

学科融合视域下我国体育教育与心理健康交叉研究图景、热点 演进及实践路径——基于2018—2026年CNKI文献的 CiteSpace可视化分析

罗俊杰¹, 韩晨¹, 梁积铭¹, 吴炫轶¹, 付晓鑫²

(1.成都大学, 四川 成都 610106; 2.昆明医科大学附属延安医院检验科, 云南 昆明 650000)

摘要: 体教融合政策持续推进背景下, 推动心理健康教育与体育学科深度融合, 是落实“健康第一”教育理念、培育青少年健全人格的核心抓手。本文以CNKI数据库2018—2026年3062篇相关文献为样本, 运用文献计量法与CiteSpace 6.4.R1可视化软件, 构建作者、科研机构、关键词三重知识图谱, 多维解析该领域文献时序分布、科研合作格局与热点演化脉络。研究表明2018—2026年领域发文总量持续稳步增长; 科研主体合作网络松散, 未形成稳定跨学科高产研究共同体; 研究力量集中于专业体育院校, 跨区域、理论与实践机构协同研究供给不足; 当前热点集中于中小学跨学科教学、体教融合落地、学生健康行为培育、分学段课程融合设计。现有研究存在学科融合流于表层、标准化实证干预稀缺、跨学科协同机制缺失、融合教学路径同质化四大短板。未来需打通体育学与心理学研究壁垒, 搭建跨机构联合科研平台, 深耕基础教育体育课堂融合实践, 开发本土化分层教学干预方案, 充分释放体育“育体+育心”一体化育人价值。

关键词: 学科融合; 体育教育; 心理健康; 体教融合; 知识图谱; CiteSpace

DOI: doi.org/10.70693/202608172810

1 绪论

1.1 研究背景

2020年教育部、国家体育总局印发《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》, 明确要求重构“育体+育心”一体化育人体系, 破解体育、心理健康教育长期分治割裂的教育困境。现阶段青少年焦虑、人际敏感、抗压能力薄弱等心理问题频发, 单一心理课堂辅导难以实现常态化干预, 而体育课堂的团队竞赛、合作练习、挫折体验等场景天然具备情绪疏导、塑造心理韧性的育人功能, 是开展浸润式心理教育的优质载体。

现有学界成果已证实二者融合具备理论与实践可行性: 罗朝军搭建体育与心理健康融合三维分析框架^[1]; 韩昭、周立勇分别依托中小学、小学课堂案例验证融合教学实操路径^[2,3]; 石霞、范玉芳将融合研究拓展至高职院校、中学生核心素养培育场景^[4,5]。但现有成果多为碎片化单学段课堂总结, 缺乏宏观层面大样本量化梳理, 难以形成体系化融合教学范式。基于此, 本文借助CiteSpace知识图谱开展全样本文献计量分析, 弥补现有研究宏观图景梳理的空白。

1.2 研究意义

1.2.1 理论意义

作者简介: 罗俊杰(2003—), 男, 硕士, 研究方向为体育教学;

韩晨(1988—), 女, 副教授, 博士, 研究方向为体育人文社会学;

付晓鑫(2001—), 女, 硕士, 研究方向为青少年抑郁症;

梁积铭(2002—), 男, 硕士, 研究方向为运动训练;

吴炫轶(2001—), 男, 硕士, 研究方向为体育教学。

通讯作者: 韩晨

第一, 依托 3062 篇大样本文献客观还原近九年领域整体发展样貌, 弥补现有小样本定性综述主观归纳的局限; 第二, 立足学科融合视角完善体教融合、学校体育交叉理论体系, 填补体育学科心理健康跨学科融合理论空白^[6,7]; 第三, 通过图谱量化指标识别核心作者、机构与前沿热点, 为后续交叉学科研究明确细分方向。

1.2.2 实践意义

一是提炼中小学、高职院校体育融合课堂实操思路, 为一线体育教师提供教学参考^[2,3]; 二是明确科研碎片化、实证研究不足等领域痛点, 帮助科研人员找准创新切入点; 三是依托文献时序演化数据, 为教育行政部门优化体教融合配套政策提供实证支撑。

1.3 国内外研究述评

1.3.1 国外研究现状

欧美运动心理学发展成熟, 多采用随机对照、长期追踪实验证实持续体育运动可降低青少年焦虑抑郁水平、提升自尊与心理韧性, 课堂侧重分层教学、户外拓展培养学生社会适应能力。但国外无“体教融合”顶层政策导向, 缺乏体育与心理健康一体化课程融合设计, 研究结论难以适配我国基础教育国情, 仅可作为理论参考。

1.3.2 国内研究现状

国内现有研究分为三类: 一是理论思辨类, 以罗朝军三维融合框架、马超超体育与生命心理健康一体化框架为核心^[1,5]; 二是分学段实践类, 覆盖小学、中学、高职院校课堂与校园赛事场景^[2,3,4]; 三是核心素养培育类, 将心理健康培育纳入体育学科核心素养育人链条^[4]。

横向对比语文、道德与法治、美术等学科^[6,7,8], 体育领域融合研究存在明显短板: 现有成果多为一线教师零散教学经验, 缺少大规模文献计量宏观分析, 尚未厘清领域科研合作格局与热点演化规律, 这也是本文核心创新切入点。

2 数据来源与研究设计

2.1 数据来源与检索策略

数据来源为 CNKI 数据库, 检索时段 2018 年 1 月 1 日—2026 年 8 月 2 日, 检索式: 主题=体育教育 AND 心理健康, 检索范围包含期刊论文、硕博学位论文、学术会议论文, 剔除报纸、征稿通知、重复、无摘要无效文献。初检得文献 3217 篇, 人工筛选剔除无效文献 155 篇, 最终有效样本 3062 篇。将文献以 Refworks 格式导出, 导入 CiteSpace 完成数据预处理。

2.2 CiteSpace 参数设置

时间切片 2018—2026, 切片长度=1; 筛选算法 g-index, k=25; 采用 Pathfinder 寻径算法并开启切片网络剪枝; 分别生成作者、机构、关键词三类图谱; 聚类采用 LLR 对数似然率算法, 开启突现词检测功能识别前沿热点。

2.3 图谱核心指标释义

节点代表作者、机构或关键词, 节点直径与发文/共现频次正相关; 连线代表合作或共现关联, 连线粗细表征关联强度; 网络密度取值 0~1, 数值越低合作关系越松散; 中心性 ≥ 0.1 为领域关键枢纽节点; 聚类模块值 $Q>0.3$ 代表聚类结构显著, 平均轮廓值 $S>0.5$ 代表聚类内部主题统一。

3 体育教育与心理健康文献时空分布特征

3.1 年度发文量时序分布

2018—2026 年领域发文呈阶梯式持续上升, 依据政策节点与研究重心划分为两阶段:

1.2018—2021 平稳起步探索期: 年均发文 200—320 篇, 以理论思辨、现状相关性调查为主, 融合课堂实操研究较少; 马超超 2022 年一体化融合框架为阶段转型标志性成果^[5]。

2.2022—2026 融合深化高速增长期: 体教融合配套改革落地后发文量快速上涨, 2024 年发文突破 500 篇, 2025—2026 年维持产出, 研究重心全面转向分学段课堂融合教学设计^[2,3,9]。

国家教育政策、青少年心理健康现实需求是领域发展核心外部驱动力, 体育育心相关研究仍具备长期拓展空间。

3.2 文献来源分布特征

第一，期刊载体以普通教育期刊、地方体育院校学报为主^[1,3,10]，核心期刊载文占比不足 12%，多数成果为一线教学经验总结，深度实证类高质量成果供给不足；第二，文献结构：期刊论文 76.4%、硕博学位论文 15.2%、学术会议论文 8.4%；第三，研究主体分为两类：中小学、高职院校一线教师擅长课堂实操但缺乏跨学科理论支撑；专业体育院校科研人员具备理论基础，但缺少常态化一线教学实践场景，两类研究群体成果割裂、缺少联动。

4 科研主体合作网络可视化分析

4.1 作者合作网络分析

作者图谱计量参数：节点 $N=268$ ，连线 $E=30$ ，网络密度 0.0008，合作关系极度松散。领域无大型稳定学术共同体，仅存在 2—3 人校内师生微型合作集群，集群间无学术联动；高产作者独立分布，跨校、跨学科联合署名成果稀缺；体育学、心理学研究者、一线教师分属不同学术圈层，交流壁垒显著。根源在于跨院系学术平台缺失、跨学科课题申报门槛高、基层教师科研时间有限。

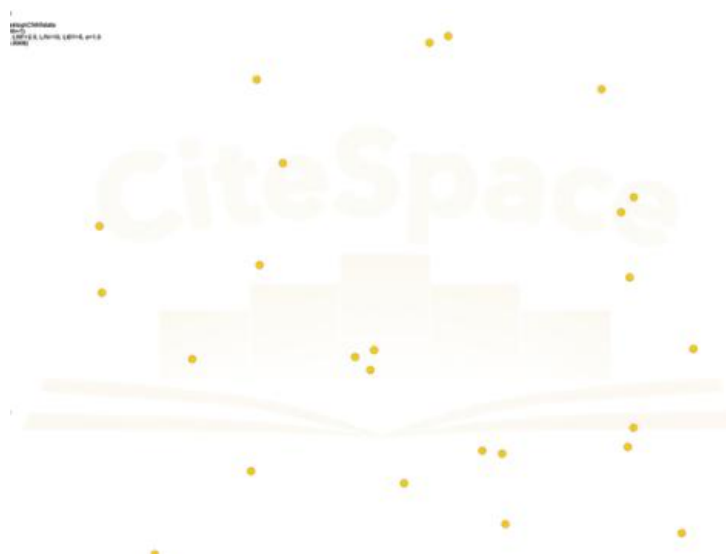


图 1 2018—2026 年体育教育与心理健康领域作者合作网络图

节点为发文作者，直径代表发文频次，连线代表合作关系；整体密度极低，跨校、跨学科合作稀缺。

4.2 研究机构合作网络分析

机构图谱计量参数：节点 $N=284$ ，连线 $E=29$ ，网络密度 0.0007，机构协同研究匮乏问题更为突出。

4.2.1 发文机构层级与空间分布

第一梯队为北京、南京、武汉、广州等独立专业体育院校，是领域理论研究核心供给主体；第二梯队为各省属师范大学体育学院，侧重基础教育融合教学研究；第三梯队为地方院校、中小学、高职院校，产出课堂实践类成果。区域发展失衡，东部、中部体育强省发文量占总量 67%，西部院校相关研究产出极少。

4.2.2 机构合作核心特征

超 90% 机构节点孤立无合作连线，仅同城高校、校内院系存在微弱协作；跨省、跨院系联合研究几乎空白；理论类体育院校与基层中小学、高职院校无稳定合作平台，理论模型难以落地、一线实践经验无法上升为体系化理论^[2,3]。



图2 2018—2026年研究机构合作网络图



图3 重点体育院校局部放大图谱

节点代表发文机构，直径表征发文总量，连线代表机构合作；整体合作密度极低，核心体育院校彼此独立，无跨区域协同连线。

综合作者、机构图谱数据可知：该领域科研合作全面碎片化，跨区域、跨学科、理论-实践双向协同机制严重缺失，是制约研究纵深发展的核心阻碍。

5 关键词共现与研究热点演进分析

5.1 关键词共现网络整体特征

关键词图谱参数：节点 $N=280$ ，共现连线 $E=326$ ，内容关联度显著高于作者、机构网络。高频关键词依次为：体育教育、心理健康、学科融合、体教融合、中小学体育、青少年、健康行为、跨学科教学、心理韧性、教学设计、高职院校、校园赛事，明确研究对象、场景与核心主题^[1,4,10]。

5.2 关键词聚类五大主流热点集群

聚类模块值 $Q=0.412>0.3$ ，平均轮廓值 $S=0.627>0.5$ ，聚类划分有效，五大稳定研究集群如下：集群1：学科融合、跨学科教学。领域核心理论聚类，围绕罗朝军三维融合框架^[1]，探讨目标、内容、实施、评价四维融合路

径, 小学体育课堂实践为核心案例支撑^[3]。集群 2: 中小学体育、小学体育。发文规模最大的实践聚类, 聚焦全学段体育课堂心理渗透方案, 依托竞赛、合作练习构建分层教学模式^[2,9]。集群 3: 体教融合、健康第一。以国家政策为切入点, 围绕体育核心素养搭建青少年体质与心理健康协同培育体系, 覆盖中小学、普通高校场景^[11,12]。集群 4: 立德树人、课程思政。挖掘体育竞赛、挫折训练的人格培育机制, 将心理健康品质纳入体育课程思政育人链条。集群 5: 高职院校、校园赛事。拓展非基础教育场景, 以操舞、体能赛事实证体育对高职学生情绪、人际适应的正向作用^[10,13]。

5.3 研究演进阶段划分

依据突现关键词时序变化分为两大阶段:

1.2018—2021 基础理论探索期: 突现词为“相关性、运动干预、青少年”, 研究以问卷、理论思辨为主, 侧重验证体育运动与心理状态关联, 缺少完整融合教学设计。

2.2022—2026 融合深化实践期: 突现词更新为“学科融合、跨学科教学、中小学体育、教学设计、高职院校”, 研究重心全面转向分学段落地式课堂方案^[2,3,10]。

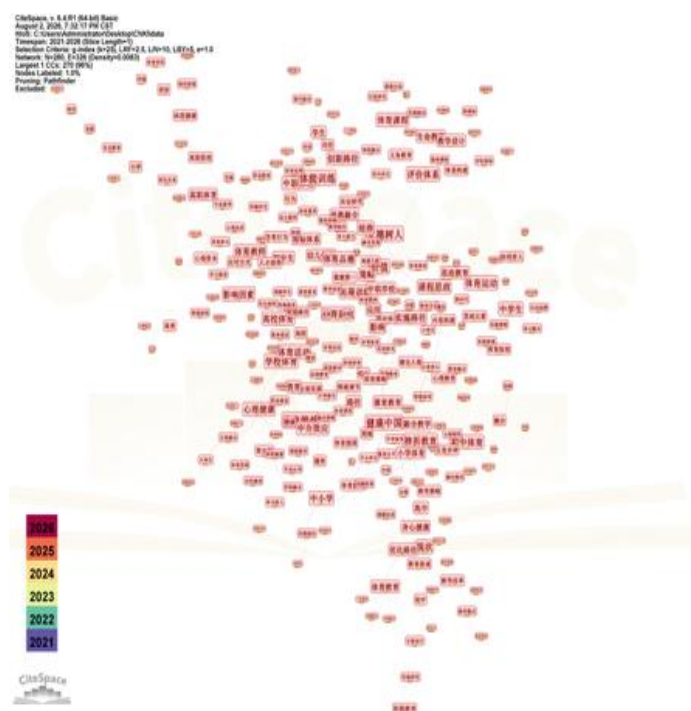


图 4 2018—2026 年关键词共现聚类图谱

节点为核心关键词, 直径代表共现频次, 分区区块为 LLR 算法划分的五大研究聚类。

6 当前体育教育与心理健康学科融合研究存在的问题

6.1 学科融合表层化, 多学科理论交叉深度不足

多数研究仅停留在“体育课堂可渗透心理教育”浅层结论, 同质化严重。一线实践文献仅罗列课堂手段, 缺少运动心理学、发展心理学理论支撑; 对比语文、道法、美术成熟跨学科理论体系^[6,7], 体育领域仅存在单一三维基础框架^[1], 缺少适配不同学段的分层融合理论模型, 体育学与心理学内核未实现深度交叉。

6.2 科研合作网络碎片化, 跨学科协同机制缺失

作者、机构图谱极低密度数据证实协同短板: 体育院校、心理学院、中小学无常态化联合科研平台; 东西部区域研究资源无法互通; 理论研究机构与基层实践单位割裂, 理论成果难以落地, 一线实践无法转化为标准化理论范式。现有课题申报、科研管理机制缺少跨学科、跨院校联合研究扶持政策。

6.3 研究范式失衡, 标准化实证干预研究供给匮乏

3062 篇文献中,理论思辨、课堂经验、简易问卷类文献占比超 82%,随机对照实验、纵向追踪、混合质性量化实证文献不足 18%。现有干预研究多为短期单节课尝试,缺少长期学年追踪与对照组设计;研究对象集中于普通中小學生,留守儿童、心理高危青少年、特殊教育群体研究稀缺;高职院校研究局限于操舞赛事^[10],课外体育、户外拓展场景挖掘不足。

6.4 融合教学路径同质化,分层、多元场景设计创新不足

现有教学设计集中于常规体育課,课后社团、校园运动会、户外拓展、家庭体育等场景育人价值挖掘不足;课堂手段局限于小组游戏、赛后谈话,缺少分层心理量表评价、挫折干预、家校协同方案^[14];多数研究直接套用小学模式至中学、高职,未结合各年龄段心理发展特征设计差异化教学体系。

7 学科融合视域下领域未来发展展望

7.1 推动体育学与心理学深度融合,构建分层跨学科理论体系

以罗朝军三维融合框架为基础^[1],结合小学、中学、高职学生心理发展特征搭建分学段融合理论模型;推动体育课程论、运动心理学、发展心理学交叉对话,厘清不同运动项目对青少年心理品质的差异化作用机制;借鉴其他学科成熟跨学科理论框架^[6,7,8],搭建体育融合心理健康标准化评价体系。

7.2 搭建多层次跨机构协同平台,重构一体化科研合作网络

依托全国体育科学大会增设跨学科融合专项论坛,打通体育、心理、基础教育研究者交流渠道;优化纵向课题申报规则,增设跨院校、跨区域联合申报专项,推动东西部院校结对共建研究基地;建立“高校科研团队+中小学实践基地”共同体,实现理论建模与课堂实证双向转化^[2,3]。

7.3 丰富多元化实证研究范式,拓宽研究对象与体育场景

推广随机对照干预、学年纵向追踪、课堂行动研究等规范实证范式,量化验证融合教学干预实效;拓展研究对象,增加留守儿童、特殊学生、心理易感青少年专项研究;挖掘课后体育、户外拓展、课余运动队、家庭锻炼等多元场景心理育人价值,区分集体、个人、舒缓类运动的差异化疏导功能。

7.4 紧扣体教融合政策,开发本土化分学段分层教学方案

遵循“健康第一”政策导向,依据学段特征设计差异化课堂模式:小学侧重趣味游戏培育积极情绪^[3],中学依托竞赛训练提升心理韧性^[4],高职院校借助文体赛事缓解学业就业压力^[10,13];构建“课堂体育+家庭锻炼+线上心理跟踪”家校协同育人链条^[14],收集一线优秀教学案例形成标准化教学设计库,加速学术成果教学转化。

8 结论

本文以 2018—2026 年 CNKI 3062 篇文献为样本,运用文献计量与 CiteSpace 可视化工具,系统解析体育教育与心理健康交叉领域研究图景、合作格局与热点演化,得出四点核心结论:第一,2018—2026 年领域发文持续阶梯式上涨,体教融合政策、青少年心理健康需求是核心外部驱动,研究重心完成从理论相关性探讨向分学段课堂融合实践转型^[3,5];第二,领域科研合作整体碎片化,作者、机构合作网络密度极低,无稳定跨学科学术共同体,专业体育院校、中小学、高职院校研究主体割裂,跨区域、跨院系协同机制缺失;第三,领域形成五大稳定研究聚类,整体发展分为 2018—2021 基础理论探索期、2022—2026 融合深化实践期两大阶段;第四,当前研究存在融合表层化、科研协同薄弱、实证范式不足、教学路径同质化四大短板。

未来该领域需推进体育、心理、教育学多学科理论深度交叉,搭建跨区域联合科研平台,丰富标准化实证研究,开发适配不同学段的本土化融合教学方案,充分发挥体育“育体育心”双重育人价值,助力体教融合政策落地与青少年身心健康协同发展。

参考文献:

- [1] 罗朝军,蒋珊珊.体育与心理健康教育融合的三个维度[J].四川教育,2025,(17):40-41.
- [2] 韩昭.中小学心理健康教育与体育学科教学的融合实践研究[C]//陕西省体育科学大会论文集.西安:[出版者不详],2026:577-581.
- [3] 周立勇.小学体育跨学科融合教学的实践路径[J].田径,2026,(7):4-6.
- [4] 范玉芳,陈恒兴,李明恩.体育学科核心素养导向下中学生健康行为培养路径研究[C]//全国体能训练科学大会论文集(上).2025:377-381.

- [5] 马超超, 王慧琳. 后疫情时代学校体育与生命教育学科融合框架 [C]// 全国体育科学大会论文摘要汇编, 2022:89-91.
- [6] 韦代杰. 心理健康教育融入美术教育的实践探索 [J]. 中学课程资源, 2026,22 (6):117-120.
- [7] 杜元培. 健全人格视域下小学道德与法治课程融合心理健康教育的浸润式路径研究 [J]. 试题与研究, 2026,(22):82-84.
- [8] 陈颖, 张颖, 金顺玉, 等. 五维赋能视域下小学心理健康教育的跨学科实践 [J]. 中小学心理健康教育, 2025,(S1):65-69.
- [9] 韩秋芝. 基于体教融合理念的小学体育与健康核心素养的培养 [J]. 新课程, 2026,(22):157-160.
- [10] 石霞, 贺丽娟. 职业院校操舞赛事体教融合与学生心理健康互动 [J]. 冰雪体育创新研究, 2026,7 (8):43-45.
- [11] 刘述友. 体教融合视角下小学生体质健康提升路径探索 [J]. 冰雪体育创新研究, 2026,7 (7):19-21.
- [12] 黄钊林. 体教融合视域下高校学生体育锻炼行为与体质健康协同提升路径研究 [C]// 国际数字体育科学大会论文集 (上). [出版者不详], 2026:15-20.
- [13] 温亚娟. “健康第一” 视域下高职美育赋能模式探索与实践 [J]. 艺术设计学刊, 2026,(8):242-244.
- [14] 刘凌云. 基于真实情境的小学心理健康教育家校协同育人实践 [J]. 新课程, 2026,(22):177-180.

Research Prospect, Hot-spot Evolution and Practical Path of Interdisciplinary Research on Physical Education and Mental Health in China from the Perspective of Interdisciplinary Integration——A CiteSpace Visualization Analysis Based on CNKI Literature from 2018 to 2026

Luo Junjie¹, Han Chen¹, Liang Jiming¹, Wu Xuanyi¹, Fu Xiaoxin²

1.Chengdu University, Chengdu, Sichuan 610106, China; 2.Clinical Laboratory, Yan'an Hospital Affiliated to Kunming Medical University, Kunming, Yunnan 650000, China

Abstract: Against the background of continuous advancement of the sports-education integration policy, promoting the in-depth integration of mental-health education and physical education is a core measure to implement the educational philosophy of “Health First” and foster adolescents’ sound personality. Taking 3062 relevant papers retrieved from CNKI database from 2018 to 2026 as samples, this paper adopts bibliometrics and CiteSpace 6.4.R1 visualization software to construct triple knowledge maps of authors, research institutions and keywords. It multidimensionally analyzes the temporal distribution of literature, pattern of scientific research cooperation and evolution context of research hot-spots in this field. The results show that the total number of publications in this field keeps growing steadily from 2018 to 2026. The scientific-research subject cooperation network is loose, and no stable interdisciplinary high-output research community has been formed. Research forces are mainly concentrated in specialized physical education universities, while collaborative research supply among cross-regional, theoretical and practical institutions is insufficient. Current research hot-spots focus on interdisciplinary teaching in primary and secondary schools, implementation of sports-education integration, cultivation of students’ health behaviors, and curriculum integration design for different school stages. Existing studies have four major shortcomings: superficial interdisciplinary integration, scarcity of standardized empirical interventions, lack of interdisciplinary coordination mechanisms, and homogenization of integrated teaching paths. In the future, it is necessary to break the disciplinary barriers between physical education and psychology, build cross-institutional joint scientific-research platforms, deepen integrated teaching practice in basic physical-education classrooms, develop localized hierarchical teaching intervention programs, and fully release the integrated educational value of “physical fitness plus mental cultivation” of physical education.

Keywords: Interdisciplinary integration; Physical education; Mental health; Sports-education integration; Knowledge map; CiteSpace