚强的意志品质去克服困难，顺利完成教学目标，获得个人成功体验。

李芙蓉在《体育教学中团体心理辅导对大学生合作能力培养的实验研究》中指出当前大学生缺乏合作意识，社会适应能力差，不仅是社会发展中存在的问题，也是大学生心理健康教育的问题。虽然目前大学生都建立有大学生心理健康咨询中心，但未起到实质性的指导作用，对于大学生心理指导还需要通过多渠道教育。把团体心理辅导融入到学校体育教学中，既能扩宽心理健康教育的办法，又能够提高体育教学的氛围，提高学生学习的积极性，因此，通过体育教学能够有助于形成多途径地指导学生心理健康。

综上所述，目前国内对积极体育教学尚没有形成一个明确的宏观概念，也没有引起整体关注，仅有几篇研究都为理论初探和构想，目前未有站在整个学校教育的高度对积极心理学应用到实践中有全面、系统的研究，因此，积极体育教学在我国的学校体育领域有极大的发展空间和光明的应用前景。

1. **本课题相对已有研究的独到学术价值和应用价值**

**学术价值：**

针对积极心理学而言，其于教育教学方面的探究工作着重涉及心理学方面，同时获得相应成效，但在其他学科教学中的研究还较少，尤其是体育学科。积极心理学作为传统心理学的有效补充，其原理对学科教学有着显著的指导作用，其关注积极面的主张值得在一线教学的体育教师去借鉴补充。本文通过对高职院校教师的体育教学现状和学生的学习情况进行实证研究，尝试为其构建积极的体育教学模式，为体育教学的新路径提供思路，使得教师能更多地关注学生学习的积极体验，关注体育教学问题中的积极因素。

**应用价值：**

通过研究积极心理学在高职院校体育教学中的路径，尤其是在体育教学实践中重视对学生开展目的性、针对性的积极人格品质培养和引导，对增强他们日后的社会适应能力、社会发展能力具有重要奠基作用。另一方面本课题的研究对体育教师在教学方式和理念上也有一定的借鉴意义，更好地促进积极心理学在体育教学中的功能作用。

**二、课题论证**

（一）**研究内容**（概念界定、总体框架、重点与难点、主要目标）

**1概念界定：**

（1）积极心理学：

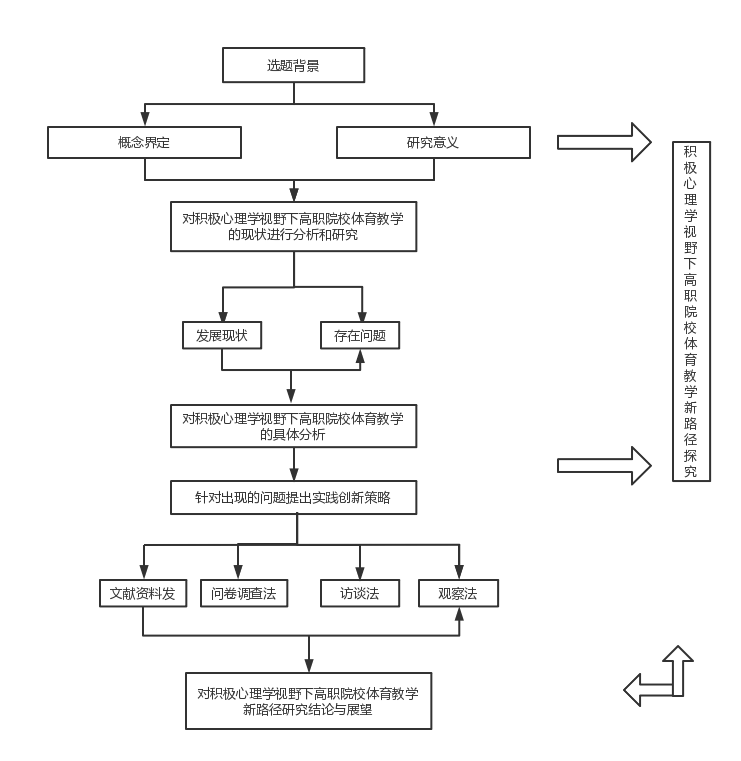
积极心理学（PositivePsychlolgy）的萌芽可以追溯到二十世纪三十年代推孟对幸福感和智商的研究，但二次世界大战打断了这一系列的研究，研究者对心理学积极层面的努力成果逐渐被战后心理创伤的医疗所取代。直到二十世纪末美国著名心理学家Seligman正式对积极心理学的理念有所界定，才在社会层面发展起来。研究者对于积极心理学的概念有不同的理解与界定，本文笔者较为赞同的概念为：积极心理学是利用心理学领域较成熟的方法，对人积极层面进行研究的一个新的研究方向。

（2）积极体育教学：

人的全面发展是教育的根本追求和宗旨，随着教育多方面的发展与不断改革，专家学者发现，积极心理学所倡导的理念与其不谋而合，这就为研究者对积极教育的研究提供了坚实的论据。陈振华（2009）将积极教育定义为：在传统的教育观念基础上，结合如今教育现实，受到积极心理学积极层面的影响下，而形成的一种积极层面的教育理念和方式，其倡导的理念、行动、情感体验和品质等都是积极的。

体育教育在学校教育中有着举足轻重的作用，如何积极有效地去引导学生参与到体育运动中来，这一直是广大体育教育工作者所关注的问题。基于此，有专家学者就将积极教育的理念逐步地引入到了体育教学中来，形成了积极体育教学的这一新型教学模式。有文章将积极体育教学定义为：在当前体育教学现实和教学观念的基础上，吸收了积极心理学思想和积极心理健康实践等诸方面优良品质下，形成的一种增进受教育者身心健康的教育类型。本文结合多位学者的观点，基于此将积极体育教学的概念定义为：在传统体育教学的基础上，吸收先进的教学理念，选取积极层面为目标，发展学生身心健康的一种新的教学模式。

**2总体框架：**



**3重点与难点：**

重点：本课题的重点在于通过实地调查与访谈，对积极心理学视野下高职院校体育教学路径现状进行分析，找出体育教学中存在的问题，针对问题给出相对应的新路径策略。

难点：积极心理学应用于体育教育中并没有形成系统的理论与方法，笔者是根据积极心理学的相关理论和国外一些积极体育教学的模式进行设计，积极心理学在体育教育方面的实证研究还比较少，这需要打破常规的体育教学模式，科学合理地设计一学期的积极体育课程。

**4主要目标：**

本文从积极心理学的角度出发，探讨其在高职院校学生的体育教学过程中的运用现状。通过对学生体育运动的接受情况和体育教师的教学情况进行分析，并在前人研究的基础上，突破传统体育教学存在的问题，让更多人了解积极体育教学的意义，旨在为解决体育教学工作所面临的问题提供一种新的路径。

1. **思路方法**（研究的基本思路、具体研究方法、研究计划）

**1基本思路：**

本文首先介绍了积极心理学的概念界定、研究背景和研究现状。在此基础上重点从积极心理学在体育教学中的作用与功能以及在体育教学中存在的问题两个方面着手，通过实地调查获得一手数据，选取xx市xx高职院校的学生和教师，分别对教师的体育教学现状和学生的体育运动的接受情况进行分析，进而针对积极心理学视域下高职院校体育教学所存在的问题加以阐述，提出针对性的创新路径，以期更好地发挥积极心理学在高职院校体育教学中的作用。

**2研究方法：**

（1）文献资料法

通过查阅专著、期刊论文、以及上网查询相关体质测试材料，获取大量相关体质测试的文件、书籍，通过对相关信息资料的收集、整理和分析，进一步掌握积极心理学在体育教学的研究现状与发展动态，为本论文提供研究资料。

（2）问卷调查法

根据本论文所要达到的目标及调查设计的理论方法，专门设计调查问卷，运用问卷调查法，选取张家界市张家界航空工业职业技术学院500名学生和30名教师，分别进行问卷的发放，制成《积极心理学视野下高职院校体育教学调查问卷》，并收回有效问卷，利用SPSS软件分析整理数据，最后综合分析得出结论。

1. 访谈法

通过课下与该校的体育任课教师进行沟通，了解目前上课过程中存在的问题和实施情况，并根据他们的相关建议不断完善积极体育教学模式。在教学实验对参加实验的学生进行访谈，了解他们的心理变化，以便更有效地对学生进行心理辅导，促进他们身心健康发展

（4）观察法

在研究过程中，对研究个案以及实验实施阶段进行有目的、有计划、多方面、多角度、多层次的感知和观察，并且在观察的过程中做到客观、公正、实事求是，并做好相关的记录，最后对观察得到的结果进行整理分析，从而获得与本研究相关的资料。

**3研究计划：**

文献阅读总结，研究基础分析→成立《积极心理学视野下高职院校体育教学新路径探究》课题调查小组→从研究背景、研究现状、案例分析等方面探究积极心理学视域下高职院校体育教学存在的问题→针对问题采取合适的研究方法提出实践创新策略。

1. **创新之处**（在学术思想、学术观点、研究方法等方面的特色和创新）

思想创新：过去关于积极心理学在体育教学方面的研究主要从研究者“客位”的角度分析普及现状的伦理问题，本研究选择从教师和学生两个“主位”的角度分析来积极心理学在高职院校体育教学过程中的客观表现。

观点创新：国内近几年关于积极心理学的研究主要在于研究积极心理学与学科教学的结合，但体育与其他学科存在明显的差别，它着重于以身体练习为主，这就要求在教学过程中将积极心理学渗透到课堂组织形式和练习过程中。本文就是以积极心理学的相关理念为导向，借鉴国外成熟的教学模式，找出积极心理学视域下高职院校体育教学存在的问题，并针对问题给出创新实践路径，旨在为学生培养积极情绪，建立良好教学环境。

方法创新**：**过去学术界关于积极心理学在体育教学方面的研究主要基于定性分析，只注重理论成果，本研究在定性分析的基础上，采用理论结合实际的研究方法，借用了社会学、人类学的问卷调查和访谈方法，对相关问题进行定量分析。

（四）**预期成果**（必须包含一份研究报告）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序号 | 成果名称 | 成果形式 |
| 1 | 《积极心理学视野下高职院校体育教学新路径的可行性研究》 | 论文 |
| 2 | 《积极心理学视野下高职院校体育教学新路径的调查研究》 | 论文 |
| 3 | 《积极心理学视野下高职院校体育教学新路径的策略研究》 | 研究报告 |
|  |  |  |

1. **预期成果使用去向及社会效益**

成果形式：课题研究时，形成项目结题报告或论文、实录光盘等内容。

成果使用去向：以学校为成功案例向市、省甚至更大范围推广。

成果社会效益：本课题对于积极心理学视野下高职院校体育教学新路径进行研究，使我们对于提升体育教师课程实施水平的价值有更全面地认识和实践指导，为教育改革提供新的思路。

1. **重要参考文献（**开展本课题研究的主要中外参考文献）

[1]李清.基于积极心理学的体育教学对中学生运动动机与锻炼行为影响的实验研究[D].华东师范大学,2022.

[2]耿晓松.“积极心理学”在中学体育教学中的应用研究[D].鲁东大学,2019.

[3]赵瑾.积极心理学在中学体育教学应用的实证研究[D].广西师范学院,2016.

[4]张淇.积极心理学理念下的高中体育课运动参与目标达成的实验研究[D].华东师范大学,2016.

[5]董佼.积极体育教学对小学生心理发展影响的实验研究[D].华东师范大学,2012.

[6]刘巧玲.积极体育教学对中学生心理发展影响的实验研究[D].华东师范大学,2012.

**三、研究基础**

**（一）学术简历**（主持人主要学术经历、学术兼职）

**（二）学术积累（**主持人取得的教育科学以及其他人文社会科学最高级别研究成果，每类限填5项）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 独著或合著（排名前3位）的著作、论文、咨询报告、批示转载等成果名称 | 独著/合著 | 成果形式 | 发表刊物、出版单位、批示人 | | 取得成果时间 |
| 高校体育教学中彰显核心价值观的研究 | 合著 | 论文 | 亚太教育出版社 | | 2016.03 |
| 张家界地区青少年夏令营户外教育活动研究 | 独著 | 论文 | 吉首大学出版社 | | 2016.05 |
| 许昕主要得分技战术的统计与分析 | 合著 | 论文 | 体育世界（学术版） | | 2017.09 |
| 基于体育健康促进的青少年体育学习动机激励探究 | 独著 | 论文 | 体育师友 | | 2018.02 |
| 文化变迁视角下青少年体育健康促进理论研究 | 独著 | 论文 | 体育风尚 | | 2018.03 |
| 身体维度:青少年体育健康促进内涵解析 | 独著 | 论文 | 情感读本 | | 2018.04 |
| 城乡差异背景下农村学校开展学生体质健康的研究 | 合著 | 论文 | 当代体育科技 | | 2018.07 |
| 传统教育文化在张家界体育旅游发展中的作用 | 独著 | 论文 | 科教文汇 | | 2021.02 |
| 高校体育中体育游戏的德育价值探析与利用 | 独著 | 论文 | 学周刊 | | 2021.08 |
| 主持或参与（排名前5位）的课题名称 | 主持/参与 | 课题类别 | 批准时间 | 批准单位 | 是否结题 |
| 湖南省青少年体育健康促进与治理机制研究 | 主持 | 一般项目 | 2017.11 | 湖南省体育协会 | 结题 |
| 《大学体育游戏》课程思政研究 | 主持 | 一般项目 | 2019.05 | 张家界航空职院 | 结题 |
| 新时期高校体育教师行为失范校准矫正机制研究 | 主持 | 一般项目 | 2020.10 | 张家界航空职院 | 结题 |
| 张家界市传统体育文化与旅游融合发展研究 | 主持 | 一般项目 | 2022.10 | 张家界社科 | 未结 |
| 个人或集体（排名前5位）获奖成果名称 | 个人/集体 | 成果类型 | 批准时间 | 批准单位 | 获奖等级 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 排名前5位的其他成果（成果名称及佐证信息） | | | | | |
|  | | | | | |
|  | | | | | |
|  | | | | | |
|  | | | | | |
|  | | | | | |

（三）**条件保障：**完成本课题研究的时间保证、资料设备、经费支持等科研条件。

时间保障：课题组制定了周密的课题计划，课题组成员会按照时间安排严格地开展课题相关研究，以责任到人为准则，保障课题组研究人员的认识统一，实行定期交流讨论的相关制度，课题开展与实施均已有了具体的安排。

**人员保障**：课题组核心成员都是具备丰厚科研经验的骨干力量，都具备研究生及以上学历，有一定课题经验，科研能力强，朝气蓬勃并积极投身于各种实践，科研氛围浓厚。成立研究工作领导小组，全面负责研究工作。建立健全研究制度，定时间、定地点、定研究内容，保证研究落到实处。组织相关人员围绕本课题积极开展前期准备工作。

**科研条件保障**：教育教学改革的领导非常重视支持集体和个人开展科研活动，加强了科研工作的量化考核，积极鼓励和引导相关人员投入到科研中来。并且调研过程中设备齐全，均配有计算机，能满足课题组上网搜索研究资料的需求，这使该课题在研究方面又有了很好的硬件方面的支撑。

