

2026 年湖南省普通本科高校教育教学改革 典型分享项目成果简介

项目名称：一流本科课程建设背景下大学生体育课参与意愿
与行为的差异性及其对策研究

单位名称：湖南大学

项目主持人：戴兴鸿

团队成员：郑华章 王 根 朱文秀 郑紫亚

一、项目研究背景

2019 年教育部发布了《关于一流本科课程建设的实施意见》，这是为贯彻落实习近平总书记关于教育的重要论述和全国教育大会精神，落实新时代全国高等学校本科教育工作会议要求，深化教育教学改革，把教学改革成果落实到课程建设上而提出的意见。表明我国已经将本科教育的重要性上升到前所未有的高度。课程是人才培养的核心要素，课程质量直接决定人才培养质量。高校体育课程是以身体练习为主要手段，通过合理的体育教育和科学的体育锻炼，使大学生达到增强体质、增进健康和提高体育素养为目的的公共基础课程，是实施素质教育和培养全面发展人才的重要途径。大学生是国家的未来和民族的希望，促进大学生提高身体素养和养成健康生活方式是学校体育教育的重要内容。

2025 年教育部等五部门联合印发的《关于实施学生体质强健计划的意见》中明确要求实施大学生体质提升专项行动，并对高校体育课程和大学生体育运动时间做出相关要求，以及要求大学生熟练掌握至少一项运动技能，增强运动参与，养成体育锻炼习惯。现阶段我国大学生的体质健康呈现持续下降的趋势，调查显示经常参与体育锻炼的大学生不足 20%。大学生在体育课中的参与意愿高，但是参与行为少，收不到良好的教学效果和锻炼效果。因此，对大学生体育课参与意愿与行为影响因素及作用机制的探索，能为体育课程教学改革措施的制定与实施提供科学依据，也为大学生健康行为干预及培养大学生的锻炼习惯提供参考。同时对提升体育教学质量，对推动本科体育课程建设有重要意义。

二、研究目标、任务和主要思路

（一）研究目标

本研究基于一流本科课程建设背景，从大学生体育课的参与意愿和参与行为出发，分析大学生体育课参与意愿与参与行为的影响因素，揭示两者间存在的差异性。本研究的目标：

1. 以体育行为理论等为基础，论述大学生对健康的认知、体育课参与意愿与行为。
2. 实证研究大学生对健康的认知度对其体育课参与意愿和参与行为的影响。
3. 实证研究分析主观规范、自我效能、锻炼壁垒对大学生体育课参与意愿和行为的影响。
4. 分析大学生体育课参与意愿和参与行为的差异性及产生差异的原因。
5. 在以上理论分析与实证研究的基础上，探讨研究结果的实践意义，并提出促进大学生体育课参与行为的对策与建议。

（二）研究任务

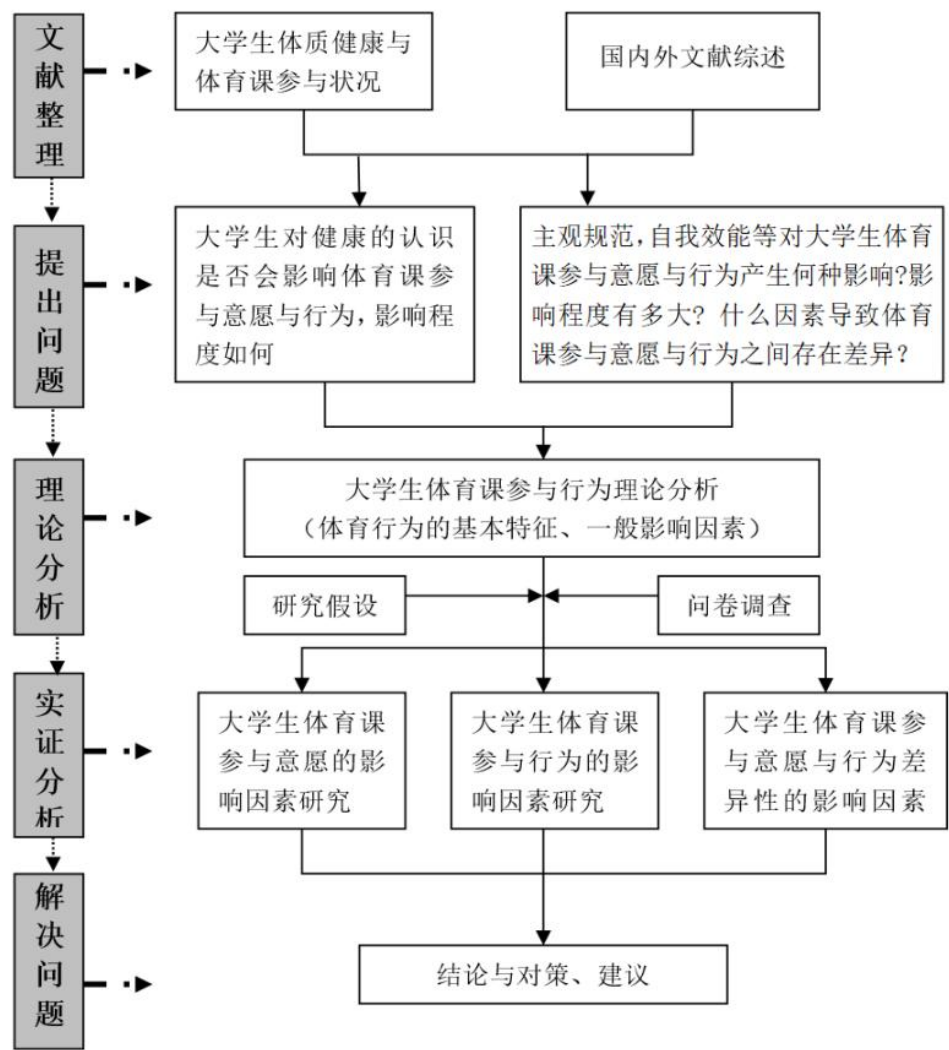
根据研究目标，分析大学生体育课参与意愿与行为的影响因素以及各种行为学理论，在此基础上构建健康信念理论、自我决定理论与计划行为理论的拓展模型，并对该拓展模型进行实证分析、修正，以及对模型中提出的假设进行验证，揭示大学生体育课参与行为和参与意愿的形成机制，提出激励政策与优化措施。具体研究任务如下：

1. 阐述大学生体育课参与行为研究的理论基础，分析大学生体育课参与意愿与行为的影响因素。构建大学生体育课参与行为及其影响因素的理论框架，提出研究假说。
2. 对大学生体育课参与意愿的影响因素进行实证分析，构建实证模型，应用 Logit 模型对大学生体育课参与意愿进行计量研究，并进行分析讨论。
3. 对大学生体育课参与行为的影响因素实证分析。并进行描述性统计分析，运用结构公式模型分析讨论大学生体育课参与行为的影响因素。
4. 分析大学生体育课参与意愿与行为之间的差异性，以及导致差异的因素，采用 Probit 模型对影响差异的因素进行实证研究。
5. 提出促进大学生体育课参与行为的对策与建议。

（三）主要思路

本研究按照“文献收集整理—提出问题—分析问题—解决问题”的基本逻辑思路对大学生体育课参与行为进行理论分析和实证研究。通过锻炼行为学相关文

文献的梳理，掌握大学生体育课参与现状，对大学生体育课参与行为的影响因素进行理论和实证分析，最终得到影响大学生体育课参与意愿与行为的关键因素，提出促进大学生体育课参与的对策与建议。具体研究技术路线图如下：



三、主要工作举措

（一）推进教学改革

改革体育教学评价，将学生体质提升状况、学生评价教师结果、同行评价等作为评价教师教学质量的重要指标；改革学生学习评价，将学生课外锻炼、参赛等纳入体育课成绩构成；改革教学内容，注重优秀传统文化的继承，并将时尚运动元素纳入教学内容体系；探索体育教学运行模式，按照学生兴趣、素质基础和运动能力，实施分类分层教学；探索根据天气状况、场地设施等客观条件，开展全时段、线上线下相结合的体育教学。深挖校园体育特色，打造“一校一品”“一校多品”的校园体育文化品牌矩阵，凝练校园体育文化内核标识。强化校园体育赛事文化属性，打造一批校园体育品牌赛事和文化交流活动，

（二）创设合理的选课模式

在学生选课前，调研学生前期体育学习、兴趣情况，并提供一到两周的观摩课程供学生试听，请教师进行课程规划和教学宣讲。针对男女生在体育课中产生的满意度差异情况，采取更细化的分班教学进行改善，提升其学习满意度。学生在选课时，能及时获取到课程相关信息，并结合自身兴趣、意愿进行课程选择。

（三）完善教学环境设施

鼓励学生参与校园体育场馆管理，培养主人翁意识，自觉承担相应责任与义务，改善体育运动环境。利用互联网信息平台建设智慧体育校园，丰富学生体育学习方面的体验，使学生体育学习多样化，实现体育资源共享和优势互补。因校制宜推进运动空间升级改造，挖潜拓展校园体育运动空间，创设小型化运动锻炼场景，打造校内“微运动场”，增强学生在体育学习中的体验感。

（四）持续优化教学管理

完善体育课教学管理办法，进一步规范体育课堂的必然环节和核心要素；保持体育技能课班级 30 人以内规模；完善体育教学团队、课程组日常教学研究制度，坚持开展每月 2 次的体育教学研讨；发挥教指委和督导团的作用，切实加强教学过程督导和督导评价结果的运用。

（五）利用自然环境和人文景点开展教学

充分利用学校周边的自然地理环境和历史人文景点进行体育教学。围绕岳麓山、天马山、后湖公园、西湖公园等开展多样化的体育教学与赛事活动，提高大学生体育课参与的积极性，激发学生学习动机，建设富有特色的校园体育。

四、取得的工作成效

通过推进教学改革、创设合理的选课模式、完善教学环境设施、优化教学管理以及利用自然环境和人文景点开展教学等举措，充分发挥体育课堂的基础性作用，从外部诱导学生的内部社交动机，使其感知到参加体育锻炼所带来的乐趣和产生的获得感，促使学生们将求知欲、学习兴趣等转化为内部动机，提升学生的体育课锻炼动机水平。与此同时，学生的体育课参与行为得到增强，学生体质得到改善，促进其身心全面发展，对提高体育课教学效率、提升体育教学质量，推动本科体育课程建设有着重要意义。

课题组发表论文 6 篇（主持人作为第一作者或通讯作者发表论文 4 篇），其中 CSSCI 论文 1 篇，CSCD 论文 1 篇，SCI 论文 1 篇，省级期刊 1 篇，会议论文 2 篇，指导学生获全国体育科学大会专题报告 3 篇。课题组成员体育教育教学获奖 5 项，课题组成员指导学生参加各类体育比赛获金牌 22 枚。受益学生人数为 3500

人。研究成果如下：

（一）课题组学术论文发表

1. **戴兴鸿**：《民族地区乡村学校体育在地化教育的语境、形态与路径》，沈阳体育学院学报，2026, 45(2):29-35，**CSSCI 期刊**，第一作者。
2. **戴兴鸿**：《八段锦和健步走对女大学生睡眠质量影响的随机对照试验》，中国心理卫生杂志，2025, 39(08):691-697，**CSCD 期刊**，通讯作者。
3. 陈涵，**戴兴鸿**：《我国体育用品制造业数字化转型的发展脉络、现实困境及实践路径研究》，浙江体育科学，2025, 47(06):54-63，**省级期刊**，通讯作者。
4. 陈志凌，**戴兴鸿**：《Utilizing AI and IoT technologies for identifying risk factors in sports》，Heliyon, 2024, 10(11):e32477，**SCI 期刊**，通讯作者。
5. 陈涵，**戴兴鸿**：《基于文献计量学的国内外大学生体能训练可视化研究》//中国体育科学学会体能训练分会. 第三届中国大学生体能高层次论坛论文集，2024。
6. 牛馨雨，**戴兴鸿**：《基于核心素养的小学体育大课间创新发展研究》//贵州省体育科学学会. 第七届贵州省体育科学大会论文摘要集，2024。
7. **戴兴鸿**指导孙恒获第 14 届全国体育科学大会专题报告，2025. 11. 9。
8. **戴兴鸿**指导陈涵获第 14 届全国体育科学大会专题报告，2025. 11. 9。
9. **戴兴鸿**指导张晓晗获第 13 届全国体育科学大会专题报告，2023. 11. 5。

（二）课题组成员体育教育教学获奖

1. **戴兴鸿**获 2023 年度教育部直属高等工业学校体育工作先进个人。
2. **郑华章**获 2024 年湖南大学“我心目中最敬爱的老师”。
3. **朱文秀**获 2023 年湖南大学教师教学基本功大赛一等奖。
4. **朱文秀**获 2023 年度湖南大学教学优秀奖。
5. **郑紫亚**获 2024 首届全国高校体育课程思政教学比赛体育术科组二等奖。

（三）课题组成员指导学生参加体育比赛获奖

1. **郑华章**指导学生运动员白简单、柯正洲、刘恒诚、张玄获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛男子大学生甲组 4x100 米自由泳接力第一名，2024. 12. 11。
2. **郑华章**指导学生运动员白简单、刘恒诚、刘恒诚、张玄获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛男子大学生甲组 4x200 米自由泳接力第一名，2024. 12. 12。
3. **郑华章**指导学生运动员白简单获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛男子大

学生甲组 50 米蝶泳第一名，2024.12.13。

4. **郑华章**指导学生运动员柯正洲获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛男子大学生甲组 4x100 米混合泳第一名，2024.12.13。
5. **郑华章**指导学生运动员柯正洲获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛男子大学生甲组 200 米蛙泳第一名，2024.12.12。
6. **郑华章**指导学生运动员刘恒诚获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛男子大学生甲组 100 米自由泳第一名，2024.12.12。
7. **郑华章**指导学生运动员刘恒诚获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛男子大学生甲组 1500 米自由泳第一名，2024.12.12。
8. **郑华章**指导学生运动员张玄获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛男子大学生甲组 200 米自由泳第一名，2024.12.11。
9. **郑华章**指导学生运动员陈美婷、刘祎鸣、关余妍欣、韩雨卓获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛女子大学生甲组 4x100 米自由泳接力第一名，2024.12.11。
10. **郑华章**指导学生运动员陈美婷、韩雨卓、刘千汇、刘祎鸣获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛女子大学生甲组 4x200 米自由泳接力第一名，2024.12.12。
11. **郑华章**指导学生运动员刘祎鸣获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛女子大学生甲组 200 米个人混合泳第一名，2024.12.11。
12. **郑华章**指导学生运动员刘祎鸣获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛女子大学生甲组 50 米自由泳第一名，2024.12.11。
13. **郑华章**指导学生运动员韩雨卓获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛女子大学生甲组 100 米自由泳第一名，2024.12.12。
14. **郑华章**指导学生运动员李钰瑶获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛女子大学生甲组 200 米自由泳第一名，2024.12.12。
15. **郑华章**指导学生运动员王为韬获 2024 年湖南省大中专学生游泳比赛男子大学生甲组 50 米仰泳第一名，2024.12.11。
16. **郑华章**指导学生运动员白昕艳获 2025 年湖南省大学生游泳比赛女子阳光组 800 米自由泳第一名，2025.12.16。
17. **郑华章**指导学生运动员韩亦诚获 2025 年湖南省大学生游泳比赛男子阳光组 50 米仰泳第一名，2025.12.116。
18. **郑华章**指导学生运动员韩亦诚获 2025 年湖南省大学生游泳比赛男子阳光组 200 米仰泳第一名，2025.12.18。

19. **郑华章**指导学生运动员柯正洲获 2025 年湖南省大学生游泳比赛男子阳光组 400 米自由泳第一名，2025. 12. 16。
20. **郑华章**指导学生运动员刘祎鸣获 2025 年湖南省大学生游泳比赛女子阳光组 100 米蝶泳第一名，2025. 12. 16。
21. **戴兴鸿**指导学生运动员王思雨获 2024 年第 13 届全国水中健身操比赛集体大水板操第一名，2024. 11. 19。
22. **戴兴鸿**指导学生运动员孙恒获 2024 年湖南省大学生空手道锦标赛男子甲组 -67kg 级别第一名，2024. 12. 29。

五、特色和创新点

（一）研究特色

构建基于锻炼行为理论的大学生体育课锻炼意愿与行为影响因素的理论模型，推动大学生锻炼行为理论的发展和应用。在总结计划行为、健康信念模型、自我决定等理论的基础上，对大学生体育课锻炼行为的影响因素进行实证研究，引入更多的前因变量和中间变量，增加模型中各变量之间的影响关系，为后续研究提供基础性支持。通过对实证数据验证大学生体育课锻炼意愿和锻炼行为的差异性，深化大学生体育锻炼的内在机制，拓展大学生体育课锻炼行为的研究视角。

（二）研究创新点

在研究内容上，系统分析感知健康威胁、行为态度、主观规范、知觉行为控制等变量对体育锻炼意愿与行为的直接影响效应，以及场馆设施、政策和社团组织对体育锻炼行为的间接影响效应，这对大学生体育课锻炼行为的研究有重要参考价值。

在研究现实性上，从大学生体育课参与体育锻炼的意愿和行为两个方面，对其影响因素、作用机制以及意愿与行为的差异性进行研究，以此提出的对策具有创新性，对促进大学生体育发展有着积极的意义。

在研究角度上，从体育学和锻炼行为学的角度拓展了对大学生体育课参与体育锻炼行为的研究，并根据研究的相关结论提出建议，为大学生体育课锻炼意愿和行为选择与健康促进提供科学的理论指导。