

试论新课标下初中体育教学中提升学生核心素养的策略

杨银萍

浙江省慈溪市耕民初级中学

摘要：伴随着新课标逐步落实，培养学生的核心素养逐步引起了教育领域的高度重视，在初中体育教学中，教师开始思考提升学生核心素养的策略。根据新课标的要求，体育教师在给学生传授基础知识以及提升学生技能的同时，要让学生形成核心素养，促进学生全面发展。基于此，本文探讨新课标下初中体育教学中提升学生核心素养的策略，希望教师能够从中获得启发。

关键词：新课标；初中体育；核心素养；策略

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2025.04.238

引言

在初中教育阶段，体育是一门非常重要的基础性学科，是贯彻落实素质教育的关键路径，也是实施立德树人理念的重要措施。在当代社会，初中生的个性越来越鲜明，大部分学生都具有极其强烈的自主意识以及独立意识，新课标也非常关注学生的个体性，开始强调培养学生的核心素养。初中体育教师应当基于新课标的要求调整教学策略、完善教学内容，让学生的综合水平提升，而不是局限于给学生讲解专业知识和技巧。但是就现实情况来看，初中体育教学中仍然存在许多短板，不足以支撑培养学生核心素养目标的实现，本文提出对应的策略，这具有一定的现实意义。

一、核心素养的概述

自从新课标提出以及逐步落实之后，核心素养的概念诞生，核心素养指的是能让学生提高学习水平又能在将来步入社会之后满足社会发展需求而具备的各种品德和能力。在教育体制改革工作深化推进的大环境下，教育部门越来越重视核心素养，各学科教师也深受影响，开始探寻能提升学生核心素养的教育方法。提高每一位学生的核心素养不仅能够让学生更高效地学习，而且还可以让学生更好地适应快节奏的社会环境，便于学生未来在社会上立足以及发展^[1]。

二、初中体育学科核心素养的主要构成部分

根据《课程标准（2022年版）》的规定来看，初中体育学科核心素养主要由三部分构成，分别是运动能力、健康行为、体育品德，以下展开详细分析：

（一）运动能力

运动能力可以细分为四个维度的内容，分别是体能、运动认知、技战术运用、体育展示或比赛，也就是说，在初中体育教学中，教师不能单一地给学生讲解某个方面的技能，而是要综合多方面的知识，帮助学生拓宽视野，同时组织学生进行体育比赛以及设计多元化的教学

情境等，促进学生全面发展。以足球运动为例，学生要掌握传球、带球、射门等能力，教师除了日常教学中给学生传输基本的技能和知识之外，要定期开展足球体育比赛活动，比赛前给学生讲解比赛规则和要求，比赛过程中给学生答疑解惑，比赛结束后进行公平、公正、公开、准确地评价，通过比赛形式锻炼学生的体能，强化学生的运动认知，让学生爱上体育运动，同时使学生掌握对应的技巧和战术，又通过比赛培养学生的合作精神等^[2]。

（二）健康行为

健康行为同样可以细分成四个维度，分别是锻炼意识、健康知识、情绪调控和环境适应，教师在教学中要关注学生的身体健康，强化学生的学习体验感。许多学生在体育运动过程中可能会因为动作不标准或粗心大意等造成身体受损，且大部分体育项目都需要身体对抗等，损伤在体育教学中也比较常见，但教师需要在教学中强化学生的健康意识，给学生传授健康知识，让学生以正确的心态参与体育运动，并能够在出现问题时快速处理，尽可能减少损伤。教师要合理安排好教学时间，给学生补充急救知识，在教学中尽量帮助学生纠正不正确的习惯和行为，让学生能高效完成体育运动，同时又保障自己的身体不会受损。

（三）体育品德

体育品德主要包括三个维度，即体育精神、道德、品格，教师要基于体育教学引导学生形成良好的品质和修养，为学生全面发展奠定坚实的基础。在开展体育教学活动的过程中，学生的心理特征及心理倾向是体育品德，体育品德能够指导学生用体育学科的标准和要求规范自己的行为，比如在体育运动时尊重对手、服从裁判并和队友相互鼓励打气等。体育品德的形成并非一朝一夕的，需要在实践的过程中逐步培养，体育品德要求学生具备基本的道德意识，在体育运动过程中能够遵守对应的规则和要求，还要能灵活使用体育技术，让自己成

为一名受人尊重的体育运动者。教师同样需要在教学中对学生加以引导,例如教导学生在日常学习中相互帮助、在比赛过程中相互合作等,可以给学生讲解关于体育的名人故事,让学生感知体育品德的魅力,进而在运动及比赛中严格要求自己。

三、初中体育教学中提升学生核心素养的价值

(一) 能够指引学生缓解负面情绪

初中生正处于青春期,这是学生成长的重要阶段,初中生的身体发生了一系列的变化,心理亦是如此,同时,初中生面临中考,学习任务非常繁重,整体压力较大,再加上学生的独立意识越发强烈,自我意识更加突出,对事物的看法比之前有了较大差异。此外,加上外界环境的影响,许多初中生会出现不良的情绪,比如易怒、暴躁等等,这些都会影响学生的学习及成长。在初中体育教学过程中,教师采用合理的方式提升学生的核心素养,通过引导学生科学参与体育锻炼或竞赛,让学生将注意力集中在运动上,由此让学生缓解负面情绪,保障学生身心健康^[3]。

(二) 促使学生形成正确的道德意识

体育教学中的德育资源十分丰富多样,在新课标以及立德树人理念的影响下,德育教育引起了广泛的重视,初中体育教师需要在教学过程中挖掘学科中蕴含的德育资源,科学开展德育教育工作,让学生在运动实践的过程中形成规则意识,了解制度的重要性,并在竞赛的过程中能自觉保护自己以及维护他人的利益,防止故意伤害他人,进而在团队竞技中形成团队精神,随着时间的推移,学生逐步具备良好的思想品德。

(三) 养成终身体育的习惯

体育运动不仅可以帮助学生强身健体,还能促使学生强化心理,随着学生通过学习体育形成良好的习惯,其未来的发展和成长都会从中受益。初中体育教师培养学生的核心素养,这能够让学生形成终身锻炼的习惯,学生在日常生活的学习过程中能自觉参与体育运动或进行体育锻炼,其身体素质不断增强,出现心理问题的概率下降。

(四) 增强学生的合作能力

初中体育教学中涉及许多团队竞技或比赛活动,教师在提升学生核心素养的过程中,教学不会仅停留于给学生讲解运动规则或者竞技要求,而是组织学生在团队合作的过程中相互帮助,团队成员相互合作完成比赛,使学生意识到合作能力的重要性,学生在后续运动或比赛中能主动寻求同伴的帮助,并积极合作帮助他人,形成集体荣誉感。此外,当今社会各行各业竞争领域,各行业对人才的要求更高,学生具备合作能力也有利于未来步入社会之后更好地生存。

(五) 推动体育学科改革进程

在新课标背景下,各学科教学的改革与创新迫在眉

睫,就初中体育学科而言,改革创新势在必行。在传统的教育模式下,初中体育教师给学生讲解理论知识,要求学生学习竞技规则等,很少和学生主动交流互动,造成学生意识不到体育运动的魅力,部分学生甚至排斥体育训练。但是在培养学生核心素养的环节,教师开始主动和学生沟通交流,也更加注重学生的素质发展及情感体验,教师在教学中不局限于给学生讲解技能,也培养学生的创新能力、耐挫能力、忍耐力等等,这不仅提升了学生的综合素质,也促进了体育学科的改革。

(六) 促使学生形成规则意识

青少年是民族的希望,代表着国家的未来,要想为社会主义建设做出应有的贡献,成为合格的公民,必须遵守社会要求以及法律制度。体育比赛及竞技活动并非随意进行的,学生必须严格遵守相应的规则,如任何人违反规则,比赛都可能被中断。教师在体育教学中培养学生的核心素养,强调学生严守规则,这能够强化学生的规则意识,也为学生未来的生存打好基础。

四、新课标下初中体育教学中提升学生核心素养的策略

(一) 创设全员体育的氛围

要想实现提升学生核心素养的目标,初中体育教师必须优化体育教育环境,给学生营造良好的运动氛围,让学生主动参与体育活动。第一,各位体育教师应当发挥带头作用,在日常校园生活中,体育教师要主动参与体育锻炼,比如利用课间休息时间组织学生开展篮球项目或足球项目,教师以身作则,使得学生的运动热情上升,兴趣得以激发,校园中也形成了良好的体育运动范围,教师可以借此鼓励更多学生参与体育活动。第二,学校要通过多种渠道宣传体育运动,比如校园广播、校园官方网站、校园宣传栏等等,让学校内部形成浓厚的体育文化氛围,督促更多学生积极参加体育锻炼。第三,新一代的青少年是伴随着互联网长大的,所以对互联网比较感兴趣,也习惯了用互联网渠道获取信息,教师和学校要把握住学生的特征,比如开设校园体育论坛,学生在其中发表自己的想法,教师也在该论坛上和学生互动沟通,了解学生的体育需求,掌握学生的体育感想,在此基础上改善教学策略、优化教学内容^[4]。

(二) 尊重学生的个性化特征

每一个初中生都是独立的个体,其学习能力、成长环境、身体素质等各具有显著的差异,如果教师忽略了学生实际,而是采用“一刀切”的教学方法,教学效果可想而知,因此,教师要坚持因人而异的原则,尊重学生的个性化特征,为实现教学目标打好基础。比如部分学生在日常生活中经常参与体育训练,综合素质比较强,教师在训练过程中则应该适当加强强度,进一步增强学生的体质。有些学生在日常生活中很少运动,身体各项

机能不太完全,整体素质也较差,如果训练强度过高,学生的身体很容易受伤,对此,教师有必要适当降低训练强度,促使全体学生全面发展。以长跑教学为例,体育教师要提前调查学生的身体素质,以此为依据划分小组,可以将其分成三个小组,再针对各组制定教学方案。其中一组是运动经验比较丰富、身体素质较强,教师要增加训练强度,除了要求学生进行1000米长跑之外,还可以组织学生开展400米跑训练。其中一组长跑经验不够丰富,但学生的身体素质相对较好,教师给学生设定严格的规则,让学生在要求下完成1000米跑。最后一组学生的运动频率低、综合素质不足,则可以降低强度,比如要求学生完成800米跑即可。通过落实因材施教的原则,学生的体质不断加强,许多学生也体会到了体育运动的乐趣。

(三) 培养学生体育安全意识

开展体育运动的基础在于保障学生的安全性,初中生虽然有独立意识,但是安全意识还是比较淡薄,且大部分学生的安全知识储备不足,尚未掌握防护技巧,一旦在运动中受伤,则可能影响学习以及身心发展。所以,初中体育教师在教学中要培养学生的体育安全意识。第一,每次训练之前要组织学生进行热身,热身是避免学生受伤的重要方法,教师必须引导学生热身,并给予学生正确的指导,让学生进行充分热身之后再开展训练活动。第二,在教学过程中,教师要给学生讲解防护技巧、保健知识,让学生在平时的训练中做好个人防护,避免出现安全事故,即使出现了意外,也能通过所掌握的知识或技巧将伤害降到最低。第三,教师要纠正学生不正确的行为,部分学生因为对技巧掌握不到位,运动过程中可能会出现错误的做法,教师发现之后要及时帮助学生改正,让学生掌握正确的操作,引导学生在运动中保护自我的同时也能保护同伴,共同在安全和谐的氛围下开展体育运动。

(四) 组织开展体育竞赛活动

竞赛活动是初中体育运动教学中的重要一环,有利于激发学生的好胜心与培养学生的规则意识、团队合作精神等,教师要组织学生开展体育竞赛活动。第一,教师要基于教学目标、教学安排、学生的身体情况等组织丰富多样的体育竞赛活动,如果学校给学生配置了良好的足球场地,那么教师可以定期开办足球比赛,倡导学生以年级为单位进行比赛。第二,在比赛过程中,教师要提前制定好比赛规则,比赛开始之前给学生讲解,带学生全面了解规则之后再比赛,避免因为学生违反规则而造成比赛终止。第三,合理设置奖项,初中生都有好胜欲,也有胜负心,教师可以设置多种奖项,比如文明竞赛奖、道德风尚奖等,比赛结束之后对学生做出

客观全面的评价,依据评价结果给学生颁奖,激发学生的体育热情。

(五) 在教学中融入德育

体育德育是构成体育学科核心素养的关键部分,社会各领域对人才的德育修养的要求也越来越高,在新课标背景下,体育教师也必须注重德育和体育的融合,提高学生的综合素质。第一,在课堂教学中,教师要鼓励学生遵守课堂秩序,在体育运动中,教师严格要求学生遵守运动规则,在比赛过程中,教师督促学生执行比赛规则,避免学生出现任何盲目的行为,因为这对其自身不利,也对他人不利。第二,要利用体育项目的育人优势进行德育教育,以拔河比赛为例,教师不仅要分出胜负,而且要培养学生的合作意识、竞争精神,引导学生无论在生活中还是在学习中,如果遇到困难都应当迎难而上,而不是退缩逃避。第三,使用多媒体进行德育,比如建立班级群,在其中定期分享关于体育德育的人和事,让学生逐步具备良好的道德修养^[5]。

(六) 鼓励学生在生活中进行锻炼

体育教学不应该只停留于课堂,生活中的体育训练也必不可少,教师要鼓励学生合理安排自己的业余时间,在日常生活中进行体育锻炼。第一,教师鼓励家长和学生一起参与体育锻炼,通过小视频的方式将学生每日锻炼情况分享给家长,由此督促更多家长与孩子互动,拉近亲子关系,又让学生形成体育核心素养。第二,体育教师要定期通过班级群给家长分享正确的体育锻炼方法及规则等,让家长利用空闲时间和孩子一起参与课外体育训练或比赛活动,帮助学生进一步丰富知识体系,又激发体育兴趣,促使学生身心健康发展。

结语

综上,在新课标背景下,培养学生的核心素养是各学科教师的教学目标,初中体育教师应当执行新课标要求,采用科学有效的教学方法提升学生的核心素养,将学生培养成为时代所需的优秀人才。

参考文献

- [1] 刘建宁. 新课标下初中体育核心素养的培养路径[J]. 天津教育, 2024, (36): 10-12.
- [2] 门墙, 张旭. 新课标下初中体育教学实践与探索[J]. 学周刊, 2024, (36): 149-151.
- [3] 宁建华. 新课标下初中体育教学中提升学生核心素养的策略[J]. 亚太教育, 2024, (18): 71-74.
- [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, (01): 65-67.
- [5] 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, 2018, (22): 108-109.