

# 核心素养视角下中小学体育教学的优化路径

黄文明

旧街中学

**摘要：**随着教育理念的不断演进和教育体系的不断完善，培养学生的核心素养已经成为中小学教育的重要目标之一。核心素养包括批判性思维、创新能力、沟通能力、协作能力等多方面的综合素养，旨在培养学生在不同领域中具备全面发展和终身学习的能力。体育教育作为学校教育的重要组成部分，也应当以培养核心素养为目标，为学生提供更丰富、更全面的教育体验。本文从核心素养的视角出发，探讨中小学体育教学的优化路径，以满足学生的全面发展需求，促进他们在体育领域和其他领域的综合素养提升。

**关键词：**核心素养；中小学；体育教学；优化措施

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2022.03.033

## 引言

在当今社会，教育的本质已经不仅仅是传授知识，更是培养学生的综合素养。核心素养作为一种新的教育理念，强调培养学生的核心能力，成为现代教育改革的重要方向之一。体育教育作为学校教育的重要组成部分，同样需要从核心素养的角度进行审视和优化。

### 一、中小学体育教学存在的问题

#### （一）课程体系存在的不连贯性

在一些学校，体育课程往往是零散的、孤立的体验，缺乏系统性和层次性。学生可能在一学期学习某项体育项目，而在下学期学习完全不同的项目，导致课程之间缺乏衔接和延续性。这种不连贯性不仅影响了学生的体育素养的逐步提升，也使他们难以形成持久的兴趣和爱好。此外，课程体系的不连贯性还可能导致学生学习过程中出现认知混淆，无法将不同项目的技能和知识进行有机整合。因此，中小学体育教育需要更加关注课程体系的建设，确保课程在内容和难度上有连贯性，使学生能够逐步掌握不同领域的体育技能，并形成持续的兴趣和动力。

#### （二）模糊的三维目标影响学习效果的有效达成

三维目标通常包括知识维度、技能维度和情感维度，它们共同构成了体育教学的综合目标。然而，许多体育课程和教学计划中存在的问题是这些目标定义模糊不清，缺乏具体性和可测量性。这使得学生和教师在学习过程中难以理解和评估目标的实际含义和达成程度。知识维度的目标常常不够清晰，体育课程可能只强调技能的培养，而对相关的理论知识和背景信息缺乏关注。这导致学生缺乏对体育活动的深刻理解，仅仅停留在表面技能的掌握上，而无法将知识应用到实际运动中。其

次，一些体育教学可能过于侧重具体的技术动作，而忽视了技能的整体性和战略性。学生可能会被要求机械性地重复动作，而不是真正理解如何在比赛中运用这些技能。此外，体育教育应该培养学生的兴趣、激情和道德价值观，但这些方面的目标往往被忽视或模糊定义，导致学生在体育活动中缺乏积极的情感投入和参与。

（三）教育资源分配不均衡与“家校社”参与不协同

教育资源在不同地区和学校之间存在明显的不均衡分配，一些发达地区和名校拥有更多的体育设施、教材、资金和人力资源，而一些偏远地区或贫困学校则面临严重的资源匮乏问题。这导致了不同学校之间体育教育质量的差异，学生在体育活动中的机会和体验也存在不平等现象。这不仅影响了学生的身体健康和全面发展，还加剧了不公平的教育现象。体育教育的成功需要学校、家庭和社区的协同合作，但现实中存在协同不畅、信息沟通不畅的问题。家庭和社区的支持对学生积极参与体育活动至关重要，但缺乏有效的渠道和机制来促进他们的参与。学校通常难以与家长和社区建立紧密的联系，以推动体育教育的发展和改进。这导致了学校的体育教育往往是孤立的、局限的，无法充分利用外部资源和专业知识。

### 二、核心素养视角下中小学体育教学的优化措施

#### （一）实施体育选课制度

实施体育选课制度是在核心素养视角下中小学体育教学的一项重要优化措施，旨在充分考虑学生的兴趣和特长，促进他们在体育教育中的全面发展。体育选课制度的实施可以更好地满足不同学生的需求，在传统的固定体育课程中，学生可能因兴趣不浓或特长不在某一体

育项目上而感到挫折。而通过体育选课制度，学生可以根据自己的兴趣和特长选择适合自己的体育课程，这有助于激发他们的学习动力和兴趣，提高学习效果。传统的固定课程往往局限于传统的体育项目，而通过选课制度，学校可以提供更多样化的体育课程，涵盖各种体育运动和活动，如篮球、足球、游泳、健美操等。这有助于学生全面发展，培养他们的多种体育技能。学生在选择课程时需要充分考虑自己的兴趣和目标，并制定学习计划，这有助于培养他们的自主学习和时间管理能力。同时，学生在参加选修课程时，会更有动力和责任感，因为他们是基于自己的选择来学习的。然而，实施体育选课制度也需要考虑一些挑战和问题。首先，学校需要提供足够的师资和设施支持多样化的体育课程。这可能需要学校增加投入，包括招聘更多的体育教师和改善体育设施。其次，学校需要确保选课制度的公平性，避免因各种原因导致学生在选择课程时不公平竞争。这需要建立公平的选课机制和评估标准。

### （二）结合互联网技术呈现运动过程，突破技能难点

结合互联网技术呈现运动过程是中小学体育教学的一项有效优化措施，通过多媒体演示和分解展示动作，帮助学生克服技能上的难点，提高他们的理解和实践能力。这种方法不仅使体育教学更加生动和互动，还有助于学生更好地掌握运动要领，实现核心素养视角下的教学目标。例如，在学习原地侧向推实心球相关内容时，这对许多学生来说可能是一个技巧较难掌握的动作。即使教师进行示范并讲解动作要领，学生仍然可能难以一气呵成地完成所有的动作步骤。在这种情况下，教师可以运用多媒体技术，将整个运动过程分解成多个步骤，并进行详细演示。例如，教师可以将运动过程分为“握球和持球”“预摆姿势”和“掷球”三个环节，并逐一讲解各环节的要领。在多媒体演示中，教师采用分镜头展示的方式，逐步呈现每个动作步骤的细节，包括动作的动态展示、关键点的强调以及常见错误的纠正。这种分解和展示动作的方法有助于学生更清晰地理解运动要领，并使他们能够更好地掌握基本知识和技巧。在教学过程中，教师还可以与学生进行互动，鼓励他们观察和分析动作过程。学生可以提出问题、模仿动作、跟随示范进行演练，并在教师的指导下不断改进。通过这种师

生互动的方式，学生可以更加直观地学习和练习运动过程，从而提高他们的技能水平。

### （三）利用真实生活设计体育教学场景

真实生活中充满了各种各样的体育活动，如跑步、跳绳、打球等，教师可以将这些活动引入到体育教学中，让学生在参与这些活动的过程中，自然地学习和掌握体育技能，培养体育精神。例如，在学习篮球投篮技巧的过程中，教师可以将传统的课堂变身为一个“篮球比赛场地”，将抽象的技巧转化为实际的体验。教师可以巧妙设计一个模拟比赛的情境，让学生分成两支队伍，真实地模拟比赛的方方面面。学生不仅能够学习到正确的投篮姿势和技巧，更重要的是在比赛的氛围中感受到竞争和合作的价值。其次，教师可以设置一系列有趣的挑战，如在比赛中临时改变比分、模拟不同的比赛环境，甚至在某些时刻制造一些突发状况，如增加时间压力或难度等。这些情境的引入不仅能够激发学生的主动参与，更能培养他们的战胜困难、适应变化的能力。学生在模拟的比赛环境中会逐渐理解比赛规则的重要性，学会与队友合作，灵活运用战术，不仅增强了他们的体育技能，也培养了他们的团队协作意识。他们将在比赛中经历胜利与失败、紧张与兴奋的情绪，逐渐培养出坚持不懈、勇敢面对压力的品质。他们会更加深入地理解体育活动背后蕴含的道德价值，如公平竞争、尊重对手、团队合作等。这些品质不仅对体育活动有益，也会在他们日常生活中发挥积极的作用。

### （四）借助竞争性游戏进行活动德育渗透

在新课标指引下，借助竞争性游戏进行活动德育渗透是探索体育与德育教育结合的一种有效途径。在游戏规则中要求学生两人一组合作完成每道障碍，这要求他们相互配合、协调动作，共同克服困难。在实际操作中，学生会体会到只有通过合作才能顺利完成任务，这将激发他们的合作意识，培养团队合作精神，进一步增强他们的凝聚力和协作能力。通过障碍接力赛的活动，学生能够培养规则意识和纪律观念。每道障碍都有特定的规则和要求，学生必须按照规定的方式完成，否则就需要重新开始该环节。这要求学生严格遵守游戏规则，尊重规则的公平性和公正性。在游戏过程中，学生会明白只有遵守规则才能保证比赛的公正性，这将有助于他们树立正确的纪律观念和规则意识。在游戏中，每道障

碍的完成需要学生灵活应对，根据实际情况做出相应的决策和调整。学生需要在团队内相互沟通、协商，制定合理的策略和分工，以最快的速度完成任务。这将锻炼学生的团队协作能力和应变能力，提高他们在面对挑战时的反应能力和解决问题的能力。学生将以团队为单位进行比赛，争取率先到达终点。这种竞争性的游戏形式能够激发学生的积极参与和投入，培养他们的胜利欲望和竞争意识，进一步提高他们的动力和学习意愿。

#### （五）创设情境，激发学生兴趣，提高学习动机

情境教学法在小学体育教学中的应用不仅要注重技能的传授，更要通过创设情境，激发学生的兴趣，从而提高他们的学习动机。在小学体育教学中，教师可以巧妙地设计各种情境，学生能够身临其境地参与，从不同角度感受体育活动的乐趣，从而激发他们的积极参与愿望。例如，在学习跳远时，教师可以营造一个“田径比赛”的情境，让学生有机会亲身体验比赛的紧张氛围和竞争的激烈，进而更有动力去学习和练习。教师从中引导学生扮演不同角色，如运动员、教练员或观众。学生作为运动员能够亲身体验起跑、冲刺和跳远的整个过程，深刻理解技巧的应用和比赛的紧张感。如果学生作为教练员，需要观察、分析其他同学的表现，并提出改进建议，培养他们的观察力和分析能力。当然，如果学生作为观众也可以感受到比赛的观赏性和激励性，从而培养他们的体育欣赏能力。学生能够在情境中获得全面的体验，从而更加深刻地体会到学习内容的意义和价值。他们不再只是被动接受知识，而是主动参与、体验和思考，从而产生更大的兴趣和学习动机。这种身临其境的学习方式不仅能够促进学生对体育知识和技能的深入理解，还能够培养他们的合作精神、创新能力和解决问题的能力，为他们的全面发展打下坚实基础。

#### （六）关注学生个体差异，提高合作学习效率

在小学体育教学中，学生的个体差异是不可避免的现实。每个学生在学习能力、兴趣爱好、体育水平等方面都有所不同。因此，运用合作学习的教学策略时，关注学生的个体差异，根据学生的实际情况，采取差异化教学措施，可以有效提高合作学习的效率和学习效果。教师应该通过多种途径，如观察、测试、问卷调查等，全面了解学生的学习水平和兴趣特点。这样可以帮助教师将学生分成不同的合作学习小组，确保小组成员的学

习能力相当，并且有共同的兴趣爱好。学生在相对均衡的小组中更容易融入合作学习，相互之间的合作氛围也更加融洽。对于学习较快的学生，可以提供更具挑战性的任务，让他们发挥所长，带领小组成员共同完成任务。对于学习较慢的学生，可以提供更简单的任务，以确保他们能够顺利完成，并逐步提高学习动力。通过这样的个性化任务设置，可以激发每个学生的主动学习积极性，提高合作学习的效率。

#### （七）构建师生共建课堂文化，注重反馈评价

培养核心素养要求学生在课堂参与中发挥自主学习的能力，摒弃传统的教师主导、灌输式的学习方式，使学生成为学习的积极主体。共建课堂文化强调教师和合作，共同参与教学设计和课堂活动，以实现教学目标的和谐达成。体育教师和学生课前共同选择教学主题、设计教学流程，明确教学目标。这种合作的过程有助于激发学生的兴趣，使他们更具参与感和自主性。在课堂上，学生被鼓励主动体验运动的感受，发挥创造性，自主探索动作的构成和潜在的知识。而体育教师的角色则更多地是观察和引导，及时给予指导，并在适宜的时机提供反馈。这一共建课堂文化的模式有助于学生全面发展，培养他们的自尊和自信。通过自主参与课堂设计和学习过程，学生能够体验到成功的喜悦，提高自信心，同时也培养了解决问题和合作的能力。在这个过程中，学生不仅仅是知识的接收者，更是知识的创造者和运用者。在核心素养视域下的体育与健康课程学习评价也需要特别关注学生的发展。评价不仅仅是对学生表现的客观记录，还应该包括对学生的发展和进步的关心。这样的评价方式能够更好地激发学生的学习动力，鼓励他们积极参与，形成持续学习的习惯。

在核心素养视角下，中小学体育教学的优化路径不仅仅是一种教育方法的改变，更是对教育理念的更新和深化。通过培养学生的核心素养，我们不仅可以提高他们的运动技能，更可以培养他们的创新能力、合作精神和自主学习的能力，使他们能够更好地适应未来社会的需求。因此，中小学体育教育需要不断探索和改进，以更好地服务学生的全面发展。

#### 参考文献

[1]周海军.核心素养下中小学体育课程一体化现状及优化路径分析[J].爱情婚姻家庭, 2022(14): 2.