

# 核心素养指导下体育教学的审视与探究

孟繁玥

泰国格乐大学

**摘要：**以核心素养为指导，加强高校体育教学的改革创新，已然成为当前教学发展所面临的重要课题。当然，核心素养内涵较为丰富，要精准把握高校体育核心素养主要内容。反观当前体育教学实践，在落实核心素养方面存在不足，主要受制于传统认知观念及教学模式。本文以核心素养为指导，深入审视体育教学现状的基础上，着重探究体育教学创新发展策略，包括完善基础条件、创新教学内容、丰富教学手段以及完善教学评价，以期形成有益的借鉴与参考。

**关键词：**核心素养；体育教学；高校；现状；策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2022.03.107

## 引言

伴随着社会的快速发展及教育事业的深层推进，核心素养应运而生并逐渐成为一个热点词汇，受到了越来越广泛的认知与接受。尤其是在当前在应试教育向素质教育过渡的关键时刻，核心素养更是成为各专业教学创新实践的重要指导和目标追求。可以说，以大学生核心素养为指导，围绕体育教学展开审视与探究，成为高校体育改革发展的重要课题。核心素养指导下的体育教学，不仅关注学生的体能训练，也强调学生多元能力素养的全面发展，以期更好地促进学生成长成才，更有力的推动教育事业的稳定发展。然而，当前高校体育教学中在落实核心素养方面仍存在一定问题与不足，值得审视反思以及创新探究。

## 一、核心素养概述

首先，就核心素养而言，指的是学生在学校接受教育的过程当中，逐步养成并提升的终身学习能力、社会适应能力等。核心素养概念的提升，源于素质教育的实施，是素质教育下所提出的一个全新的概念。基于功能角度来看，核心素养以课程教学为抓手，遵循教学规律及学生成长规律的基础上，关注并促进学生综合能力素养的全面发展，最终达到素质教育的目标成效，为学生学习成长以及未来的可持续发展等奠定重要基础。核心素养强调以生为本，关注学生身心健康发展，除了要传授学生未来就业所需的专业知识之外，还要加强心理健康、道德品质等各项能力的培养，通过积极引导，促使学生逐步形成和不断提升适应未来社会的可持续发展能力，保持积极乐观的生活学习态度，更好地追求并实现自己的人生与社会价值。

其次，就体育核心素养而言，则是核心素养在体育专业及学科教学中的具象化表现。顾名思义，体育核心素养就是学生在体育学习过程中所逐步形成和提升的终身性、稳定性的能力素养，在参与体育课程学习中强健

体魄的同时，还能够获得健康的心理、正确的认知、健康的生活习惯等。具体来讲，大学体育核心素养包括健康知识行为、运动能力与习惯、体育品德与情感三个方面。

第一，健康知识行为。体育核心素养关注学生体育健康知识行为的养成，反过来这也能够为大学生体育核心素养的培养与发展奠定良好基础，创造有利条件。依据科学适宜的体育知识与技能，能够为学生的体育锻炼提供行动指南。因此，在核心素养指导下一方面可以加强学生对体育锻炼的重要性认知，而且能够掌握不科学训练对人体的损伤。另一方面也能够指导学生按照科学高效方法进行锻炼，合理安排锻炼项目、时间及频次等，也包括合理安排饮食及生活习惯等，以达到高质量的生活品质。

第二，运动能力与习惯。大学生对运动的感知以及运动能力的形成，大多源自于学校的体育课程。在完成中小学体育学科学习后，学生已然具备了一定的运动技能。大学生体育课程更加秉持素养教育的实践需要，全面落实核心素养的发展目标，为学生提供更加系统科学的运动指导，强化学生运动能力的同时，使其养成终身锻炼的健康理念及行为习惯。

第三，体育品德与情感。正如上文所述，体育核心素养尤为关注学生的身心素养的全面发展。在体育核心素养指导下，体育教师运用科学有效的教学手段，把厚德与强技有机结合起来。通过组织开展各种行之有效灵活多样的活动实践，带领学生们团结互助，在完成锻炼任务的同时，达到愉悦身心的效果，有效培育学生的拼搏进取以及抗压能力，能够不畏艰难勇往直前等，生成良好品质以及积极情感。

## 二、高校体育教学现状

近年来，伴随着社会的发展对于人才身心素养要求的不断提升，加上素质教育改革的深层次推进，高校体

育教学在创新探究中不断前进,生成了有效方法,积累了大量有益经验,教学成效获得了大幅提升。但是,不可否认的是当前高校体育教学仍然存在诸多问题,特别是在落实核心素养方面还存在较大差距与明显不足。

整体上来讲,受传统教学因素的因素,高校体育与其他专业学科相比较,受重视程度较为不足。相关主体对于体育重要性认知不足,认为体育对于未来发展及社会求职等用处不大,甚至可以说毫无关联。于是,只能是凭借主观好恶来看待体育学习,甚至有些学生好静不好动,平日里缺乏体育锻炼,课堂上也是被动参与体育锻炼,不仅不利于体育核心素养的形成与提升,更不利于学生的身体健康,导致身体机能无法得到增强。如此一来,在内部认知偏差以及外部氛围不佳的共同作用下,导致高校体育处于尴尬境地。学生体质健康问题频发突出,也容易造成不良的体育精神。举例来讲,有些大学生体育课上缺乏积极深度参与,在进行项目训练中或简单应付,或随意逃避,学习的积极性以及主动性并不够,体育核心素养得不到有效提升。如此一来,不仅阻碍现代化体育素质教育的实施,不利于体育教学事业的长远发展,也会影响学生的可持续发展。

### 三、核心素养指导下体育教学创新发展策略

#### (一) 完善基础条件

为了更好地促进体育教学顺利有效实施,贯彻落实核心素养的教学目标,就必须构建充足且完善的基础条件。其中,尤其是硬件、师资以及平台,可谓重中之重。

第一,要完善硬件设施。为了更好地契合与满足体育学科的实践性要求,相关硬件设施不比可少。尤其是在新时期高校体育教学内容不断丰富,各种新项目活动不断开展之际,为了能够更好地支持学生自由选择,为学生锻炼创造良好条件以及自由空间,能够使其根据自身喜好来选择相应的项目,就必须增加投入加强建设。以此,为教学活动有序实施,为体育核心素养的全面落实提供有效的硬件支撑。比如,根据体育教学的硬件需要,设置专项资金,采购所需设备。再比如,加强场馆建设,包括羽毛球、网球以及篮球等场馆,同时面向学生开放,根据时间来按批次、错峰进入。更好地支持学生进行体育锻炼,逐步养成良好的运动习惯。

第二,要加强师资素养。体育教师是体育课程的组织者以及实施者,其个人素养、个性特征、教学技能、品德修养、教研能力、教学组织等,都会对最终教学效果构成直接影响。所以说,为了更好地落实核心素养,就必须要有数量充足且素养良好的体育教学队伍。对于体育教学自身而言,要不断加强专业素养以及教

学素养,同时具有不断研发与实践课程思政的意识与能力,讲授学生科学适宜的锻炼方式以及体能发展方法的同时,能够充分挖掘和利用课程教学中的德育元素,包括团队合作的体育精神等,引领学生厚德与强技,实现全面发展。另外,为了更好地保障体育教师的专业化发展,还需要制定并完善相关制度,包括职称评定、学术评价、学习进修等,从制度上引领和确保教师良好素养的生成。

第三,搭建活动平台。体育核心素养的形成与提升是一个循序渐进、不断发展的动态过程,是需要长期积累和逐步演变的过程。其中,兴趣是基础,活动实践是保障。为此,通过搭建活动平台,支持并指导学生学、练、赛统一发展。具体来讲,可以定期组织开展学校运动会、院系及专业的体育竞赛活动等,激发学生广泛参与,指导学生组建团队,利用课余时间开展科学训练,评优选优后参加市级甚至省级的体育竞赛。基于学、练、赛的统一发展,强化学生体育技能素养的同时,培育良好的体育精神以及道德品质。

#### (二) 创新教学内容

新时期,社会的快速发展对于人才要求越来越高,而高校各专业各学科也要加强育人实效,通过创新教学内容,使体育学科教学更具兼容性和多样性,以此来更好地落实核心素养的教学目标。

具体来讲,要体现体育课程独特的育人目标,依据社会发展动态、学生职业发展需要、体育学科特性等,经共同考量来制定适宜且明确的育人目标。能够深入挖掘课程思政元素,比如将中华优秀传统文化、社会主义核心价值观等思政内容,巧妙地融入体育课程教学中,渗透到各个环节具体细节之中,促使体育教学从知识技能培育为重向核心素养培育为重而转变。

另外,要着重于体育道德的培养,立足体育课程教学,培育具有良好道德意识与品质的现代化人才。以核心素养为指导,在体育教学中融入道德培养。比如,通过向学生们播放有关励志的体育人物及故事的视频,通过视听方式展示生动案例,促使学生认知道德素养及其重要性。在体育竞技中,要树立规则意识和道德意识,遵守运动规则,既是保护自己,也能够防止对他人的伤害。还可以学习“女排精神”等,对学生展开爱国教育和集体主义教育。

最后,还可以加入健康行为习惯教育内容。核心素养指导下,高校体育要注重学生身心的健康发展。作为未来社会的主体力量以及国家建设的中流砥柱,大学生除了要有良好的学识本领,更要有强健的体魄,如此才能够持续做出贡献。所以说,在体育教学过程中,要在

核心素养指导下，帮助学生养成健康良好的生活习惯。比如，可以将一些简单实用的体育锻炼养生技巧传授给学生，在生活之余多参与体育锻炼，克服一些不良的生活习惯，加强自律意识，合理安排起居生活等，规范自己的行为，养成良好的行为习惯。

### （三）丰富教学手段

在深入推进素质教育的过程中，以生为本理念深入人心。而充分尊重学生的个性差异，不断丰富教学手段，开展个性化、针对性教学，则是遵照以生为本教育理念的集中表现，更是落实核心素养的重要途径。

首先，要开展因材施教。考虑到学生身体素质、运动能力、学习能力等方面的不同，在落实核心素养的过程中，也需要采用不同的方法步骤。要摒弃传统的模式化教学，改变“一刀切”的育人模式，以引导和帮助所有学生提升核心素养。为此，可以围绕学生运动能力、锻炼兴趣以及学习能力等建立体育素质档案，记录原始材料及其动态发展，分析其中的个性化差异，帮助学生正确认知和定位自己，进而生成为针对性的教学指导方案，帮助学生进步与提升。

其次，可以应用信息技术。在新时期“互联网+”时代，各行各业都在积极寻求融入信息技术发展的新途径，以期谋求新突破、新发展。核心素养指导下的高校体育教学，也可以应用信息技术，发挥其中的优势作用，来强化育人实效。具体来讲，可以创新引入翻转课堂以及微课等较为新颖有趣的模式，激发学生自主学习主动性的同时，发挥好辅助作用，帮助学生理解吸收。在学习某些项目动作技巧过程中，可以应用动画视频等方式直观形象地展示，学生们可以利用学习之余的碎片化时间随时随地且来回反复地观看，然后通过模仿自主训练，增强学习能力。另外，还可以利用抖音、微博等新媒体，推送一些有关体育道德品质的美文或短片，潜移默化中培育学生的体育道德素养等。

最后，还可以发展学生社团。大学生社团是学生自发的组织，新时期大学生社团活动越发活跃，充满朝气蓬勃以及生机活力。而这，也可以是落实核心素养的重要途径和载体。具体来讲，可以鼓励并指导大学生组建各类体育社团，当然也要给予一定的帮扶，除了提供场地设施之外，还应给予足够的技术指导。让更多学生都能够选择和参与到自己喜欢的体育项目当中，基于彼此的带动与影响，达到厚德强技的目标。另外，还可以组织与其他院校及社团间举办体育活动竞赛，丰富社团校级活动的同时，营造积极浓厚体育氛围，促使广大学生热爱体育锻炼，积极投身体育锻炼，形成终身体育的思想认知及行为习惯。

### （四）完善教学评价

为了更好地监测并指导学生，更好地落实核心素养，就必须构建并完善教学评价。基于多元化、科学化评价，指导学生进步与提升。具体来讲，可以构建师生互评机制，亦或是运用学习卡片对话、匿名填写意见表等多种方式，充分体现现代教育民主理念的同时，全面了解师生们对于课堂教学的认知和想法。另外，要改变以往以项目考核结果为标准的终结性评价方式，除了要看学生项目考核成绩之外，还要实施过程性评价，注重定性定量评价相结合的办法。比如，对于学生体育参与程度、方法习惯、价值观念等做出多维评价。在教学评价的具体设定上，还应多关注学生的个性表现、体育基础以及兴趣发展等。基于多元完善的教学评价，指导学生全面发展，更好地实现核心素养的提升。

综上所述，核心素养指导下体育教学改革创新极具必要性和紧迫性。其中，完善基础条件、创新教学内容、丰富教学手段以及完善教学评价，成为高校体育教学改革创新发展的有效抓手，也成为全面提升核心素养的有效路径。今后工作中，还行就此展开深入研究和应用推广。

### 参考文献

- [1] 于素梅. 中国学生体育学科核心素养框架体系建构[J]. 体育学刊. 2017, (4).
- [2] 全国体育院校教材委员会审定. 运动训练学[M]. 人民体育出版社.
- [3] 张震. 整体性与独特性: 体育知识基本问题的具身哲学阐释[J]. 体育科学. 2021, (6).
- [4] 张庆新, 陈雁飞, 黄春秀. 大概念、大单元、任务群: 实战能力进阶导向下重构中小学排球教学内容体系[J]. 首都体育学院学报. 2021, (4).
- [5] 尚力沛, 程传银. 论整体性运动项目教学[J]. 上海体育学院学报. 2021, (6).
- [6] 刘忠鑫, 朱伟强. 论体育学科的大概念教学[J]. 体育学刊. 2021, (5).
- [7] 叶浩生. 身体的意义: 从现象学的视角看体育运动的认识论价值[J]. 体育科学. 2021, (1).
- [8] 尚力沛, 程传银. 体育学科核心素养生成的三维支撑结构: 情境创设、文化统领与意义建构[J]. 天津体育学院学报. 2021, (4).
- [9] 冯友梅, 颜士刚, 李艺. 从知识到素养: 聚焦知识的整体人培养何以可能[J]. 电化教育研究. 2021, (2).
- [10] 龙安邦. 核心素养时代的学与教——基于知识发生史的考察[J]. 课程. 教材. 教法. 2020, (5).