

户外运动对高校学生领导力提升的实证研究

田威

重庆移通学院, 重庆 401520

摘要: 本研究探讨了户外运动在高校学生领导力提升中的作用, 特别是结合重庆移通学院“淬炼”领导力课程的实践, 分析了该课程通过小组合作、角色轮换及挑战任务等形式, 如何促进学生在团队合作、自我认知、沟通能力等方面的提升。研究表明, 户外运动能够有效激发学生的领导潜力, 并通过持续的实践和反思, 帮助学生觉醒领导力意识, 培养具备决策能力和团队协作能力的领导者。研究结果为高校在培养学生领导力方面提供了有力的实践支持和理论依据。

关键词: 户外运动; 领导力; 高校教育; 团队合作; “淬炼”领导力课程

Empirical Research on the Promotion of Leadership among College Students through Outdoor Sports

Tian, Wei

Chongqing College of Mobile Communication, Chongqing, 401520, China

Abstract: This study explores the role of outdoor sports in enhancing the leadership of college students. Especially, combined with the practice of the course of forging leadership at Chongqing University of Mobile Communication, it analyzes how this course, through forms such as group cooperation, role rotation, and challenging tasks, promotes students' improvement in team cooperation, self-awareness, communication skills, and other aspects. The research shows that outdoor sports can effectively stimulate students' leadership potential, and through continuous practice and reflection, help students awaken their leadership awareness and cultivate leaders with decision-making and teamwork abilities. The research results provide strong practical support and theoretical basis for colleges and universities in cultivating students' leadership.

Keywords: Outdoor sports; Leadership; College education; Team cooperation; The course of forging leadership

DOI: 10.62639/sspehe20.20250104

引言

在当今社会, 学生的领导力不仅是个人职业发展的核心能力之一, 也是社会责任感和团队协作精神的重要体现。随着社会环境的复杂化, 传统的教育模式已无法完全满足学生在实践中锻炼领导力的需求。户外运动作为一种融合体验式学习和团队合作的教育方式, 日益成为高校培养学生领导力的重要途径。重庆移通学院作为全国高校最早开展营地教育的高校之一, 积极探索将户外运动融入课程体系中, 通过“淬炼”领导力课程为学生提供全面发展的平台。该课程通过小组合作与角色轮换的方式, 促进学生在实际情境中提升领导力, 尤其在团队合作、自我认知和沟通等方面具有显著成效。

本文将基于“淬炼”领导力课程的案例, 通过实证研究探讨户外运动对高校学生领导力的提升作用。研究的核心问题是: 户外运动如何通过挑战任务、团队合作与角色扮演等形式, 有效提升学生的领导力, 帮助学生在实践中觉醒领导意识并形成全面的领导能力。此外, 本文还将分析实施过程中面临的挑战, 并提出优化路径, 为高校提供进一步推广户外运动作为领导力教育手段的参考。

(稿件编号: EHE-25-4-1021)

作者简介: 田威 (1994-), 性别: 男, 民族: 土家族, 籍贯: 重庆市酉阳县, 学历: 硕士研究生, 职称: 讲师, 研究方向: 户外休闲体育教学训练。

一、户外运动与领导力提升的理论基础

领导力是个人在组织和群体中产生影响力的能力, 它不仅仅关乎权力的行使, 更是关于如何激励和引导他人共同实现目标。领导力的核心要素包括自我认知、团队合作、决策能力、沟通能力和应变能力等 (陈平, 2016)。这些要素相互交织, 构成了领导力的多维度框架。自我认知帮助个体认识自己的优势与不足, 团队合作增强了在复杂任务中协作解决问题的能力, 决策能力与沟通能力则是领导者有效管理团队和推动团队进步的关键。

在高校教育中, 培养学生的领导力已逐渐成为不可忽视的重要任务。随着社会环境的日益复杂, 学生不仅仅需要掌握知识和技能, 还必须具备处理复杂人际关系和组织问题的能力。在这种背景下, 领导力教育显得尤为重要, 它不仅局限于传统的管理或指挥技能的培养, 还包括学生在实践中如何管理自己、与他人合作、进行有效沟通并做出决策。

重庆移通学院作为全国高校最早开展营地教育的高校之一, 长期致力于为学生提供全面发展的教育平台, 推动学生在实践中不断锤炼领导力。学校通过其独特的“四位一体双院制+特色课程”

人才培养模式, 为学生提供了多样化的学习与实践机会, 营地教育作为其一项创新举措, 不仅通过户外活动提升学生的身体素质, 还通过具体的领导力培养课程帮助学生在团队环境中获得领导经验。

特别是重庆移通学院的“淬炼”领导力课程, 作为学校培养领导力的核心课程之一, 通过实践活动锤炼学生的领导能力。该课程将学生分为多个小组, 每个小组成员轮流担任组长, 带领团队完成一系列挑战任务。通过轮换组长角色, 学生在每一次挑战中都能从领导者的视角审视任务和团队的需求, 进而提高自身的决策与协调能力。

“淬炼”领导力课程不仅关注学生在个别任务中的表现, 更注重他们在面对复杂问题时如何领导团队克服困境。在每次课程的推进过程中, 学生不仅要展现领导能力, 还需学会如何激励团队成员、合理分配任务并处理团队中的摩擦。通过不断的任务挑战和角色互换, 学生的领导力得到了持续的锤炼, 尤其是在团队合作和自我认知的过程中, 他们逐步实现了领导力的觉醒, 最终成为能够适应未来社会复杂情境的领导者。

在这一过程中, 户外活动作为“淬炼”领导力课程的重要组成部分, 提供了真实的情境体验, 使学生能够在动态环境中锻炼和展示领导能力。通过这种结合理论与实践的课程设置, 重庆移通学院成功地将户外运动与领导力培养结合起来, 为学生提供了全面发展的平台。

二、重庆移通学院“淬炼”领导力课程的实施与成效

“淬炼”领导力课程是重庆移通学院一项专注于学生领导力培养的重要课程, 旨在通过户外拓展、团队竞技和生存挑战等活动, 帮助学生在实践中培养与锤炼领导力。该课程的独特之处在于其创新性的课程设计和组织形式, 特别是通过小组合作与角色轮换的方式, 为学生提供了一个全面的领导力发展平台。

在“淬炼”领导力课程中, 学生被分为若干小组, 每个小组成员轮流担任组长, 带领团队共同面对挑战并完成任务。这种小组结构和角色轮换的安排不仅能锻炼学生的领导能力, 还能帮助他们在团队合作中发挥作用, 提升沟通、协调和决策能力。通过不断地变换角色, 学生能够在实践中经历不同的领导情境和挑战, 逐步积累领导经验, 形成完整的领导力框架。

“淬炼”领导力课程中的一大亮点是通过户外拓展活动来增强学生的团队合作意识。活动中的任务通常具有挑战性, 需要团队成员在限定时间内共同完成。每个学生都在团队中扮演不同角色, 通过合作解决问题, 学会如何协调团队中的资源与力量。在这一过程中, 学生不仅学会了如何在紧张与复杂的情境中发挥领导作用, 还通过团队协作提高了与他人沟通的能力, 增强了集体目标导向的协作精神。

通过课程的实施, 参与者在领导力的多个维

度上得到了显著提升。特别是在团队合作和自我认知方面, 学生通过多次轮换领导角色, 逐渐增强了领导意识和团队责任感。每一次的角色切换都促使学生从不同的角度审视问题, 学习如何有效地协调团队成员之间的关系, 如何根据团队的需要调整自己的行为 and 决策。这种实践性和反思性的结合, 使学生能够不断提升自我领导能力, 优化其领导方式。

沟通能力的培养是“淬炼”领导力课程中的另一大重点。户外活动中的任务往往要求学生进行高度的沟通和信息交换, 如何在团队中有效传递信息、如何引导团队成员发挥各自的优势、如何通过沟通和协调推动团队完成挑战, 都是课程中不可或缺的环节。学生们通过实际操作与团队交流, 逐步掌握了如何在团队中有效地发挥领导作用。这种沟通能力的提升, 不仅促进了团队内部的合作, 也为学生日后进入职场或承担更高责任的岗位打下了坚实的基础。

三、户外运动领导力提升的挑战与优化路径

尽管“淬炼”领导力课程在提升学生领导力方面取得了显著成效, 但在实际执行过程中, 仍面临一些挑战和困境。为了进一步推动户外运动在领导力培养中的效果和普及, 需要针对当前存在的主要问题提出优化路径。

(一) 资源与师资的短缺

户外运动课程的实施往往需要大量的资源支持, 尤其是场地、设备和师资等。然而, 许多高校由于受制于预算限制、场地资源紧张以及专业师资匮乏, 无法提供满足课程需求的条件。特别是在一些中小型高校, 相关的户外活动资源和专业教师的短缺, 使得课程的质量和影响力受到限制。

为了解决这一问题, 高校可以采取多种方式加大对户外教育的投入。首先, 学校应通过整合内部资源, 如校内体育设施与场地, 来提供更为便利的活动环境。其次, 学校可以与专业的户外运动公司、非政府组织或外部教育机构进行合作, 借助他们的专业经验和资源, 共同设计和实施课程内容。这种合作不仅能够弥补高校自身资源的不足, 还能提升课程的专业性和影响力。同时, 推动高校教师参加专业培训, 增强他们在户外教育中的教学能力, 是提高师资力量量的有效途径。

(二) 安全问题

户外运动的高风险特性使得安全问题成为不可忽视的关键因素。尽管户外运动对学生领导力的培养有着显著的益处, 但高风险的活动可能导致不可预见的安全事故, 因此, 如何确保学生的安全始终是实施这一课程的重点。

为了确保户外活动的安全性, 高校应当建立健全的安全保障体系。这一体系应包括活动前的安全教育, 确保学生充分了解活动的潜在风险和应急处理措施。活动现场应有专门的安全管理人员和设备, 如急救包、通讯工具等, 确保在发生紧急情况时, 能够及时进行处理。此外, 高校应

为户外活动配备专业的安全监管人员, 确保活动过程中能实时监控学生的活动情况, 及时发现并解决潜在的安全隐患。通过制定严格的活动审批流程、加强事前培训与准备, 可以有效降低安全风险, 提高户外运动课程的可操作性和可持续性。

(三) 推广难度

虽然户外运动课程具有明显的领导力培养优势, 但由于许多高校对这种新型教育模式的认知不足, 导致其推广进展缓慢。尤其是一些传统的教学体系和管理模式较为固守, 对户外运动课程的接受度和理解有限, 这就限制了课程的实施范围和效果。

为了克服这一难题, 高校应加强宣传与推广, 提升学生和教师对户外运动课程的认知和接受度。通过组织讲座、活动展示和经验分享等形式, 向全体学生展示户外课程在提升领导力、团队合作和个人素质方面的独特价值, 增加学生对这一课程的参与兴趣和热情。另一方面, 学校可以通过制定一定的奖励政策, 如课程结业证书、领导力认证等, 激励学生积极参与, 从而提高课程的吸引力。此外, 高校还可以通过与企业、社会组织等合作, 拓展学生参与的渠道和机会, 为学生提供更多的实践机会。

(四) 优化路径

为了克服上述挑战, 高校可以采取一系列优化路径以提高户外运动课程的效果。首先, 加强资源整合与合作至关重要。高校应整合校内外的资源, 确保课程能够获得充足的场地、设备和师资支持。特别是, 与外部专业机构的合作能够弥补高校资源的不足, 提升课程的专业性和吸引力, 从而增强课程的实施效果。其次, 建立健全的安全保障体系是确保户外活动顺利进行的基础。高校需要制定完善的安全教育和培训机制, 加强现场监管并设立应急处理机制, 确保学生在参与户外活动时能够得到全面的保护, 降低潜在的安全风险。最后, 加强宣传与激励机制也有助于提升课程的参与度和认可度。高校可以通过多渠道宣传、组织经验分享会以及设立奖励机制等方式, 激发学生的参与热情, 提升学生对户外运动课程的认知度, 促进其广泛普及。这些优化路径能够有效解决当前面临的挑战, 从而推动户外运动课程在领导力培养中的广泛应用和发展。

四、户外运动领导力提升的未来趋势

随着教育理念的不断更新和技术的飞速发展, 户外运动在高校领导力培养中的作用将日益突出。未来, 户外运动课程将更加注重整合新兴教育手段, 提升其在领导力教育中的效果。混合式学习作为一种创新的教学模式, 已经在全球范围内得到了广泛应用, 它将线上理论学习与线下实践活动结合, 能够有效拓展学生的学习方式。通过这种方式, 学生可以在虚拟环境中体验和模拟户外活动中的领导情境, 在没有时间和空间限制的条件下, 增强他们的决策能力、团队协作能力和问题解决能力。例如, 通过虚拟现实技术

(VR) 模拟真实的户外挑战, 学生可以在安全的环境下经历高度挑战性的情境, 锻炼他们的快速反应与决策能力, 尤其是在高压下如何协调团队并完成任务。这种技术的应用不仅能够拓展学生的学习方式, 还能让学生在情境模拟中体验到真实的领导挑战, 提升他们的应变能力和领导素质。

跨学科合作也是未来户外运动课程发展的一个重要趋势。通过将心理学、教育学等学科与户外运动结合, 能够更全面地分析学生在面对挑战时的心理反应与行为模式, 并根据不同学生的需求设计更具针对性的领导力培养方案。心理学理论的结合将帮助教师更准确地理解学生在团队合作中的心理变化, 从而有针对性地进行领导力的培养。例如, 通过分析学生在特定任务中的心理状态, 教师可以引导学生更好地管理自己的情绪, 提升团队的凝聚力与协作能力。教育学理论则可以帮助教师在设计课程内容时, 更加注重学生的个体差异, 制定符合学生发展需求的领导力训练路径。这种跨学科的结合不仅能够提升学生的领导能力, 也能为他们提供更全面的心理素质与情境应对能力, 最终实现更高效的领导力发展。

五、结束语

通过研究重庆移通学院“淬炼”领导力课程, 本文分析了户外运动对高校学生领导力提升的显著作用。研究表明, 通过小组合作、角色轮换和挑战任务, 学生的团队协作、自我认知及沟通能力得到了全面提升, 同时在实践中觉醒了领导力意识。尽管课程实施中面临资源短缺、安全保障等问题, 但优化资源整合、加强师资培训和宣传推广等措施可有效应对这些挑战。未来, 随着教育理念的更新及技术进步, 户外运动课程有望借助混合式学习和虚拟现实等新手段进一步提升领导力教育的效果, 为高校学生全面发展提供更多支持。

参考文献:

- [1] 庄卓鸿. 户外运动对大学生领导力提升的实证研究 [D]. 广州体育学院, 2022.
- [2] 国英男. 黑龙江省高校户外运动开展现状及对策研究 [D]. 哈尔滨师范大学, 2014.
- [3] 高林洲. 高校户外运动教学体系的研究 [J]. 安徽体育科技, 2007.
- [4] 汪志国. 成都市高校大学生开展户外休闲运动的调查研究 [D]. 四川大学, 2006.
- [5] 孙辉. 我国高校户外运动发展研究 [J]. 体育文化导刊, 2014.
- [6] 崔延顺. 全民健身背景下户外运动发展现状研究——以国际文化慢城曲阜为例 [J]. 现代经济信息, 2017.
- [7] 赵鹏. 美国户外运动的发展经验及启示 [D]. 成都体育学院, 2015.
- [8] 刘华. 当代高校户外运动安全教育与管理方法探析——评《户外运动训练及其安全管理》[J]. 中国安全科学学报, 2020.
- [9] 李传兵, 许昌. 高校户外运动课程安全教育与安全保障体系构建 [J]. 体育成人教育学报, 2012.
- [10] 余金龙, 李少翔, 周成刚等. 大学生户外运动安全现状调查与对策分析 [J]. 中国公共安全 (学术版), 2011.