

体育核心素养视域下初中体育教学改革探讨

鞠 鸿

张店区龙凤苑中学, 山东 淄博

收稿日期: 2025年1月13日; 录用日期: 2025年2月15日; 发布日期: 2025年3月27日

摘 要

在新一轮的课程改革中, 初中体育教学面临着新的挑战与机遇。体育核心素养是初中体育教学的重要内容, 在提高学生身体素质、心理素质和社会适应能力方面有很大影响。本文围绕体育核心素养内涵和要求展开分析, 探讨初中体育的教学现状与改革策略, 提出一系列切实可行的改革建议, 希望文中观点能够帮助体育教师提高教学质量, 为其教学带来思想启迪, 进而促进学生全面发展, 让学生成为社会需要的德、智、体、美、劳全面发展的复合型人才。

关键词

体育核心素养, 教学改革, 全面发展, 教学质量

Discussion on the Reform of Junior High School Physical Education Teaching from the Perspective of Core Literacy in Sports

Hong Ju

Longfengyuan Middle School of Zhangdian, Zibo Shandong

Received: Jan. 13th, 2025; accepted: Feb. 15th, 2025; published: Mar. 27th, 2025

Abstract

In the new round of curriculum reform, junior high school physical education teaching is facing new challenges and opportunities. Core literacy in sports is an important part of junior high school physical education teaching and has a great impact on improving students' physical fitness, psychological quality, and social adaptability. This paper analyzes the connotation and requirements of core literacy in sports, discusses the current situation and reform strategies of junior high school physical education teaching, and puts forward a series of feasible reform suggestions. It is hoped that the

views in this paper can help physical education teachers improve the quality of teaching, provide them with inspiration for teaching, and thus promote the comprehensive development of students, enabling them to become compound talents with all-round development of morality, intelligence, physical fitness, aesthetic and labor that society needs.

Keywords

Core Literacy in Sports, Teaching Reform, Comprehensive Development, Teaching Quality

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

随着时代的进步和教育理念的转变，初中体育教学已从传统的体能训练和技能传授转变为培养学生的体育综合素养。体育核心素养包括运动能力、健康行为、体育品德等，是在体育活动中形成的，对学生终身发展有重要价值。在初中阶段，学生正处于身心发展关键时期，如何在体育教学中提高学生的体育核心素养，是摆在教育者面前的重要课题。

2. 体育核心素养的内涵与要求

(一) 运动能力：体育核心素养的基石

运动能力是体育核心素养的主要内容之一，包括基本运动技能、体能水平和运动知识等。在体育教学中，对学生进行跑、跳、投、球类等运动技能的系统培养，有助于提高学生身体素质、运动表现力和自信心等。为更好地参与各项运动项目和竞赛，必须加强身体素质的提升，包括力量、速度、耐力、柔韧性和协调性等。对运动基本原理、运动损伤的防治、运动营养的合理搭配等基本运动理论知识要有较强的认识，这些知识将为学生提供科学的运动指导，帮助学生更好地进行体育运动。

(二) 健康行为：体育核心素养的重要体现

体育核心素养涉及内容广泛，健康行为是其组成部分之一。学生要想保持良好的健康行为，首先要树立健康意识，养成良好的运动习惯，保持健康的生活方式。在体育教学中，教师应从思想层面进行引导[1]，促使学生了解运动对于身心健康的重要性，激发学生参与体育运动的积极性。同时，要合理安排运动时间与运动强度，在学生可接受范围内进行运动才能达到增强体质的目的。在此基础上，学生应对饮食营养有一定的了解，知道每种食物富含的营养成分，以及食物摄入相关标准，做到合理搭配膳食，从饮食方面保证身体健康。生活习惯也很重要，学生要了解熬夜、吸烟和酗酒等不良生活习惯对健康造成的损害。当学生养成良好的健康行为以后，才能够享受运动带来的乐趣。

(三) 体育品德：体育核心素养的灵魂所在

体育品德是体育核心素养的灵魂，强调学生要遵守规则、尊重对手，在体育活动中团结协作，形成一种积极向上的体育精神。教师在体育教学中要培养学生规则意识，让学生对体育比赛的规则、裁判员的判决等有所了解，在比赛过程中不会出现违规的情况，同时也是为了更好地完成动作，不会出现运动损伤。另外，团结协作也是体育品德的重要体现[2]，学生在团队中应发挥自己的特长，与其他同学密切合作，为赢得比赛贡献自己的一份力量。总而言之，通过参加体育活动，有效培养了学生竞争意识、合作精神和领导能力，这些品质会对学生以后的学习、工作与生活等方面有诸多益处。

3. 当前初中体育教学的现状分析

(一) 体育竞技与教学内容的多元化探索

近几年,初中体育教学实现多样化教学改革探讨[3],教学内容在原有竞技运动的基础上,开展更多新颖有趣的新兴运动项目,如街舞、攀岩、定向越野等,以体现出新兴运动项目的“满足学生多元体育需求,丰富学校体育育人内涵,增加学校声誉、打造校园特色,培养新兴体育项目后备人才”[4]的时代价值,一是让学生在运动方面有更加丰富的选择,二是能够激发学生参加体育活动的运动兴趣,培养学生合作精神和创造力。在体育教学与传统文化融合方面,部分学校尝试开设武术、太极拳等运动项目,在提高学生体质的同时,也在一定程度上弘扬我国先进的传统文化。

(二) 应试教育与体育教学质量的平衡

在应试教育背景下,初中体育教学虽面临一定的挑战,但也在不断寻找与应试教育之间的平衡。一方面,为保证体育教学的正常开展,学校要合理分配体育课时,不能把体育课时间用于其他课程。另一方面,为更好地进行体育教学,体育教师积极寻找有效的教学手段,采用分层教学和小组合作学习的教学模式[5],提高教学效果,丰富学生学习体验。

(三) 体育教学设施与资源的逐步完善

随着国家对教育投资力度的加大,学校体育设施和资源得到进一步的完善。为了给学生提供一个安全舒适的运动场所,许多学校都修建了标准的运动场地、体育馆和游泳池等体育设施。与此同时,设备不断更新和完善,让体育教学更具特色。完善的设施和资源建设,既能丰富学生的运动经验,又能激发学生运动积极性,为体育教学的顺利开展提供有力保障,让学生在参与体育运动时可以有更多的收获。

(四) 体育教师专业素养与教学能力的提升

体育教师职业素养与教学能力是决定学校体育教学质量的重要因素。目前,许多中学都十分重视体育教师的专业发展,通过开展培训、研讨、交流等多种形式,让体育教师不断提高专业素养与教学能力。这些形式能够帮助教师及时更新教育理念,掌握先进的教学方法,让教师互相交流,互相学习。建立评价机制,以激发教师工作积极性和主动性,提高教学质量,促进学生全面发展。

4. 体育核心素养视域下初中体育教学的改革策略

(一) 优化教学内容与方法,满足学生多样化需求

针对目前初中体育课内容单一、方法陈旧的问题,应丰富教学内容与创新教学方法。教师可将街舞、攀登、定向越野等具有较多趣味性及挑战性的体育项目引入课堂,激发学生学习兴趣与参与性。为满足不同学生的学习需求和能力水平,应采用分层教学、小组合作学习以及项目式学习等较为灵活的教学方法。通过优化教学内容,提高学生体育运动能力和健康行为水平,为培养学生体育核心素养奠定基础[6]。在实际教学中,要注意因材施教,针对不同学生的身体状况、兴趣爱好、运动能力等进行针对性练习。智能穿戴设备、虚拟现实技术等有助于提高教学效果,丰富学生学习体验,学校可以邀请专业运动员或者体育教练走进课堂,与学生面对面地交流,传授运动技能,开阔学生知识视野。

同时,学校应加强师资队伍建设,提高教师专业素养。体育教师是体育教学实施者和指导者,体育教学质量与体育教师职业素养和教育水平息息相关,应加强师资队伍建设,不断提升教师专业素养与教学能力。例如,定期组织培训、研讨、交流活动,更新教育理念,掌握现代教育技能和方法。从教学质量、科研成果、社会服务三个方面对初中教师进行综合评价,促进初中教师提高专业素养,提高教学能力。通过加强师资队伍建设,有助于构建高素质的体育教师队伍,为提高学生体育核心素养创造教育条件。

(二) 完善体育设施与资源,保障体育教学顺利开展

体育设施与器材是体育教学的物质基础。为保证体育教学的顺利开展,应加强学校体育设施与资源

的投入力度,完善体育设施与器材。例如,建设标准化的运动场地、体育馆、游泳池等,为学生创造良好的运动环境,引入智能健身器材、运动监测系统等,满足体育教学的需要。在完善体育设施与器材的同时,也要注意运动设备的维护和保养,定期做好检查和维修工作,保证设备稳定运行,加强对学生的安全管理和教育,指导学生在运动过程中合理利用运动器材和设备,防止意外事件的发生,通过完善学校体育设施和器材,为开展体育教学提供有力支撑。

(三) 教师应构建多元化评价体系,促进学生全面发展。

传统的体育教学评价偏重于运动技能和身体素质,忽略了对学生综合素养的评价,需要建立多元化的评价体系,从全方位角度评价学生的体育核心素养。如刘建兴,王金花(2024)探讨了初中体育教学评价改革,提出了教学评价框架,即对学生思维能力、团队合作、体育道德和身体健康等多元化的评价维度[7],形成了多元评价的教学案例实践。从形式上可以说,教师也可以将多种评价方式相结合,除了教师评价之外,可以进行学生互评或者学生自评,以便更加客观的反映学生运动情况。在构建多元评价体系的进程中,应注重评价结果的反馈和运用。及时向学生及教师反馈评价结果,帮助学生认识自身优缺点,结合学生综合素养评价,为学生提供升学、就业等方面的参考依据,让评价结果与学生综合素养评价相结合。通过构建多样化的评价体系,客观评价学生体育核心素养水平,促进学生全面发展。

(四) 推动家校合作共育,形成良好体育氛围

随着素质教育理念的普及,培养德、智、体、美、劳全面发展的人才成为社会发展的趋势。初中体育教学除了重视学生考试成绩以外,还注重培养学生体育核心素养。学校和家庭是影响学生体育核心素养形成的主要环境,应积极推进家庭与学校的合作共育,营造一种健康的体育氛围[8]。家校共育是家长配合学校提升学生培养质量的一种综合性教育模式,体育教学也应该强化这一模式。祁敬云(2023)以伊宁市第九中学八年级为典型案例分析,开展了体育家校共育为期12周的合作式体育锻炼模式[9],结果显示是可行的,效果也是明显的。总之,一方面,通过定期召开家长会,开展体育讲座等形式,让家长了解体育知识,掌握科学的运动方法,树立正确的体育观念。另一方面,学校也可邀请家长参加校内的各项运动项目活动,让家长看到孩子的进步与成长,通过全程观看或参与对体育全过程有所了解,进而对学校的体育工作提出一些切实可行的建议,帮助学校更好地调整育人方案。

在家校合作共育的过程中,应发挥家庭在体育教学中的特定作用,在激发孩子运动兴趣,培养良好运动习惯的同时,鼓励家长与孩子一起进行体育运动、参加体育活动等,增进亲子关系。这对于很多存在运动抵触心理的学生很友好,在与家长合作互动过程中,学生将有更多的信心完成比赛,认识到自身的潜力。同时还可以利用社区体育设施、家庭健身器材等家庭资源,为学生提供更多的运动机会和条件,通过促进家校合作共育,为培养学生体育核心素养创造有利条件,形成学校、家庭、社会共同关注、共同支持体育教学的良好氛围。社区体育设施以及家庭健身器材主要在课余时间进行使用,学生要安排好运动时间,在家长陪同下进行训练,避免发生运动损伤。

(五) 注重体育精神培养,提升学生综合素养

体育精神是指学生在体育活动中表现出来的积极主动、团结合作、勇于拼搏的精神,是体育核心素养的重要内容。为此,要重视培养学生体育精神,全面提高学生综合素养。赵阳(2024)选取江苏省四个市的城市初中和乡镇初中为调查对象,对体育精神融入初中体育教学进行了现状剖析和问题审视,并提出了国家制度、地方资源、学校实践宏、中、微三个维度的实现路径[10],为我们提供了思路与启发。在体育教学中,要重视体育文化的渗入,通过体育历史、体育名人传记等知识,引导学生了解体育文化的内涵和价值。规则意识和自律能力是体育精神的组成部分,学校要积极开展运动会、班级联赛等多种形式的运动竞赛,培养学生竞赛意识与团队合作精神,学生严格按照比赛规则,尊重对手及裁判员的行为,促使学生树立规则意识,同时还可以通过自我管理 with 约束等行为,培养学生自律能力。通过培养学生体

育精神,促使学生参与体育活动时获得全面提升,为提高学生综合素养注入新的生机。

此外,开展课外体育活动,丰富学生体育生活。课外体育活动是体育教学的延伸和拓展,在培养学生体育核心素养方面具有积极作用,应积极开展课外体育活动。一方面,为学生提供更多的体育选择和交流平台,可以组织篮球社、足球社、羽毛球社等多样化形式的体育社团和兴趣小组。另一方面,可以举办各种体育比赛和活动,如趣味运动会、体育节等,让学生体验运动的乐趣和价值。在开展课外体育活动过程中,要注重活动安全性与有效性,为确保学生在活动中的安全,要加大对场馆活动安全检查、管理力度。根据学生的年龄特点、兴趣爱好等现实条件,有针对性地制定切实可行的活动计划,确保活动的有效性。通过开展课外体育活动,为培养学生体育核心素养创造条件,同时也丰富了学生的体育生活,培养学生运动兴趣和运动习惯。

总之,初中体育教学肩负着重要的育人责任,体育教师要对本课程引起重视,思考有效的体育教学改革策略,进而使体育成为推动学生全面发展的课程。在体育核心素养的视角下,初中体育教学改革是一个系统工程,教学改革涉及丰富教学内容、革新教育方法以及构建教育评价体系等。需要从全方位角度进行衡量。教师还应构建具有新时代特征的体育教学体系,以期推动教学与时俱进,该体系对学生全面发展有积极影响。培养学生体育核心素养是一项繁琐系统的任务,只凭借学校与家庭的力量还远远不够,还需要全社会共同努力,为推动初中体育教学改革与发展贡献智慧和力量。

参考文献

- [1] 李燕婷. 核心素养视域下初中体育与健康差异化教学策略探究[J]. 名师在线, 2024(29): 91-93.
- [2] 杨华, 杨育境, 林晓峰. 基于体育学科核心素养的初中体育教师教学行为评价指标体系构建[J]. 西部素质教育, 2024, 10(18): 122-125.
- [3] 董洪福, 李增伟. 初中体育多样化教学改革的实践探索[J]. 冰雪体育创新研究, 2024, 5(12): 76-78.
- [4] 赵子璇, 余蓉晖. 体育强国背景下我国新兴体育项目进校园的时代价值、现实困境与推进策略[J]. 辽宁体育科技, 2025, 47(1): 128-133.
- [5] 任洁. 初中体育与健康课程核心素养的评价指标体系研究——以九年级双杠大单元教学计划为例[J]. 冰雪体育创新研究, 2024, 5(18): 65-67.
- [6] 范随花. 初中体育教学中基于核心素养的落实转化后进生的探讨[J]. 冰雪体育创新研究, 2024, 5(15): 64-66.
- [7] 刘建兴, 王金花. 基于核心素养的初中体育教学评价改革探索[J]. 新课程教学(电子版), 2024(5): 113-115.
- [8] 胡端军. 基于学科核心素养的初中体育大单元教学策略研究[J]. 当代体育科技, 2024, 14(21): 195-198.
- [9] 祁敬云. 体育学科家校共育典型案例研究[C]//中国管理科学研究院教育科学研究所. 首届中国教育创新大会——教育发展与创新分论坛论文集. 长春: 长春新区北湖英才学校, 2023: 329-331.
- [10] 赵阳. 中华体育精神融入初中体育与健康课程建设研究[D]: [硕士学位论文]. 扬州: 扬州大学, 2024.