

核心素养导向下初中体育课堂教学新策略探索

钟世云

江西省赣州市赣县区石芫中学

摘要：初中生正处于身心发育的关键时期，在这一阶段通过体育锻炼增强身体素质，对促进学生的身心健康、均衡发展具有重要作用。随着素质教育的全面实施和教育教学改革的不断深入，初中体育教学面临着新的要求和挑战。在核心素养导向下，初中体育教学不仅要传授体育知识和技能，更要注重培养学生的综合素养，为学生的全面发展打下坚实的基础。本文分析了当前初中体育教学的现状，并针对存在的问题，提出了核心素养导向下初中体育课堂教学的新策略，以期为提高初中体育教学质量提供参考。

关键词：核心素养；初中体育；教学策略

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2025.03.228

引言

核心素养是一种全面的能力，包括认知能力、情感能力、审美能力、文化素养、社会责任感等多个方面。在体育教学中，培养学生的核心素养能够帮助他们更好地理解运动规律、提高运动技能，同时也能促进学生的身心健康发展，培养他们的合作精神和竞技意识。随着新课改对于教育行业的不断创新，对体育课堂教学也提出了更高的要求，不仅要重视学生的身体素质，同时也对于学生的核心素质更加重视。

当前，初中体育教学在我国教育体系中占据着重要的位置。然而，随着社会的发展和教育理念的变革，初中体育教学也面临着一些挑战和问题。传统的初中体育教学模式存在较为单一的问题，教学内容和手段缺乏多样性和趣味性，学生自主参与度不高，导致学生对体育课的兴趣减退，甚至产生厌恶情绪。因此，需要对初中体育教学的模式、内容和手段进行深刻调整和改革，以更好地适应社会发展的需求和学生个体发展的要求。

一、初中体育教学现状分析

（一）教学模式单一

目前，很多学校仍然采用传统的体育教学方法，注重学生的体能训练，忽视了对学生综合素养的培养。在体育教学过程中，教师往往采用教师示范、学生模仿、反复练习的传统模式，这种单一的教学方法容易导致学生对体育课的兴趣减退，缺乏主动学习的动力和兴趣。

（二）教学内容和手段缺乏多样性

许多学校的体育教学内容过于注重传统的体育项目，如跑步、跳远、篮球等，忽略了对学生综合素质的培养。同时，教学手段也较为单一，缺乏趣味性和互动性，影响了学生对体育教学的接受程度。传统的体育教学过分强调田径教学，让初中体育课堂变得死气沉沉，难以激发学生的参与热情。

（三）学生自主参与度不高

由于教育教学中普遍存在着偏重传统权威教学的现象，学生在体育课上的自主参与度较低，缺乏主动学习

的意识和能力。学生在体育课堂上往往处于被动接受的状态，缺乏主动探索和创新的机会，这不利于培养学生的核心素养和综合能力。

二、核心素养导向下初中体育课堂教学新策略

（一）选择科学的体育教学内容

在核心素养导向下，初中体育教学应选择科学的体育教学内容，既要符合学生的身心发展特点，又要能够激发学生的兴趣和热情。教师应创造性地使用国家、地方和校本教材，充分发挥师生之间的主观能动性，不断充实校本教学内容，让教学内容更加符合师生的实际需要。

1. 尊重学生个性差异

初中生的身体素质、运动技能和认知水平存在较大差异，在体育课堂教学中，教师应该根据学生的不同水平，进行分层次的教学和指导。对于运动基础较差的学生，可以采取个别辅导或小组辅导的方式来提高他们的技能水平。同时，在选择体育教学内容时，要适当降低难度，让学生能够更好地跨越障碍，体验成功的喜悦。

2. 简化或修改比赛规则

为了激发学生学习体育的兴趣，教师可以通过简化或修改比赛规则的方式，让比赛更加顺畅，提高比赛的趣味性和负荷。例如，在篮球比赛中，可以降低一些不明显的犯规判罚，让比赛更加流畅，增加学生的参与度和兴趣。

3. 引入新兴体育项目

除了传统的体育项目外，教师还可以引入一些新兴体育项目，如攀岩、定向越野、街舞等，这些项目不仅具有趣味性和挑战性，还能够培养学生的创新意识和团队协作能力。通过引入新兴体育项目，可以丰富体育教学内容，激发学生的参与热情，提高他们的综合素养。

（二）丰富教学手段，激发学生兴趣

丰富的教学手段是激发学生参与体育课堂教学热情的关键。教师应采用多样化的教学手段，如游戏教学法、多媒体教学、合作学习法等，以吸引学生的注意力，提高他们的学习兴趣和参与度。

1. 游戏教学法

游戏教学法是一种有效的教学手段，能够让学生在轻松愉快的氛围中体验运动的乐趣。教师可以通过设计各种富有创意的体育活动和游戏，如接力赛、趣味运动会等，让学生在游戏中锻炼身体，提高运动技能。同时，游戏教学法还能够培养学生的团队合作精神和竞争意识，促进他们的全面发展。

2. 多媒体教学

多媒体教学可以构建生动的教学环境，增强学生的学习体验。教师可以利用视频、图片、动画等多媒体资源，向学生展示体育运动的技巧和规则，帮助他们更好地理解 and 掌握运动知识。此外，多媒体教学还可以用于播放体育比赛录像，让学生观看并分析比赛过程，提高他们的战术意识和观赏能力。

3. 合作学习法

合作学习法是一种以学生为主体的教学方法，强调学生之间的合作与互助。在体育课堂教学中，教师可以通过分组合作的方式，让学生共同完成体育任务或项目。通过合作学习，学生可以相互学习、相互帮助，提高他们的协作能力和团队精神。同时，合作学习还能够激发学生的学习兴趣 and 主动性，促进他们的自主学习和探究能力的发展。

（三）注重体育品德与情感培养

体育品德与情感培养是核心素养导向下初中体育教学的重要组成部分。教师应将体育品德与情感培养融入教学目标中，通过体育教学培养学生的集体意识、参与意识、规则意识和合作精神。

1. 强调体育规则

在体育教学活动中，教师应着重强调体育规则的重要性，让学生在体育项目中养成遵守规则的习惯。在每个项目的教学活动前，教师要让学生了解该项目的规则和要求，明确哪些行为是违规的，哪些行为是允许的。在体育项目教学中，教师要加强对学生的监督，及时指出学生的违规行为，并引导他们改正。通过强调体育规则，可以培养学生的规则意识和自律能力。

2. 培养集体意识和参与意识

体育教学项目不仅包括个人活动，还包括多人参与的集体项目。通过集体项目的教学，可以培养学生的集体意识和参与意识。教师应鼓励学生积极参与集体项目，让他们在团队中发挥自己的作用，共同完成任务。通过集体项目的合作与交流，学生可以学会倾听他人意见、尊重队友，培养出自己的团队意识和合作精神。

3. 注重情感培养

体育教学不仅是传授知识和技能的过程，也是情感培养的过程。教师应关注学生的心理需求，通过体育活动和互动，增进师生之间的感情，培养学生的自信心和自尊心。同时，教师还要注重培养学生的坚韧不拔、勇

于拼搏的精神，让他们在体育活动中体验到成功的喜悦和挫折的磨砺，从而形成良好的心理品质和情感态度。

（四）搭建合作学习环境，培养团队协作能力

搭建合作学习环境是核心素养导向下初中体育教学的重要策略之一。通过合作学习，学生可以相互学习、相互帮助，提高他们的协作能力和团队精神。

1. 分组合作学习

教师可以根据学生的身体素质、运动技能和兴趣爱好等因素，将学生分成若干小组，每个小组由不同水平的学生组成。通过小组内的合作与交流，学生可以相互学习、相互借鉴，共同提高运动技能。同时，小组内的竞争也可以激发学生的斗志和进取心，促进他们的全面发展。

2. 反馈讨论

在合作学习过程中，教师应鼓励学生进行反馈讨论，让他们及时交流学习心得和体会。通过反馈讨论，学生可以了解自己的不足之处，学习他人的优点和经验，从而不断改进和提高自己的运动技能。同时，反馈讨论还可以增强学生的沟通能力和表达能力，促进他们的综合素养的提升。

3. 角色互换

在合作学习中，教师还可以采用角色互换的方式，让学生轮流担任小组长、教练等角色。通过角色互换，学生可以体验到不同的责任和角色，增强他们的责任感和领导能力。同时，角色互换还可以激发学生的学习热情和主动性，促进他们的自主学习和探究能力的发展。

（五）引导自主学习，培养终身体育意识

引导自主学习是核心素养导向下初中体育教学的重要目标之一。教师应通过开放性问题和自主实践等方式，引导学生主动思考和参与课堂活动，培养他们的自主学习和探究能力。同时，教师还要注重培养学生的终身体育意识，让他们养成坚持体育锻炼的习惯。

1. 设置开放性问题

在体育课堂教学中，教师可以设置一些开放性问题，引导学生主动思考和探究。例如，在教授篮球投篮技巧时，教师可以提问：“如何提高投篮命中率？”然后鼓励学生自己寻找答案，通过实践来验证自己的猜想。通过设置开放性问题，可以激发学生的学习兴趣 and 好奇心，促进他们的自主学习和探究能力的发展。

2. 自主实践

自主实践是培养学生自主学习和探究能力的重要途径。教师可以给学生提供一定的自主实践时间和空间，让他们自己设计和实施体育锻炼计划。通过自主实践，学生可以了解自己的身体状况和运动能力，学会如何合理安排锻炼时间和强度，从而培养他们的终身体育意识。

3. 培养终身体育意识

终身体育意识是指人们一生中坚持体育锻炼的观念

和习惯。在初中体育教学中，教师应注重培养学生的终身体育意识，让他们认识到体育锻炼的重要性和必要性。教师可以通过讲解体育锻炼的好处、展示优秀运动员的事迹等方式，来激发学生的体育锻炼热情。同时，教师还要鼓励学生积极参与课外体育活动和体育竞赛，培养他们的体育兴趣和爱好，为他们的终身体育打下坚实的基础。

（六）提供及时反馈与评价，促进学生全面发展

在教学过程中，教师要及时提供学生的反馈和评价，帮助学生认识自己的优点和不足，并提出具体的改进意见。通过及时反馈与评价，可以激发学生的学习动力，促进他们的全面发展。

1. 课堂表现评价

在体育课堂教学中，教师应关注学生的课堂表现，及时给予肯定和鼓励。对于学生的优秀表现，教师要及时表扬和奖励，以增强他们的自信心和成就感。对于学生的不足之处，教师要耐心指导和纠正，帮助他们改进和提高。

2. 技能水平评价

技能水平评价是体育教学评价的重要组成部分。教师可以通过技能测试、比赛成绩等方式来评价学生的技能水平。在评价过程中，教师要注重学生的个体差异和发展需求，采用多样化的评价方式，如相对评价、绝对评价、个体内差异评价等，以全面、客观地反映学生的技能水平和发展状况。

3. 综合素养评价

除了技能水平评价外，教师还应关注学生的综合素养评价。综合素养评价包括学生的体育品德、情感态度、合作精神、创新意识等方面。教师可以通过观察、访谈、问卷调查等方式来收集学生的综合素养信息，并根据评价结果来制定针对性的教学策略和改进措施。

三、核心素养导向下初中体育课堂教学创新案例

（一）实心球投掷教学

在核心素养下，实心球投掷教学的创新策略可以围绕以下几个方面展开：

1. 激发学习兴趣

在教学中融入游戏元素，通过设计如“贴大饼”等游戏，让学生在游戏中的学习实心球投掷技巧，激发学生的学习兴趣。教师先示范实心球的投掷动作，然后引导学生讨论和思考，生活中有哪些投掷运动项目，哪些练习可以发展上肢能力，从而调动学生的学习积极性。

2. 优化教学技术

在教学中可以分解投掷动作，将实心球投掷动作分解成预摆、持球、预备姿势、用力顺序与出手等多个环节，逐一进行针对性训练。通过摆动双臂、扭动腰部等动作，为投掷积蓄力量。在预摆过程中，身体应保持后仰，头部后仰，双手握住球摆向后上方的头部后方，确保球依次从前下方经过胸前至头后上方。做好预备姿势后，要

全身心放松，两腿迅速蹬地并向身体正前方投掷，一气呵成。此时注意蹬腿、收腹、后脚向前送髋、拨指拨腕，投掷出球。要确保出手速度要快、用力要猛，投掷角度要合理（一般大于45度）。

3. 创新教学模式

采用分组训练模式，让学生在小组内相互纠正动作、分享经验，提高训练效果。针对不同水平的学生设置不同的训练目标和内容，确保每个学生都能在适合自己的难度下得到提升。

（二）篮球教学

核心素养下初中篮球教学的创新策略可以从以下几个方面进行：

1. 确定教学目标

在核心素养导向下，初中篮球教学不仅要提高学生的篮球技能，还要注重培养学生的体育品德、合作精神和健康行为。因此，教学目标应明确包括篮球基本技能的掌握、身体素质的提升、团队合作精神的培养以及对篮球运动的兴趣和热爱。

2. 优化教学内容与方法

系统地教授传球、接球、运球、投篮、防守等基本技能，确保学生掌握扎实的篮球基础。引入简单的篮球战术教学，如团队进攻和防守战术，培养学生的战术意识和团队协作能力。创新教学方法，通过模拟真实的篮球比赛情境，激发学生的学习兴趣 and 积极性。运用任务驱动法，设计具有挑战性的任务或问题，引导学生主动参与、自主探究和积极解决问题。通过小组合作、团队配合的方式，让学生在共同完成任务的过程中培养团队合作精神和竞争意识。

3. 实施分层教学

针对学生的不同水平和能力，设置不同难度的教学任务和活动，确保每个学生都能在适合自己的难度下得到提升。对于基础较好的学生，可以增加技能训练的难度和复杂性；对于基础较弱的学生，则注重基础动作的巩固和练习。

4. 拓展教学资源与活动

利用现代技术辅助教学，借助多媒体、互联网和移动设备等现代技术手段，丰富篮球教学手段和方法。制作或搜集相关的教学视频供学生观看和学习，收集学生训练数据，精准施教，提高教学效果。

结语

核心素养导向下的初中体育教学不仅要传授体育知识和技能，更要注重培养学生的综合素养和能力。通过选择科学的体育教学内容、丰富教学手段、注重体育品德与情感培养、搭建合作学习环境、引导自主学习以及综合素养评价，促进核心素养的培养。

参考文献

[1] 王金飞. 核心素养背景下增加初中体育课堂新体验的策略探析[J]. 体育画报, 2023: 59-60.