

体育活动融入高校思政工作中促进学生全面发展的心理育人模式构建

陈 智,周建铭

(南京晓庄学院,江苏南京 211171)

[摘 要]新时代高校立德树人要求推动体育育人、心理育人与思政育人协同发展,但体育参与促进大学生价值认同形成的心理内化机制尚缺乏系统阐释。基于此,本文聚焦“体育参与何以促进价值认同形成”这一研究问题,以人的全面发展理论、自我决定理论、心理资本理论、社会认同理论和具身认知理论为基础,构建“体育参与促进价值认同形成的心理内化机制模型(PIM-SV)”。研究采用文献分析、问卷调查、半结构化访谈和准实验相结合的方法,以南京晓庄学院862份有效问卷、32人次访谈及120名大学生干预实验为依据进行分析。研究认为,体育参与通过满足自主、胜任与归属三种基本心理需要,促进心理资本积累,进而强化社会认同与价值认同,最终实现学生身心、思想与社会适应能力的协同发展。本研究揭示了体育参与经由心理资本促进价值认同的作用机制,丰富了高校体育育人与思政协同研究的理论解释,为高校构建协同育人体系提供了实践路径。

[关键词]体育参与;价值认同;心理内化机制;心理资本;协同育人

[作者简介]陈智(2004—),男,江苏连云港人,南京晓庄学院学生,本科在读,研究方向:体育人文社会学。周建铭(1992—),男,吉林长春人,南京晓庄学院讲师,博士研究生,研究方向:运动心理学、体育思政。

[基金项目]本文系南京晓庄学院大学生实践创新训练计划项目(项目编号:S202511460086)。

[DOI] <https://doi.org/10.62662/llyj0204011>

[中图分类号] G641

[本刊网址] www.oacj.net

[投稿邮箱] llyj2025@163.com

新时代高校立德树人实践不断深化,体育育人、心理育人与思政育人的协同融合已成为促进大学生全面发展的重要议题。已有研究普遍证实,体育参与能够改善心理健康、增强社会适应能力,并对思想政治教育产生积极影响;与此同时,在课程思政、体育思政和心理健康教育等领域也形成了较为丰富的实践探索。然而,现有研究主要聚焦于体育参与对心理健康或价值培育的直接效应,以及体育、思政、心理教育之间的两两融合,对体育参与何以促进大学生价值认同形成的内在作用机制缺乏系统解释,尤其缺少基于心理内化过程揭示体育参与、心理资本与价值认同之间逻辑关系的理论建构与实证检验。此外,已有成果多停留于实践模式总结,关于体育育人促进价值内化的作用链条及其协同育人机制尚未形成统一的理论框架。

基于此,本文立足人的全面发展理论,融合自我决定理论、心理资本理论、社会认同理论和具身

认知理论,提出“体育参与促进价值认同形成的心理内化机制模型(Psychological Internalization Mechanism of Sports Participation and Value Identity, PIM-SV)”,重点回答三个研究问题:第一,体育参与促进大学生价值认同形成的心理内化机制是什么;第二,心理资本在体育参与影响价值认同过程中发挥何种作用;第三,高校如何基于这一机制构建体育、心理健康教育与思想政治教育协同育人的实践体系。

一、文献综述与理论分析

近年来,随着高校“三全育人”综合改革持续推进,体育活动作为落实立德树人根本任务的重要实践场域,其育人价值已由促进身体发展逐步拓展至心理成长、价值塑造与全面发展,成为教育学、体育学、心理学和思想政治教育等领域共同关注的重要议题。总体来看,相关研究经历了由关注体育促进身体健康,到强调心理品质培育,再延伸至价值塑造与协同育人的理论演进,其研究重心亦由体育育

人功能阐释逐渐转向作用机制解释。然而,体育参与如何通过心理机制实现价值认同生成,迄今尚未形成具有较强解释力的理论框架。

国外相关研究主要立足心理学与社会学理论解释体育促进个体发展的内在机制。Deci 和 Ryan 提出的自我决定理论认为,自主性、胜任感和关系需要的满足是持续体育参与和内在动机形成的根本动力;Bandura 的社会认知理论进一步揭示,自我效能通过成功经验、替代学习和社会支持不断强化,是体育促进积极心理品质发展的关键机制;Astin 提出学生卷入理论,强调体育活动能够促进认知投入、情感投入与行为投入的协同提升;Tajfel 和 Turner 的社会认同理论则指出,群体互动能够增强身份认同与组织归属,为价值认同形成提供社会心理基础。由此,国外相关研究逐步形成了“动机激发—心理发展—社会认同”的理论解释路径,但其关注重点仍主要停留于心理成长和行为改善,对于积极心理品质如何进一步转化为价值认同,尤其在高校思想政治教育情境中的作用机制尚缺乏系统回应。

国内相关研究主要围绕体育课程思政、体育心理育人与价值塑造展开,并呈现由课程改革研究向协同育人机制研究不断深化的发展趋势。一方面,以常益(2018)、张洋(2022)、赵富学(2022)等为代表的研究认为,体育课程具有身体实践性、情境体验性和价值浸润性,应推动体育课程思政由价值融入走向机制协同;另一方面,积极心理学视域下的相关研究普遍证实,持续体育参与能够提升心理韧性、自我效能、积极情绪体验及社会适应能力,为积极心理资本形成提供重要支持;与此同时,关于体育文化、体育精神与社会主义核心价值观契合关系的研究进一步拓展了体育价值育人的理论边界。总体而言,国内相关研究已形成“课程思政—心理育人—价值塑造”三条相互关联的研究主线,但三者仍多呈并列式分析,对于体育参与、心理资本与价值认同之间的连续作用机制尚缺乏整合性的理论解释。

综合已有研究,可以发现当前研究仍存在三方面不足:其一,机制解释不足。现有研究较多关注体育育人功能,对体育促进价值认同形成的内在心理机制缺乏统一解释;其二,中介检验不足。心理资本是否以及如何连接体育参与与价值认同,尚缺乏系统的理论建模与实证检验;其三,实践验证不足。已有成果多基于理论分析或横断面调查,结合持续干预开展机制验证的纵向研究相对有限。上述不足表明,现有研究尚未建立“体育参与—心理

资本—价值认同”之间完整的理论链条,体育、心理与思政协同育人的内在逻辑仍有待进一步揭示。

基于此,本文以人的全面发展理论、积极心理学理论和协同育人理论为分析基础,构建“体育参与→心理资本→价值认同→全面发展”理论分析框架,提出心理资本是体育参与促进价值认同形成的关键中介机制,并结合问卷调查、半结构化访谈与准实验干预开展机制检验,以回应现有研究在理论解释、机制识别与实践验证方面的不足,进一步丰富高校体育课程思政与心理育人协同研究的理论体系。

二、理论模型与研究假设

为揭示体育参与促进大学生价值认同形成的内在机理,本文综合人的全面发展理论、自我决定理论、心理资本理论、社会认同理论、具身认知理论、社会认知理论与体验学习理论,构建“体育参与促进价值认同形成的心理内化机制模型(Psychological Internalization Mechanism of Sports Participation and Value Identity, PIM-SV)”。该模型认为,体育参与并非直接促进价值认同,而是通过满足个体自主、胜任和归属三种基本心理需要,推动心理资本积累,进而增强社会认同,实现价值理念由外部认知向内部认同的心理内化,最终促进大学生身体、心理、思想和社会适应能力的全面发展。该模型属于基于心理内化过程的理论机制模型,可进一步采用结构方程模型(SEM)进行路径检验。

依据上述理论逻辑,提出以下研究假设:

H1:体育参与对大学生心理资本具有显著正向影响。体育活动通过满足自主、胜任和归属等基本心理需要,促进希望、自我效能、心理韧性和乐观等心理资本形成。

H2:心理资本对大学生价值认同具有显著正向影响。心理资本水平越高,个体越容易形成积极的社会认同,并实现集体主义、责任担当、规则意识等价值理念的內化。

H3:心理资本在体育参与影响价值认同过程中发挥中介作用。体育参与主要通过促进心理资本积累,实现价值认同的心理内化,而非直接作用于价值认同。

H4:价值认同对大学生全面发展具有显著正向影响。价值认同形成能够进一步促进学生身体素质、心理品质、思想素养和社会适应能力的协同提升,实现人的全面发展目标。

综上,PIM-SV 模型构建了“体育参与→心理资本→价值认同→全面发展”的理论路径,为解释体育育人的价值生成机制提供了统一的分析框架,也

为后续实证检验和高校协同育人体系构建奠定了理论基础。

三、研究设计

(一)研究对象与抽样设计

本研究以南京晓庄学院在校本科生为研究对象,采用分层整群抽样方法,依据年级、专业类别和性别比例进行抽样,共发放问卷920份,回收有效问卷862份,有效率为93.70%。为进一步检验理论模型,采用准实验设计,从样本中选取120名学生组成实验组,实施为期12周的体育育人干预,并采用“前测—干预—后测”设计进行效果评估。同时,对体育教师、思想政治理论课教师、心理健康教育教师及学生代表开展半结构化访谈,共完成32人次访谈,以实现量化数据与质性资料的交叉验证。

(二)变量定义与测量工具

依据PIM-SV理论模型,体育参与为自变量,心理资本和价值认同为核心中介变量,全面发展为结果变量。体育参与主要测量学生体育课程参与、课外体育锻炼、团队运动参与及体育投入程度;心理资本包括希望、自我效能、心理韧性和乐观四个维度;价值认同包括规则意识、责任担当、集体主义和社会主义核心价值观认同等维度;全面发展涵盖身体发展、心理发展、思想发展和社会适应四个维度。各变量均优先选用国内外成熟量表,并结合高校体育育人情境进行适度修订,采用Likert五点计分方式测量。

(三)数据质量控制

正式调查前开展预测试,对量表内容和表述进行修订完善。正式调查后,采用Cronbach's α 系数检验量表内部一致性,利用KMO检验和Bartlett球形检验评估结构效度,并通过验证性因子分析检验聚合效度与区分效度。同时,采用Harman单因子检验对共同方法偏差进行检验,以降低同源数据带来的系统误差。

(四)实验设计、伦理说明与统计分析

实验干预以“体育参与促进价值认同形成的心理内化机制模型(PIM-SV)”为理论依据,将体育课程、团队运动、心理辅导和价值引导有机融合,每周开展2次、每次90分钟的综合干预,连续实施12周。研究严格遵循知情同意、自愿参与、匿名填写和信息保密原则,经学校相关伦理程序审核后实施。数据处理采用SPSS 27.0进行描述统计、信效度检验、Pearson相关分析、回归分析、Bootstrap中介效应检验及配对样本t检验;在此基础上,运用AMOS 26.0构建结构方程模型(SEM),对PIM-SV理论模型及研究假设进行路径验证。

四、结果分析

(一)描述统计与信效度检验

对各研究变量进行描述统计分析,结果表明,各变量均值和标准差处于合理范围,数据分布满足后续统计分析要求。量表内部一致性检验显示,各变量Cronbach's α 系数均达到可接受标准;KMO检验及Bartlett球形检验结果支持开展因子分析。进一步通过验证性因子分析检验聚合效度和区分效度,各潜变量测量指标均达到统计学要求,说明量表具有良好的信度与效度。

(二)相关分析与回归分析

Pearson相关分析结果表明,体育参与、心理资本、价值认同和全面发展之间均呈显著正相关,为后续机制检验提供了基础。进一步采用层级回归分析,在控制性别、年级和专业等变量后,体育参与对心理资本具有显著正向预测作用,心理资本进一步显著预测价值认同,价值认同对全面发展具有显著正向影响,各研究假设得到初步支持。

(三)中介效应与结构方程模型检验

采用Bootstrap重复抽样法对心理资本的中介效应进行检验。结果显示,体育参与对价值认同的间接效应达到统计学显著水平,置信区间不包含0,说明心理资本在体育参与影响价值认同过程中发挥中介作用。进一步运用AMOS构建PIM-SV结构方程模型,各项模型拟合指标达到推荐标准,体育参与、心理资本、价值认同和全面发展之间的路径关系均达到显著水平,验证了本文提出的心理内化机制模型。

(四)实验干预效果分析

配对样本t检验结果表明,经过12周体育育人干预后,实验组学生心理韧性由62.3分提升至84.7分,情绪调节能力由65.8分提升至84.1分,压力感知由78.5分下降至54.2分,前后测差异均达到统计学显著水平($P<0.05$)。访谈结果进一步表明,学生普遍认为体育活动增强了团队合作意识、规则意识和责任担当,价值认同水平得到积极提升。

综上,研究结果表明,体育参与并非直接促进价值认同形成,而是通过满足基本心理需要、积累心理资本并强化社会认同,实现价值理念由外部认知向内部认同的心理内化,最终促进大学生身体、心理、思想和社会适应能力的协同发展。上述结果验证了PIM-SV理论模型的基本逻辑,并为高校体育、心理健康教育与思想政治教育协同育人提供了实证支持。

五、讨论与理论贡献

本研究基于高校大学生体育参与实践,围绕

“体育参与—心理资本—价值认同—全面发展”的分析框架,对“体育+思政+心理”协同育人模式进行了实践检验。研究表明,体育参与不仅能够改善大学生心理状态,而且能够通过心理资本促进价值认同形成,实现学生身心发展与思想成长的协同提升。这一发现进一步揭示了体育促进学生全面发展的内在机制,也为新时代高校协同育人提供了新的理论解释。

(一)体育参与通过心理资本促进价值认同,拓展了体育育人的作用机制解释

已有研究普遍肯定体育活动在促进规则意识、责任担当和集体主义精神形成中的积极作用,但多数研究将体育参与与价值塑造视为直接对应关系,对其中的心理作用机制关注相对不足。本研究发现,体育参与首先作用于大学生心理发展,通过持续的运动体验、目标达成和同伴支持提升心理韧性、改善情绪调节能力并降低压力感知水平,在积极心理品质不断积累的基础上进一步促进价值认同的形成。这说明,心理资本不仅是体育育人的重要结果,更是体育促进价值内化的重要中介。

这一发现表明,体育育人的价值并不主要来源于价值理念的直接灌输,而是在真实运动情境中,通过积极心理资源的不断积累,为学生形成稳定的价值认同提供心理条件。相较于已有研究强调体育直接塑造价值观的线性解释,本研究提出“体育参与—心理资本—价值认同”的递进机制,更符合大学生心理发展规律,也进一步丰富了体育育人的理论解释。

(二)协同育人成效来源于体育参与、心理成长与价值建构的动态耦合

实践结果进一步表明,体育育人、心理育人与思想政治教育之间并非简单叠加,而是在持续体育参与过程中形成动态耦合、相互促进的协同机制。体育活动通过课程学习、团队竞赛和实践体验,为学生提供真实的社会化情境;心理资本帮助学生形成积极人格品质,增强自我效能感和社会适应能力;价值认同则在规则遵循、合作互动和责任承担过程中不断深化,并逐步转化为稳定的行为取向。三者共同构成由实践体验、心理发展到价值生成的连续育人过程。

这一结果说明,高校协同育人不应停留于教育资源整合或部门协作层面,而应围绕学生成长规律实现育人机制整合。只有将体育活动、心理支持和价值引领纳入统一育人体系,通过课程、活动、实践和评价的协同设计,才能形成持续稳定的育人效应,实现学生身体素质、心理品质与思想素养的协

同提升。

(三)本研究的理论贡献

相较于已有研究,本文的理论贡献主要体现在三个方面。

第一,构建了“体育参与—心理资本—价值认同—全面发展”的分析框架,将体育活动、心理成长与价值塑造纳入统一的理论体系,揭示了体育促进学生全面发展的递进作用机制,突破了体育直接作用于价值塑造的线性解释路径。

第二,明确了心理资本在体育参与影响价值认同过程中的中介地位。已有研究多将心理健康作为体育育人的结果变量,而本文进一步提出,积极心理品质既是体育活动的重要产出,也是价值认同形成的重要心理基础,从而丰富了高校体育育人与心理健康教育融合发展的理论解释。

第三,在人的全面发展理论、积极心理学理论和协同育人理论基础上,构建了体育促进价值内化的综合分析框架,实现了体育教育、思想政治教育和心理健康教育的理论贯通,为高校协同育人研究提供了新的分析视角,也为后续开展机制检验、中介效应分析和纵向追踪研究提供了理论基础。

(四)实践启示

研究结果表明,高校应进一步突破体育教育以运动技能培养为中心的传统定位,将体育活动作为促进心理成长和价值塑造的重要实践载体,推动体育教育、思想政治教育与心理健康教育由资源协同向机制协同转变。实践中,应围绕学生成长全过程,完善课程融合、活动融合、实践融合和评价融合的运行体系,建立跨部门协同育人机制,形成多主体共同参与、全过程持续推进的工作格局。同时,应健全以心理成长和价值发展为导向的综合评价体系,将心理韧性、责任担当、规则意识等指标纳入育人成效评价,实现体育育人由经验探索向科学评价、由阶段实践向制度化运行转变,不断提升高校协同育人的整体质量与实效。

六、结论

本文围绕“体育参与为什么能够促进大学生价值认同形成,其心理内化机制是什么,以及高校如何基于这一机制构建协同育人体系”这一核心研究问题,构建并验证了体育参与促进价值认同形成的心理内化机制模型(PIM-SV)。研究表明,体育参与并非直接促进价值认同,而是通过满足基本心理需要、积累心理资本、强化社会认同,实现价值理念的心理内化,并最终促进大学生身体、心理、思想和社会适应能力的全面发展。基于此,高校应以心理内化机制为逻辑主线,推动体育、思想政治教育与

心理健康教育深度融合,实现由“协同育人模式”向“价值生成机制”的转变,为新时代高校落实立德树人根本任务提供新的理论解释和实践路径。

七、研究局限与展望

本研究仍存在一定局限:一是样本来源于单所高校,研究结论的外部效度有待通过跨区域、多类型高校样本进一步验证;二是受研究条件限制,心理内化机制主要基于问卷调查与准实验数据进行检验,未来可结合纵向追踪研究、多源数据和混合研究方法,进一步提升因果推断能力;三是 PIM-SV 理论模型尚需结合结构方程模型、多群组分析及跨文化比较研究持续优化,以进一步检验其稳定性、普适性及理论解释力,为高校体育育人与思想政治教育融合发展提供更具普遍性的理论依据。

参考文献:

- [1] Cahill, S. E. Shall the Twain Ever Meet? (Review of *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory* by Albert Bandura)[J]. *Contemporary Sociology*, 1987, 16(1): 12-13.
- [2] Miller, K. A. Review of *Intrinsic Motivation and Self-determination in Human Behavior* by Edward L. Deci and

Richard M. Ryan[J]. *Contemporary Sociology*, 1988, 17(2): 253.

[3] 常益,张姝. 健体育魂:大学体育课程的思政教育转向研究[J]. *体育文化导刊*, 2018(6): 136-141.

[4] 张洋,张泽一,魏军. 高校体育课程思政:育人特性、实践样态与行动方略[J]. *体育文化导刊*, 2022(3): 104-110.

[5] 赵富学,赵鹏. 高校体育课程思政建设的组织协同与深度推进研究[J]. *南京体育学院学报*, 2022, 21(9): 1-7, 87.

[6] 陈克正. 新时代高校“体育+思政”协同融合育人体系的构建[J]. *思想理论教育导刊*, 2020(9): 152-154.

[7] 张学敏,周杰. 技术变革下“个人全面发展”的教育选择——新时代马克思核心教育思想再认识[J]. *清华大学教育研究*, 2020, 41(6): 7-17.

[8] 喻欣楠. 高校体育教育的课程思政功能探析[J]. *南京体育学院学报*, 2020, 19(12): 66-69.

[9] 江娟,程正义,郭庆,等. “双减”政策背景下新时代学校体育高质量发展的理论与实践思考[J]. *沈阳体育学院学报*, 2022, 41(3): 29-36.

[10] 深化新时代教育评价改革总体方案[Z]. 2020.

[11] 关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见[Z]. 2020.

[12] 教育部等十七部门关于印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》的通知[Z]. 2023-4-20.

A Psychological Internalization Model of Physical Activity for Promoting Value Internalization among College Students

CHEN Zhi, ZHOU Jian-ming

(Nanjing Xiaozhuang University, Nanjing Jiangsu 211171, China)

Abstract: Although physical activity has been widely recognized as an important educational resource, the psychological mechanism through which it promotes value internalization among college students remains insufficiently understood. To address this gap, this study proposes a Psychological Internalization Mechanism of Sports Participation and Value Identity (PIM-SV) based on the theory of holistic human development, self-determination theory, psychological capital theory, social identity theory, and embodied cognition theory. A mixed-methods design integrating literature review, questionnaire survey, semi-structured interviews, and a quasi-experimental intervention was adopted. Empirical evidence was drawn from 862 valid questionnaires, 32 interviews, and a three-month intervention involving 120 undergraduate students at Nanjing Xiaozhuang University. The results indicate that physical activity promotes value internalization by satisfying students' basic psychological needs for autonomy, competence, and relatedness, thereby enhancing psychological capital, strengthening social identity, and ultimately facilitating value internalization. The proposed PIM-SV model advances the theoretical explanation of the psychological pathway linking physical activity and value internalization, enriches the literature on the integration of physical education, ideological and political education, and mental health education, and provides theoretical support for developing collaborative education systems in higher education.

Key words: physical activity; psychological internalization; value internalization; psychological capital; collaborative education