

# 初中体育教学中发展学生核心素养的策略探索

徐宁江

宁夏中卫市第七中学

**摘要:**在当今教育改革的浪潮中,初中体育教学不再仅仅局限于体能的锻炼,而是更加注重学生核心素养的培养。核心素养的培育对于初中生的全面发展具有深远意义,它不仅能够提升学生的身体素质,还能够促进学生心理、智力以及社会适应能力等多方面的发展。因此,探索初中体育教学中发展学生核心素养的策略显得尤为重要。

**关键词:**初中体育;学生核心素养;培养策略

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-627X.2025.04.242

## 引言

在当前的教育体系中,初中体育教学不仅仅是为了增强学生的体质,更是为了培养学生的综合素质,即核心素养。核心素养是指学生在学习过程中所应具备的基本能力和关键素质,它包括身体素质、心理素质、社会适应能力等多个方面。因此,探索在初中体育教学中如何有效发展学生的核心素养,已成为教育工作者面临的重要课题。

### 一、初中体育核心素养的作用

初中体育核心素养囊括较多内容,其覆盖学生在体育学习中所需要掌握的必要能力及品质,大致包括运动能力、思维能力、健康行为、德育素质,是学生参与体育学习的底层逻辑。核心素养可促进学生全面发展,通过精细化锻炼,培养其良好的锻炼习惯。同时,核心素养中的体育道德品质也是开展体育课程思政的关键载体,引导学生通过协作竞争,塑造良好的品格。此外,核心素养是衡量初中体育教学效果的客观标准,也是评价初中生体育学习成果的重要指标,体育教师需要以核心素养理念为教学指导思想,对初中体育教学方向进行有效管控,基于核心素养要求,强化对学生差异化指导,满足不同学生的学习需求。

### 二、初中体育教学中发展学生核心素养的策略

#### (一)引入“教与玩”融合教学模式

寓教于乐是素质教育奉行的核心思想,初中体育教师发展学生核心素养,需要保证学生能够主动参与,激发其主观能动性。为此,体育教师需要尝试将理论知识、实践锻炼与游戏活动结合在一起,通过趣味游戏,调动学生各项能力正向发展。在此过程中,体育教师需要明确融合教学目标,包含体育技能、身体素质、心理素质、

合作精神等多个方面,通过明确目标,有针对性地设计教学活动,保证教学效果。教师所设计的教学活动应当具备科学性、合理性,是基于对教学内容的改进优化,融合学生感兴趣的元素,充分调动学生的参与欲望。其中,体育教师需要掌握体育学科教学中的底层逻辑,从基本能力训练的角度,重构现有的体育教学方式。例如,在传统训练中,提升学生的体能素质通常以跑步的形式进行,但是部分学生对跑步锻炼的参与度不高,此时,教师可以尝试融合游泳、骑单车等训练项目,在不改变运动训练目标的基础上,改变运动形式,激发学生的运动参与欲望。此外,在实施游戏教学期间,教师也应当保障游戏安全,做好对场地、器材的检测,做好必要的安全教育。因此,教师在融合的过程中应当基于构建主义理论,锁定教学目标,在教学方法层面,融合趣味元素,吸引学生的注意力,提高教育水平。例如,某初中为响应国家关于素质教育的号召,积极探索创新体育教学模式,通过寓教于乐的方式提升学生的体育核心素养。该校体育教师,针对学生对传统跑步训练兴趣不高的问题,引入“教与玩”融合的教学模式,激发学生的学习兴趣 and 主观能动性。教师首先明确了本次教学的多维度目标,包括:体育技能:掌握基本的体能锻炼方法,如耐力、速度、协调性等。身体素质:通过多样化的运动形式提升学生的心肺功能、肌肉力量和耐力。心理素质:培养学生面对挑战时的坚韧不拔精神和积极向上的心态。合作精神:在团队游戏中增进学生间的相互协作与沟通能力。

针对学生对跑步的厌倦情绪,教师设计了“单车环游校园”活动。利用学校周边的安全道路,组织学生骑行自行车进行耐力训练。通过设定不同的路线和打卡点,

增加训练的趣味性和挑战性。同时,为了确保安全,他提前对路线进行实地考察,并配备了必要的急救设备和安全指导人员。此外,考虑到夏季天气炎热,教师还组织了一次游泳接力赛,他将学生分成若干小组,每组四人,通过接力游泳的形式完成比赛。比赛前,他详细讲解了游泳技巧和注意事项,并进行了热身运动。比赛中,学生们不仅锻炼了体能,还学会了如何在团队中发挥自己的优势,共同为团队争取荣誉。

### (二) 开展跨学科融合教学

学科融合互动基于构建主义理论,将多门学科知识全面结合在一起,对于提升学生的素质和能力具有重要的意义。在体育学科核心素养中,强调健康生活以及体育品德等关键主题,其中,体育教师可引进多元学科内容,开展迁移性教学,帮助学生在综合学习探索过程中形成必要的品格和能力。教师需依托核心素养来设计跨学科融合教学项目,以健康生活、德育思想、技能训练为核心,融合膳食均衡、现代科学、伦理道德、社会文化,带动学生在丰富的研学项目中对核心素养进行深层次理解和领悟,从而提高学习品质。但是,跨学科融合教学需实现教师之间的紧密合作,需确保跨学科融合是从核心素养的角度进行,否则单独堆砌课程知识内容,只会增加学生的学习负担。

例如,体育教师联合生物教师,通过一堂“运动后的营养补给”课,向学生介绍运动后身体对营养的需求变化。生物教师讲解蛋白质、碳水化合物等营养素的作用,体育教师则演示不同运动后如何科学搭配饮食。学生分组制订个人运动饮食计划,并在实践中调整优化。此外,科学教师与体育教师合作,利用心率监测器等现代科技设备,让学生在体能训练时实时监测自己的生理指标,科学教师解释数据背后的科学原理,体育教师则根据数据调整训练强度,确保每位学生都能在适合自己的训练强度下达到最佳效果。除此之外,思政教师与体育教师联合开展“体育精神与道德风范”主题班会,通过分享体育史上的经典赛事和人物故事,引导学生思考体育竞赛中的公平竞争、团队合作、尊重对手等伦理道德问题。体育教师组织模拟比赛,让学生在实践中体验并践行这些道德准则。后续,历史与社会教师与体育教师共同设计“全球体育文化之旅”研学项目。学生分组研究不同国家和地区的体育文化传统,如中国的武术、

巴西的足球、美国的篮球等。通过制作PPT、视频展示等方式,在全校范围内进行分享交流,增进学生对世界体育文化的了解和尊重。

### (三) 开展信息化教学

无论是2022年版的新课程标准,还是当前素质教育框架,均提到引进信息化教学,打造智慧课堂。从核心素养层面,教师开展体育教学需要帮助学生形成终身体育学习的良好品格,并且在“教会、勤练、常赛”视域下,教师应当做好教学拓展和延伸,带动学生参与持续性训练。为了达成以上教学目标,教师需要将体育教学活动进行延伸拓展,将体育课程进行灵活开发,拓宽学生的学习空间和范围,突破传统教学时空限制,使学生能够在校外获取良好的指导,并且进行常态化练习。为此,教师需构建一个大数据平台,整合多元化的教学资料,融合视频、动画、模拟软件,带动学生在体育学习中突破时空限制,自由探索灵活学习。在信息化教学中,教师还可以引进人工智能系统,对每一位学生实施个性化辅导和帮助,人工智能系统可以督促学生进行常态化的训练,并且将学生的训练信息反馈给体育教师,便于教师做好后续课堂教学调整。另外,教师还需要开发出多元化的短视频资料,引进碎片化教学模式,在“双减”政策背景下,充分利用学生的碎片化时间,带动其开展常态化的体育训练。教师可以在碎片化短视频中引进体育文化、体育品格、体育规则以及一些简单的体育技巧等元素,以短视频的形式,上传到自媒体平台,学生可以在闲暇时间玩手机、刷短视频,接触相关视频资料,进行简单学习,利用一分钟的时间掌握某一项体育技能或学习某一体育知识,形成持续学习、终身学习的良好习惯。

例如,某中学体育教研组联合信息技术部门,共同开发了“智慧体育云平台”。该平台集成了学生体育健康数据、教学资源库、在线学习系统等多个模块。通过该平台,教师可以上传教学视频、动画、模拟软件等多元化资料,学生则可根据自身需求随时随地进行学习。平台内置的人工智能系统能够根据学生的学习情况和训练数据,提供个性化的训练计划和指导建议。例如,系统检测到某位学生在长跑项目中耐力不足,便会推送相应的耐力提升训练计划和视频教程,同时督促学生按时完成训练任务,并将训练数据反馈给体育教师,以便及

时调整教学计划。此外,体育教师团队利用课余时间,制作了大量关于体育文化、体育品格、体育规则及简单体育技巧的短视频。这些视频内容精炼、形式多样,每段视频时长控制在1分钟左右,便于学生在碎片化时间内观看学习。学校官方账号在抖音、快手等自媒体平台上开设了“每日体育小课堂”专栏,定期发布上述短视频。学生家长和社会公众也积极关注该专栏,形成了良好的体育学习氛围。许多学生利用放学后、周末或假期等闲暇时间,通过手机刷短视频的方式,学习体育知识和技能,实现了常态化的体育训练。

#### (四) 组织常态化的技能大赛

现阶段,初中体育教师在培养学生核心素养的过程中,可通过竞技比赛来保持学生参与体育锻炼的积极性。技能大赛能够充分调动学生的参与欲望、竞争欲望,引导学生在竞技中挑战自我,超越自我,教师需基于教会、勤练、常赛,有针对性地引进体育技能比赛,在关键时间、关键场合,引进比赛活动,促进学校校园体育文化的形成。在比赛中,可以引进传统单项比赛,也可以设置团体比赛;还可以在比赛环节渗透体育文化,引进当地优势体育文化资源,开发特色体育竞技项目,增加体育比赛活动的吸引力。但是,所开展的体育比赛活动应当具备主题意义以及核心价值,如融合健康行为、道德素养、人文精神、法治精神、规则精神,组织具有主题意义和实践价值的比赛项目,引领学生在比赛中进行总结反思,在做中学、学中做,不必过于注重比赛结果,重点关注学生参与比赛的整个过程,引导其在比赛环节获取不一样的体验和感触。因此,技能竞技比赛除了需要检验学生的基本技能学习状况之外,还需要增强学生的体育学习体验,引进多元化的体育元素,丰富比赛内容。

例如,某学校每年举办春季田径运动会,包括短跑、长跑、跳远、铅球等传统田径项目。这些项目不仅检验了学生的基本体能和技能,还激发了他们的竞争意识和团队精神。此外,引入篮球、足球、羽毛球等团体项目,鼓励学生组建班级或年级代表队参赛。团体比赛增强了学生之间的协作能力和集体荣誉感,如“校园篮球联赛”和“年级足球争霸赛”等。结合当地优势体育文化资源,学校创新性地开设了“龙舟赛”和“武术表演赛”。这些项目不仅展示了地方特色,还让学生在参与中感受到

传统文化的魅力,增强文化自信。在每项比赛前,都会进行简短的开幕式,介绍比赛项目的历史背景、文化内涵和体育精神。例如,在龙舟赛上,通过讲述龙舟竞渡的起源和寓意,引导学生理解团结协作、勇于拼搏的体育精神。并且,学校同步设立“体育道德风尚奖”,表彰在比赛中遵守规则、尊重对手、展现良好体育道德风尚的运动员和队伍,强化学生的道德素养和法治精神。比赛过程中,教师不仅关注学生的成绩和排名,更注重他们的参与度和学习体验。通过赛后总结会、心得分享会等形式,引导学生反思比赛中的得失,总结经验教训,实现“做中学、学中做”。常态化的技能大赛极大地调动了学生的参与热情,他们纷纷利用课余时间进行训练,准备比赛。学生的身体素质和体育技能得到了显著提升。通过举办一系列的比赛活动,校园内形成了浓厚的体育文化氛围,学生们更加关注体育新闻,更加积极地参与体育活动,体育精神成为校园文化的重要组成部分。

#### 结语

综上所述,教育的本质在于培养学生的全面发展,通过引入多元化的教学策略,不仅能够激发学生的学习兴趣,更能在潜移默化中提升学生的核心素养。未来,随着教育理念的不断更新和教学技术的持续进步,相信,初中体育教学将在培养学生核心素养方面发挥更加重要的作用。让我们携手共进,为学生的健康成长和全面发展贡献更多的智慧和力量。

#### 参考文献

- [1] 郭宗文. 利用初中体育课堂教学提升学生核心素养的策略[J]. 学周刊, 2022, (34): 181-183.
- [2] 徐福英. 刍议初中体育教学中学生核心素养的培养策略[A]. 对接京津——协调推进基础教育论文集[C]. 廊坊市应用经济学会, 廊坊市应用经济学会, 2022: 4.
- [3] 林鹭滨. 提升学生核心素养的初中体育教学策略[J]. 家长, 2022, (29): 7-9.
- [4] 李文晶. 初中体育教学中学生核心素养培养策略探究[J]. 中国多媒体与网络教学学报(下旬刊), 2022, (05): 191-194.
- [5] 来晓凤. 初中体育教学中发展学生核心素养的策略[J]. 当代体育科技, 2020, 10(14): 124+127.