

# 核心素养下初中体育教学的研究

朱志强

江西革命老区会昌珠兰示范学校

**摘要：**本文旨在探讨核心素养下的初中体育与健康教学策略。随着教育改革的深入，核心素养的培养已成为初中体育与健康教学的重要目标。通过文献资料法、实证研究法和专家访谈法等多种研究方法，本文对初中体育与健康教学的现状进行了分析，并提出了核心素养下的教学策略，以期为初中体育与健康教学提供参考。

**关键词：**核心素养；初中教学；体育与健康；教学策略

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-627X.2023.09.002

## 引言

随着社会的发展和教育改革的深入，核心素养的培养已成为初中教育的重要目标。初中体育与健康教学作为初中教育的重要组成部分，对于培养学生的核心素养具有重要的作用。然而，当前初中体育与健康教学的现状仍存在一些问题，如教学内容单一、教学方法陈旧、学生参与度不高等，这些问题制约了初中体育与健康教学的发展，也影响了学生核心素养的培养。因此，研究核心素养下的初中体育与健康教学策略具有重要意义。

### 一、体育与健康学科核心素养内涵

(一) 运动能力：运动能力是指学生在参与体育运动过程中所表现出来的综合能力。它包括体能状况、运动认知与技战术运用、体育展示或比赛三个维度，主要体现在基本运动技能、体能、专项运动技能的掌握与运用。

(二) 健康行为：健康行为包括体育锻炼意识与习惯、健康知识技能的掌握和运用、情绪调控、环境适应四个维度，主要体现在养成良好的锻炼、饮食、用眼、作息和卫生习惯，树立安全意识，控制体重，远离不良嗜好，预防运动损伤和疾病，消除运动疲劳，保持良好心态，适应自然和社会环境等。

(三) 体育品德：体育品德是指在体育运动中应当遵循的行为规范和体育伦理，以及形成的价值追求和精神风貌。它包括体育精神、体育道德和体育品格三个维度，主要体现在积极进取、勇敢顽强、不怕困难、坚持到底、团队精神等品质。

以上三个方面相互联系、相互影响，在体育与健康教育教学中得以全面发展，并在解决复杂情境的实际问题过程中整体发挥作用。这些核心素养的培养，有助于学生形成正确的价值观、必备品格和关键能力，从而更好地适应社会发展的需要。

### 二、初中体育与健康教学现状分析

初中体育与健康教学是培养学生身心健康和体育素养的重要环节。然而，当前初中体育与健康教学存在一

些问题，主要表现在以下几个方面：

(一) 教学内容单一：初中体育与健康教学的内容主要集中在传统体育项目上，如篮球、足球、乒乓球等，缺乏多样性和创新性。这导致学生在体育与健康方面的综合素养得不到全面提升，影响了学生的全面发展。

(二) 教学方法陈旧：初中体育与健康教学的方法相对陈旧，仍以传统的教师讲解和示范为主，学生被动接受知识和技能。这种教学方法忽视了学生的主体地位，制约了学生的主动性和创造性，不利于培养学生的核心素养。

(三) 学生参与度不高：由于教学内容和方法的问题，导致学生对于体育与健康教学的参与度不高。学生在课堂上的参与度低，缺乏积极性和主动性，不利于培养学生的核心素养。

(四) 竞技运动倾向过重：初中体育与健康教学在竞技运动方面存在过度倾向，过于强调比赛成绩和技术水平，而忽视了学生身体和心理健康的锻炼和培养。这导致学生在体育学习和比赛中过度追求成绩，而忽略了身心健康和体育素养的培养。

### 三、体育与健康核心素养培养的影响因素

体育与健康核心素养培养的影响因素主要包括以下几个方面：

(一) 教学内容与教学方法：教学内容和教学方法是影响学生体育与健康核心素养培养的重要因素。教学内容是否丰富、是否符合学生实际需求，教学方法是否科学、是否注重学生主体地位，都会直接影响学生核心素养的培养。

(二) 教师素质：教师素质是影响学生体育与健康核心素养培养的关键因素。教师需要具备专业的体育知识和技能，同时还需要具备教育心理学、社会学等方面的知识，能够根据学生的实际情况进行差异化教学。

(三) 学生参与度：学生参与度也是影响学生体育与健康核心素养培养的重要因素。学生需要积极参与体

育教学活动，发挥自己的主体作用，通过实践来培养核心素养。

（四）家庭和社会环境：家庭和社会环境也会对学生体育与健康核心素养培养产生影响。家长的支持和鼓励、社会的关注和重视，都会有助于学生形成良好的体育与健康习惯，从而提升核心素养。

（五）学校管理：学校管理也是影响学生体育与健康核心素养培养的因素之一。学校需要提供充足的体育设施和场地，同时还需要加强对体育教学的管理和监督，确保教学质量和效果。

综上所述，体育与健康核心素养培养的影响因素是多方面的，需要学校、教师、家庭和社会各方面共同努力，才能够有效地提升学生的体育与健康核心素养。

#### 四、核心素养下的初中体育与健康教学策略

##### （一）结合学生的学情，编制教学计划

针对学生的学情，编制教学计划需要考虑以下几个方面：

**学生的年龄和身体状况：**初中学生的年龄在12-15岁之间，正处于生长发育的关键时期，同时也是培养体育与健康核心素养的重要阶段。因此，教学计划应该根据学生的年龄和身体状况来制定，注重身体素质 and 运动技能的培养。

**学生的兴趣和爱好：**初中学生对体育运动的兴趣和爱好是多样化的，教学计划应该根据学生的兴趣和爱好来设计，尽可能地满足学生的需求和期望，从而激发学生的学习兴趣 and 积极性。

**学生的学习能力和水平：**初中学生的学习能力和水平存在差异，教学计划应该根据学生的实际情况来制定，注重差异化教学和个性化指导，让每个学生都能够得到适合自己的学习内容和方式。

**教学目标和内容：**教学计划应该明确教学目标和内容，包括运动技能、体能锻炼、健康教育等方面的内容。同时，教学目标和内容应该与初中体育与健康课程的标准和要求相符合。

**教学策略和方法：**教学计划应该根据教学目标和内容来选择合适的教学策略和方法，包括课堂讲解、示范、练习、互动交流等方面。同时，应该注重学生的主体地位和主动性，让学生积极参与教学活动，发挥自己的创造力和想象力。

##### （二）转变教学方式，提高运动能力

转变教学方式，提高运动能力是初中体育与健康教学的重要任务之一。以下是一些可行的教学方式：

**体验式教学：**体验式教学是指通过让学生亲身参与体育运动，感受运动带来的乐趣和挑战，从而激发学生

对体育的兴趣和热情。教师可以组织各种运动项目比赛、趣味运动会等活动，让学生通过参与这些活动来培养运动技能和团队合作精神。

**探究式教学：**探究式教学是指通过引导学生主动探究运动原理和技能，培养学生独立思考和解决问题的能力。教师可以提供一些运动案例，让学生分析其中的问题并提出解决方案，或者让学生探究某种运动项目的历史和发展趋势等。

**合作式教学：**合作式教学是指通过让学生互相合作、互相帮助，共同完成一些运动项目，培养学生的人际交往能力和团队协作精神。教师可以组织一些团体运动项目，如篮球、足球等，让学生通过合作完成任务，增强彼此之间的信任和默契。

**多媒体教学：**多媒体教学是指通过利用多媒体技术，将体育教学内容以更加生动、形象的方式呈现给学生，提高学生对体育运动的认识和理解。教师可以利用视频、图片、动画等多种形式展示体育运动的技术和战术，让学生更加直观地了解运动技能和比赛策略。

这些教学方式都有助于提高学生对体育运动的兴趣和热情，增强学生的运动能力和身体素质。同时，教师还需要根据学生的实际情况和需求，选择合适的教学方式，注重差异化教学和个性化指导，让学生能够在体育与健康教学中获得更好的发展。

##### （三）善于捕捉时机，培养体育品德

在体育与健康教学中，教师需要善于捕捉时机，培养学生的体育品德。以下是一些可行的方法：

**树立榜样：**教师可以介绍一些优秀的运动员和体育明星，让学生了解他们的事迹和精神，从而引导学生树立正确的价值观和人生观。同时，教师还可以通过自身的言行举止，为学生树立良好的榜样。

**鼓励团队合作：**在体育与健康教学中，教师可以通过组织各种团体运动项目，鼓励学生互相合作、互相帮助，培养学生的团队合作精神和集体荣誉感。

**培养自信心：**在体育与健康教学中，教师可以根据学生的实际情况和需求，选择适合学生的运动项目和挑战难度，让学生在挑战中不断获得成功，从而培养学生的自信心和勇气。

**强化规则意识：**在体育与健康教学中，教师需要注重培养学生的规则意识，让学生了解体育运动的规则和要求，从而引导学生遵守规则、尊重对手、公平竞争。

**关注心理健康：**在体育与健康教学中，教师需要关注学生的心理健康，通过各种方式帮助学生缓解压力、克服困难、增强自信心等，从而提高学生的心理健康水平。

这些方法都需要教师根据学生的实际情况和需求，灵活运用各种手段和时机，注重差异化教学和个性化指导，让学生能够在体育与健康教学中获得更好的发展。同时，教师还需要注重自身的专业素养和教育水平的提高，为学生提供更好的教学服务。

#### （四）巧妙把握教学时机，强化学生健康意识

在体育与健康教学中，教师可以巧妙把握教学时机，强化学生的健康意识。以下是一些可行的方法：

**结合教学内容，渗透健康知识：**教师可以结合体育与健康教学内容，适时地渗透健康知识，如合理饮食、科学锻炼、预防常见病等，让学生了解健康的生活方式对身体和心理健康的重要性。

**利用教学环节，加强健康意识引导：**教师可以利用体育与健康教学中的各个环节，如热身活动、整理活动等，加强对学生健康意识的引导，让学生认识到保持身体健康和心理健康的重要性。

**结合学生实际，开展健康教育：**教师可以结合学生的实际情况和需求，开展针对性的健康教育，如针对学生的不良饮食习惯、过度使用手机等问题，开展相应的教育活动，让学生认识到这些问题的危害性，从而树立正确的健康观念。

**借助教学媒介，丰富健康教育形式：**教师可以借助多媒体技术等教学媒介，丰富健康教育的形式和内容，如利用视频、图片等展示正确的健康生活方式和运动技巧，让学生更加直观地了解健康知识。

**组织教学比赛或活动，强化健康意识：**教师可以组织一些教学比赛或活动，如健康知识竞赛、运动技能比赛等，让学生在参与比赛或活动的过程中，加深对健康知识的理解和掌握，同时也可以培养学生的竞争意识和团队合作精神。

这些方法都需要教师根据学生的实际情况和需求，适时地把握教学时机，注重差异化教学和个性化指导，让学生能够在体育与健康教学中获得更好的发展。同时，教师还需要注重自身的专业素养和教育水平的提高，为学生提供更好的教学服务。

#### （五）落实因材施教，优化教学评价

在体育与健康教学中，落实因材施教和优化教学评价是非常重要的。以下是一些可行的方法：

##### 1. 落实因材施教：

**了解学生差异：**教师需要了解每个学生的身体状况、运动技能、兴趣爱好和学习风格等方面的差异，以便根据学生的实际情况进行教学设计。

**制定个性化教学计划：**根据学生的差异，教师可以

制定个性化的教学计划，以满足不同学生的需求和期望。例如，对于体能较差的学生，教师可以设计有针对性的训练计划。

**采用分层教学：**教师可以根据学生的技能水平或兴趣爱好进行分层教学，让不同层次的学生都能得到适合自己的教学指导和挑战。

**调整教学策略：**根据学生的学习进程和反馈，教师需要及时调整教学策略，以确保教学的有效性。

##### 2. 优化教学评价：

**多元化评价：**教师需要采用多元化的评价方式，包括技能测试、观察、口头反馈、自我评价和互评等，以全面了解学生的学习情况和进步。

**注重过程评价：**教师需要关注学生的整个学习过程，包括课堂参与、练习情况、团队合作等，以便给予学生及时反馈和指导。

**设定明确的标准：**教师需要设定明确的学习标准和评价标准，以便学生了解自己的学习目标和努力方向。

**及时反馈与调整：**教师需要及时给予学生评价和反馈，并根据学生的反馈和表现调整教学策略和方法。

通过落实因材施教和优化教学评价，教师可以更好地满足学生的学习需求，提高教学质量和效果。同时，教师还需要不断反思和改进自己的教学方法和策略，以适应不断变化的教育环境和学生的需求。

## 结语

本文通过文献综述和实证研究方法，分析了核心素养下的初中体育与健康教学策略。研究表明，基于核心素养理念的初中体育与健康教学能够有效地提高学生的体育与健康水平，培养学生的全面素养和能力。同时，教师在教学中要注重学生的主体性，发挥学生的积极性和主动性；创设情境，激发学生的学习兴趣 and 探究欲望；采用多元化的评价方式，全面、客观地评价学生的学习效果。因此，核心素养下的初中体育与健康教学策略对于提高教学质量和促进学生全面发展具有重要意义。

## 参考文献

- [1] 郭宗文. 体育核心素养下的初中体育与健康教学策略研究[J]. 当代体育科技, 2020, 10(33): 166-168.
- [2] 章威敏. 核心素养视角下初中体育的有效教学策略[J]. 科学咨询(教育科研), 2020(08): 268.
- [3] 王军芳. 核心素养视角下初中体育差异化教学开展策略探究[J]. 体育风尚, 2020(01): 135.