

新课标背景下初中体育课程中核心素养培养的策略与实施路径

邓布华

江西省萍乡市湘东区湘东镇中学

摘要：随着新课标深入改革的步伐，初中体育教育的授课理念正经历着显著变化。传统体育教学模式正逐步向学生主体化转型，不仅强调学生运动技能的掌握，还更加强调通过体育实践活动培育学生的核心素养。这一变革意味着体育课程的目标已不再局限于体质锻炼，而是扩展到团队合作、公平竞赛、自我管理、创新实践等多种能力的培养，以及树立积极健康的生活态度与优良的体育道德风尚。这种教育观念与促进学生全面发展高度契合，为他们的长远发展构建了稳固基础。对此，本文针对体育核心素养的内涵、当前初中体育课程在核心素养培养方面存在的问题、新课标背景下初中体育课程中核心素养培养的策略、新课标背景下初中体育课程中核心素养培养实施路径进行研究。

关键词：新课标；初中体育；核心素养；培养策略；实施路径

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2024.09.095

引言

在教育改革不断推进的背景下，初中体育课程的新课标愈发全面而具体。在新课标的指引下，体育教育已超越了单纯运动技能传授的范畴，转而将重点置于学生核心素养的培育上。作为促进学生综合素质提升的关键，核心素养涉及身心健康、集体合作及创新思考等多个维度。体育课程的改革在通过丰富多样的体育实践与教学策略，系统性地增强学生的核心素养，为他们的长远发展与全面教育构建稳固根基。

一、体育核心素养的内涵

体育核心素养是指学生由体育与健康教育课程逐步形成的正确价值观念、基本品格特质及关键能力。在新课标背景下，体育核心素养主要包括以下几个方面：

（一）运动能力

学生对于各类运动技能的掌握与灵活应用能力，涉及从跑步、跳跃、投掷等基本动作技能到足球、篮球、田径等专业运动项目的深层次技巧。通过综合学习与实际操作，学生可深刻领悟运动技能的科学原理与精湛技艺，在实践中持续提升个人运动表现。这种能力的培育，不仅对促进学生在体育竞赛中取得出色成绩至关重要，更在于强化体质、塑造顽强意志及协作精神，为学生的全面成长打下稳固基础。

（二）健康行为

指学生在日常生活中能树立起科学且规律的体育锻炼习惯，掌握关乎健康的基本知识与自我保健技巧。通过体育课程的理论学习与实际参与，学生应能深刻理解体育活动对促进身体健康的重要作用，并能合理规划运动的时间分配、强度把握及方法选择，以有效规避运动损伤风险。学生还需了解健康饮食的原则、作息规律等

日常生活常识，以此提升自我健康管理的能力，达到预防疾病、提升生活品质的目的。这一系列健康行为模式的建立，为他们的长远发展铺设稳固的基础。

（三）体育品德

在体育活动领域中，学生表现出高度的积极性与优良的品德。他们满怀热情地参与到各项体育项目中，全身投入，面对困难不退缩，勇于自我挑战。学生间的协作精神也得到体现，能够彼此配合，携手完成目标。他们表现出尊重竞争对手、待人友善的风范，弘扬了正直的体育道德风尚。这种积极性的展现、优秀的个人品质及团队合作能力，不仅助力他们在体育竞技中取得卓越成就，更为日后的生涯发展铺设了光明的前景。

二、当前初中体育课程在核心素养培养方面存在的问题

（一）重视程度不足

相较于其他学科，体育的受重视程度明显偏低，这一状况普遍存在。在众多学校中，体育课程常居于边缘位置，不能与语文、数学及英语等主要学科相较。这种忽视态度首要体现在课程编排上，体育课程频繁被安排于日程中较为不利的时段，如清晨或黄昏，这样不仅削弱了体育活动的实效性，也削减了学生对体育的兴趣度。体育课程时常沦为形式化存在，甚至面临被其他学科挤占的风险。部分学校中，由于考试压力或教学日程的紧迫，体育课程常成为数学练习或英语诵读的替代品，这样的做法大幅度削减了学生参与体育锻炼的时机，既对学生的生理健康造成不利影响，也严重影响了体育核心素养的培育。体育核心素养的培育远超过技能教授范畴，更包含了引导学生形成健康的生活方式、强化团队协作意识及竞争观念。但因体育课程的边缘化现状，这些至

关重要的素养培育环节往往遭到冷落，极大妨碍了学生的全面发展进程。

（二）师资力量欠缺

随着教育改革的逐步深入，培养学生的核心素养成为了教育界的一项关键性目标。在这样的背景下，体育课程的地位已从单纯的身体锻炼和体能增强工具，转变为一个培养团队合作、公平竞技及自我管理等相关素养的重要舞台。对体育教师的专业水平和综合能力也提出了更高标准。然而，实践中遭遇的现实挑战在于，当前的体育教师队伍往往难以达到这些严格要求。一方面，一部分体育教师可能依旧固守传统的体育教学模式，未能充分认识到或给予学生核心素养培育足够的重视；另一方面，随着体育教育观念的持续演进及教学手段的日益丰富，体育教师不仅需要具备扎实的专业技巧，还需掌握多元化的教学策略，这对他们构成了双重挑战。这种师资短板直接威胁到体育教学质量的稳定性，可能导致学生在体育课上无法充分享受到运动的乐趣，也无法通过体育活动促进自身核心素养的发展，既限制了学生的全面成长，也阻碍了体育学科在学校教育中作用的发挥。

（三）硬件设施不完善

体育硬件设施在学校体育教学中扮演着基础角色，为学生的体育活动与学习提供了根本的环境与工具。遗憾的是，并非所有中学校园都能享有完备的体育设施。部分学校因财务紧张或历史遗留问题，面临体育场馆老化、运动设备不足甚至存在安全风险困境。这种情况直接阻碍了某些体育课程的有效实施，例如，因缺乏足够场地而难以组织足球、篮球等集体项目的学习与训练，或因运动器材不足限制了体操、举重等实践课程的开展。设施的不健全，不仅仅是对体育教学常规进程的影响，更深层次地，它限制了学生体育核心素养的发展空间。体育核心素养的提升依赖于学生在实际操作中的反复锻炼与体验，而基础设施的缺失，无异于剥夺了学生这一成长的机会。不完善的设施还可能增加运动伤害的风险，进一步削减学生参与体育活动的热情。

（四）核心素养培养意识淡薄

在学校及教师群体中，核心素养培育的重视力度确实有不足之处。他们往往侧重于传统体育技能的教学与体质锻炼，却未能充分认识到核心素养在体育教育中的核心价值。这种轻视态度导致体育课程规划时，核心素养的融入成为盲点。教师可能更加倾向于提升学生的运动技巧，或是协助他们在测评中获得优异成绩，却疏忽了由体育活动培育学生的团队合作、公平竞技及自我管理等相关素养。在实践教学层面，这一忽略现象更为突出。由于课程设计中未明确设定相关目标与标准，体育教师往往沿袭传统教学模式，未能最大化利用体育活动的特色来加强学生的核

心素养教育。这非但令体育课程趋于单一乏味，也剥夺了学生通过体育活动实现自我提升的良机。

三、新课标背景下初中体育课程中核心素养培养的策略

（一）创新教学内容，激发体育兴趣

在新课标的指导下，教师被授予了更广泛的教学自主权与创新领域。为了高效推动学生的全面发展，教师需深入了解学生的兴趣及专长，并以此来筛选适宜的教学内容。实施多元化的教学策略与手段，不仅能极大提升学生的学习热情与主动性，更能使他们在体育课程中展现出更高的主动性和参与度。

例如，针对倾向于团队运动的学生群体，教师可构思一系列侧重于团队合作的教育游戏项目。比如安排“篮球传递竞赛”或“足球配合传递”等活动，使学生在竞技过程中不仅增强个人运动能力，还能够领略团队合作的愉悦。这种教育模式不仅增强了学生的参与感，还在潜移默化中促进了他们团队合作、沟通及适应能力的成长。而对于偏独立技能提升的学生，教师可采纳情境模拟的教学策略以激发其学习兴趣。在传授羽毛球技术时，可以构建一个模拟对抗的情境，使学生在仿真的比拼中应用新学技巧，并接收教师的反馈与建议。这种做法不仅使学生经历了接近实战的环境，也促使他们在实践操作中不断精进自身技艺。教师应探索更多创新且行之有效的教学手法，为学生打造出丰富多彩的运动学习旅程。此外，通过实施户外实践教育，带领学生登山、滑雪等户外活动，使他们在亲身体验中领略各种运动的独特魅力，并学会相应的技巧及安全知识。这种教育方法不仅强化了学习的真实感与互动性，还使学生能在自然环境的沉浸中享受运动的乐趣，深刻理解运动的内在价值与重要意义。在新课标背景下，教师应愈发关注学生的个人兴趣与潜能，根据学生个体差异，精心挑选适宜的教学材料。通过融入多样化的教学活动及趣味游戏，如接力竞赛、团队协作项目等，以激发学生的学习热情与主动性。

（二）强调因材施教，注重个性化发展

在教育实践环节中，我们务必要尊重学生的多样性特质。每一位学生皆是独特的主体，他们在体能、兴趣及能力等多个维度上展现出显著的差异性。为了推动每一名学生的全方位成长，教师应当积极采纳针对性教学的策略，重视学生的差异化发展路径。这要求教师通过细致的观察与科学的评估手段，以深入理解学生的实际体能状态。

例如，体育教师可通过实施体能测试，全面了解学生的身体状况，包括心肺耐力、肌肉强度及柔韧度等领域，并为每位学生量身定制培训方案。针对体质稍逊的学生，教师可创设低强度且富有趣味性的锻炼活动，引导他们在适应过程中逐步提升体能；相反，对于体质优良的学生，则可配置更具难度的训练任务，旨在挖掘学生潜在的运动

才能。教师需密切留意学生的兴趣倾向，这可通过与学生的直接沟通、观察课堂行为等多种途径实现。掌握了学生的偏好与专长后，教师在课程内容设计上便可融入这些元素，推出广受学生欢迎的体育项目。比如，偏爱篮球的学生可参与篮球比赛及技巧练习；钟情舞蹈的学生则迎来舞蹈课，于优雅舞步间领略运动之美。在教学策略层面，强调个性化教学至关重要。教师依据每位学生的实际情况，精心规划个性化的学习路径，助力学生按其适宜的步伐提升体育核心素养。对于运动技能尚待加强的学生，采取分步示范、由浅入深的教学法，辅助他们稳步掌握技能；而对那些技能娴熟的学生，则需提供更高级别的教学材料与挑战，满足学生深层次的学习需求。

（三）加强德育教育，培养体育品德

在体育教育实践中，德育教育是不可或缺的。体育活动不仅是强身健体、增强健康的手段，还承载着育德树人、锻造品格的重要使命。因此，教师应当机智地将德育元素融入体育课程之中，确保学生在投身体育锻炼的同时，其道徳素养也能得到潜移默化的培养与提升。特别是在集体项目环节，教师可通过策划的合作练习，有意识地培育学生的团结协作精神。

例如，在足球、篮球之类的集体项目中，学生间相互协作、紧密配合，才能夺取胜利。教师可通过强调集体力量的意义、讲授团队协作的方法，促使学生在实践活动里尊重他人、信赖伙伴及共享胜败。这样的教学策略不仅增进学生的体育技能，同时培育他们的团队意识及集体荣誉观念。竞赛环节，作为体育活动中最为激烈且深刻检验学生意志的部分，教师可利用竞赛规则与进程，激发学生的竞争认识与规则意识。通过阐释竞赛规则、突出公平竞争的价值，引导学生在竞赛中学会尊敬对手、严守规则及勇于面对挑战。教师还能根据比赛结果进行剖析与反省，协助学生树立正确的胜负观，增强其逆境适应力与竞赛精神。在体育教学的全过程中，教师应重视德智体教育的融合，通过体育实践培养学生的体育道德素养。这一教学途径，既加强了学生的体育技能，又塑造了他们完善的人格特质与优良品质，为他们的未来发展奠定了稳固的基础。

四、新课标背景下初中体育课程中培养学生核心素养的实施路径

（一）构建以核心素养为导向的课程体系

在新课标背景下，初中阶段的体育教育课程设计应紧扣核心素养的发展，建构一个全面且系统的课程结构。这样的结构需包括基础运动技巧的培育，保证学生能掌握跑步、跳跃、投掷等基本运动能力；强调在特定运动技能上的培训，使学生依据个人兴趣及优势选取并深化某一运动领域的学习；同时，课程应融入体育与健康教育的知识，引导学生理解体育活动与健康之间的联系，

掌握科学锻炼技巧及健康的生活习惯。这一综合性的课程设计目标在于满足学生多方位成长的需求，为学生日后的体育学习之路与健康生活方式打下稳固的基础。

（二）加强师资队伍建设

教师作为培育学生核心素养的关键角色，提升其教育专业性和教学技艺至关重要。为保障学生能够获取优质的教育资源，强化师资团队建设已成为一项迫切的需求。透过策划教师参与专业发展培训、教育研讨会及交流活动，能持续扩大教师的教育视野，促使他们吸纳新的教育观念与教学模式。这样的活动不仅对增强教师的专业知识大有裨益，还提升了他们在新课标环境下的教学实践能力，使之能更出色地适应教学要求。

（三）创设丰富多样的教学环境

在教育实践环节中，教师应当主动构建多彩且多元的教学情境，以满足学生广泛学习的需求。一个理想的教育情境应蕴含适宜的教学环境、充沛的教学资源及正面的学习气氛。教师能够创建适应多种体育活动训练的空间布局，使学生在差异化的环境里得到实践与体验的机会。拥有足够的教学资源能为学生带来多样的练习选项，从而激发出他们的求知欲望与学习主动性。建立一个积极向上的学习氛围至关重要，教师可通过鼓励与肯定的方式，使学生体会到体育学习的乐趣及其重要性，进一步调动他们的学习热情，推动其综合素质的提升。

结语

综上所述，在新课标背景下，初中体育课程中核心素养的培养是一项重要的任务。通过创新教学内容、因材施教、加强德育教育等教学策略和构建以核心素养为导向的课程体系、加强师资队伍建设和创设丰富多样的教学环境等实施路径，可以有效提升学生的体育核心素养，促进其全面发展。

参考文献

- [1] 李靖宇. 新课标背景下体育与健康课程核心素养培养的实践策略——以田径单元教学为例[J]. 新校园, 2023(10): 70-72.
- [2] 屠鲁敏. 新课标下初中体育教学中提升学生核心素养的策略研究[J]. 运动, 2020(22): 2.
- [3] 尹志华, 孟涵, 孙铭珠, 等. 新课标背景下体育与健康课程落实核心素养培养的思维原则与实践路径[J]. 首都体育学院学报 [2024-06-20].
- [4] 金兴海. 新课标下初中体育教学提升学生核心素养的策略研究[J]. 家长, 2023(1): 65-67.
- [5] 何玲玲, 赵航, 覃国友. 新课标背景下中小學生体育核心素养的培育[J]. 体育教育学报, 2023, 39(4): 26-32.
- [6] 杜胜龙. 新课标背景下农村初中生数学核心素养培养的有效性研究[J]. 学周刊, 2020(6): 1.