

在小学体育学科教学中培养核心素养的探究

曾剑

江西省全南县第三小学

摘要：小学体育教学要注重培养学生的基本运动技能和身体素质，同时关注核心素养的全面发展。在培养学生基本运动技能方面，可以通过多样化的体育项目和活动来提高他们的灵敏性、协调性和柔韧性。在身体素质方面，可以通过有氧运动、力量训练以及柔韧性训练来提高学生的耐力、爆发力和身体协调能力。除了基本运动技能和身体素质外，还应该关注团队协作、体育道德以及坚持毅力等核心素养的全面发展。团队协作是指在集体活动中培养学生相互合作与配合的意识，并且懂得尊重他人并愿意分享成功与失败。

关键词：小学体育；核心素养；学科；探究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2024.12.249

引言

在当前推进课程改革的背景下，小学生体育学科核心素养的培育策略需要采取多方面的措施。提升教师专业素养至关重要，可以通过加强教师培训、引导教师进行教育教学研究等方式来提高他们的教育水平和能力。深化教学方法对于培养学生体育学科核心素养至关重要，老师应该引导学生进行探究式学习，在实践中使他们掌握体育技能和知识。此外，建立网络平台可以利用现代信息技术为学生提供丰富的在线资源和课程，拓宽他们的学习渠道；家校合作也是必不可少的，家长和学校需共同关注孩子在体育方面的发展，并创造良好环境。社会环境支持对于小学生体育素养培养也非常重要，社会各界应积极参与并支持校园体育活动，并举办多样化的课外运动项目以激发孩子们参与运动锻炼的积极性。

一、在小学体育学科教学中培养核心素养的重要性

在我国的小学体育教育中，培养学生们的核心素养被视作最为重要的任务。这其中，引导学生建立起对体育运动的热爱和积极参与只是第一步，更重要的是，我们需要帮助他们养成良好的锻炼习惯，让他们能够自主、积极地参与到各项体育活动中去。这样的教育方式，不仅能够提升小学生们的体育运动水平，更能够显著提升他们的综合素质。体育教师在教学过程中，应将培养学生的学科核心素养作为主要目标。比如，可以把跑步、跳跃、攀登、爬行和滚动等运动能力的培养作为重点内容，并进行深入优化。这种教学方式不仅有助于小学生塑造良好的意志品质，还能让他们在体育学习中获得更丰富的体验和感受。此外，还应加强对小学生个人防护意识的培养，包括但不限于安全用具的正确使用、急救常识等方面，并且要提高他们对体育活动中潜在危险因素的

认知。只有这样才能有效增强小学生参与体育活动时候所需注意事项及自我保护意识，并最终达到提高整个校园内体育安全性目标。

比如，我们可以通过讲解和演示，让学生了解正确的运动姿势和技巧，知道如何在运动中保护自己，避免运动伤害。同时，我们也可以教育学生如何保持良好的生活习惯，以保持身体健康。总的来说，小学体育教育的核心任务是培养学生的核心素养，这既包括对运动的热爱和参与，也包括良好的锻炼习惯和自主参与体育活动的积极性，更包括对运动技能和健康知识的掌握，以及对个体防护意识的培养。这样的教育，才能够全面提高小学生在体育方面的水平和全面素质，为他们的健康成长打下坚实的基础。

二、在小学体育学科中培育核心素养的策略

（一）教学观念要进一步更新

首先，教师需要明确，体育核心素养并不仅仅局限于运动技能的掌握，更重要的是培养学生的运动精神，包括团队协作、公平竞争、坚韧不拔等。这些都是学生在未来生活和工作中不可或缺的品质。其次，教师应注重学生的身心健康发展。除了常规的体育课程，还可以引入户外拓展、瑜伽、舞蹈等多元化的体育项目，让学生在丰富的体育活动中，锻炼身体，培养兴趣，增强自信。再次，老师应该指导学生树立正确的体育伦理观。体育不仅仅是比赛输赢，更重要的是享受运动过程，尊重对手，尊重规则，尊重自己。这种价值观的培养，对于学生的全面发展，具有深远影响。我们深信，未来能够承担重任的人一定是具有健康体魄和高尚精神的中国人，特别是小学生，他们将成为国家和民族未来建设与发展的主要力量。在小学体育教学中，我们需要高度关注并有效

促进学生身心健康的发展。正如所说,“培养文明精神、强壮体魄”,“以体育作为基础培养全面发展的个体”,加强对小学生体育核心素养的培养,这是一个必须认真思考的重要课题,也是新时代下更好地彰显和发挥体育教学价值内在需求。同时,这也是我们作为教育者,对国家、对社会、对家长、对学生的责任和使命。

(二) 科学运用教学工具,突出强调体育精神

小学体育教学的内容通常包括体能训练和体质训练,这两者是培养学生健康身体的基础。除此之外,培养体育道德和体育精神同样是教学中不可或缺的组成部分,有助于塑造学生的内在品质,在体育竞技中保持公平、积极向上的态度。体育课程也属于实践与理论结合的应用类学科,通过体育实践,学生可以锻炼身体,提高运动技能,而在理论部分,学生可以学习体育知识,了解体育文化,从而更好地理解体育运动的内涵。教师在设计日常体育教学时,在设计课程时,需要充分考虑如何展现体育运动的吸引力,引导学生正确理解体育精神,帮助他们树立正确的价值观并规范个人行为。教师可以在课堂教学前期收集与体育精神相关的实际案例。如我国运动员在奥运会、亚运会等大型赛事中取得金牌的例子,利用现代信息技术,如多媒体和网络等,向学生展示形象且直观的动态画面,以激发他们参与体育运动的热情,并提高他们的体育道德素质。以乒乓球运动为例,这项运动是我国的国民运动,在众多大型赛事中中国选手取得了出色成绩。然而,一些学生通常只关注世界冠军的辉煌时刻,而忽视了幕后陪练人员的辛勤付出。因此,教师可以以此为主题,透过搜集相关图片和视频资料,描述其背后的故事,让小学生充分了解到,世界冠军确实值得尊敬和自豪,但同样在幕后付出和奉献的陪练人员也应该受到尊重。通过这种方式,能够更好地吸引学生的注意力。让学生在情境中感受到体育精神的伟大,从而对学生体育素质的培养起到良好的促进作用。

(三) 合理配置小游戏,着重培养团结协作精神

小学生年纪虽小,但他们天性活泼好动。为了维护并充分发挥学生的这一特质,老师可以根据相关教学内容配置具有针对性的教学游戏,利用体育游戏促进学生团队合作精神的培养。这样不仅能够活跃课堂气氛,同时,还可以培养学生群体的责任感和荣誉感。比如说,立定跳远这项活动要求学生具备较高的身体协调性和爆发力。因此,在实际教学中老师可以设计“积攒能量”游戏来

增加趣味性。在游戏开始前,老师会向学生讲解具体规则,并分组进行接力比赛。每个小组成员需要依次进行起跳,在全组完成任务后测量最终的胜出者将根据跳远总距离来确定。这种方法可以有效地培养小学生的竞争意识,培养他们挑战困难、永不言败的体育精神。此外,这种游戏方式还能够进一步增强班级内部的凝聚力和向心力。让同学们更加团结、协作。这样的教育方式有助于促进孩子全面发展并更好地适应社会需求。

(四) 融合趣味体育活动,调动学生兴趣

体育教学是我国教育体系中不可或缺的一部分,其目标不仅在于提升学生的体能和运动技能,重要的是培养他们对体育精神和团队合作意识的认同。在众多的体育教学项目中,排球、足球、篮球实心球、长跑、短跑、仰卧起坐和跳绳等都是常见的项目,这些项目都设定了明确的运动法则,是学生必须达标的项目。为了确保学生能够在这些项目上取得优秀的成绩,教师通常会在日常教学中给予更多的关注,进行严格的训练。

然而,我们也需要认识到,体育教学并非只有严格的训练和达标的要求。在追求成绩的同时,我们也应该关注学生的兴趣和热情。因此,体育教师应当更新他们的教学理念,引入更多富有趣味性的运动项目,以提高学生对体育活动的认可度和参与热情。这样,不仅可以提升学生的体育品质和身体素质,也可以使体育课堂教学内容更加丰富,更具吸引力。例如,像啦啦操和鬼步舞这样有趣的运动项目可以很好地融入小学体育教学中。这些项目受到学生喜爱,普及性较强,并且与运动技巧和舞蹈相关。在课堂教学中,老师可以适当引入这些项目,在不同的教学环节中穿插或者安排学生在课下自主学习。通过这种方式,既能提高学生对体育运动的兴趣,也能培养他们的自主学习能力和团队协作精神。总的来说,体育教学应该是多元化的,既有严格的训练,也有趣味性的活动。只有这样,才能真正激发学生的运动热情,使他们真正爱上体育,享受运动。

(五) 把小学体育教学融入全民健身活动,端正体育锻炼理念

在小学阶段,教师不仅应引导学生树立正确的健康意识,认识到体育运动对身心健康发展的重要性,还应根据学生的生理承受能力和体质状况,合理安排运动项目和强度。为了确保学生在体育活动中的安全,老师在活动开始前应该引导学生做充分的准备活动,

包括拉伸、下蹲、四肢运动、慢跑等。以降低运动损伤的风险。同时，在运动过程中，教师应充分发挥指导作用，对学生的错误动作及时予以纠正，避免因动作不规范导致的身体伤害。针对某些损伤发生率较高的运动项目，如足球运动，教师还需引导学生学习相关损伤原因及预防措施，提高学生的自我保护意识，从而降低运动过程中的危险事故发生概率。通过这样的方式，既能够充分发挥体育运动的娱乐和健身功能，又有助于保障学生在体育锻炼中的身心健康，为他们的成长发育创造良好的条件。

（六）家校合作，共同进行核心素养培养

体育教育与德育之间存在着紧密的内在联系，二者相辅相成、互为补充。通过参与体育活动，小学生不仅可以培养良好的运动品格和团队合作精神，更重要的是在这个过程中逐渐形成遵守规则、尊重他人、勇于挑战和坚韧不拔的品质。这些都是德育教育所追求的目标。同时，在体育竞技中获得成功或失败也能够让孩子们更好地理解胜利乃至失败对待态度，并从中汲取力量和经验，促进心智健康发展。此外，体育锻炼也有助于增强学生自我管理能力和情绪调节能力，在面对挫折时保持乐观积极态度。而正是这种积极向上的心态将会影响到他们日常生活中对待学业、家庭以及社交关系等方方面面。因此，可以说体育教育既是一种身体素质培养方式，更是一种道德修养途径；它不仅帮助孩子们建立起健全完善的身心素质结构，更有助于塑造其正确价值观念和行为规范，使其具备了应对各种现实问题时所需具备的基本素质。

其次，运动不仅可以提升孩子们的智力水平，同时也有助于形成健康的审美观。这是因为运动能够促进血液循环，增加大脑的血氧供应，从而改善大脑的功能和结构。研究表明，长期坚持运动可以提高大脑皮层的兴奋性，使思维更加敏捷，反应速度更快。此外，运动还能帮助孩子们提高注意力和记忆力，有助于他们在学习过程中取得更好的成绩。运动还能让孩子们在接触体育的过程中，形成一种阳光健康的审美观。通过参与各种体育活动，他们可以更好地了解自己的身体，培养对身体的美感和自信。此外，运动还能培养孩子们的团队精神和协作能力，使他们更加懂得尊重和关爱他人。这种健康积极的审美观，与美育的目标高度契合，有利于孩子们全面素质的培养。

最后，在培养学生的品格和强身方面，体育与劳育具有共同的目标。为了实现这一目标，家庭和学校应该共同努力，采取五育并举的教育方式，对小學生进行全面而深入的培养。这不仅包括学校课程的学习和课后作业的完成，还应该包括参加各种校外培训课程，以全面提升学生的综合素质。体育教育对于塑造学生的品格和增强体质具有至关重要的作用。通过体育活动，学生可以学会团队合作、毅力和自律等品质，这些品质对于他们的成长和未来的人生道路都是至关重要的。同时，体育活动能够帮助学生保持健康的身体，增强抵抗力，降低患病风险。劳育教育可以帮助学生养成良好的生活习惯和劳动技能。通过参与劳动活动，学生可以学会珍惜劳动成果，培养责任感和独立自主的能力。此外，劳育教育还可以培养学生的动手能力和实践能力，使他们更好地将理论知识应用于实际生活中。在此基础上，家校合作对于学生的全面发展至关重要。家长和教师应该共同关注学生的身心健康，为学生创造一个良好的成长环境。家长有责任监督学生的锻炼情况，以确保他们养成良好的运动习惯。教师则可以指导学生在锻炼中的内容和强度负荷，帮助他们取得更好的成绩。通过全面培养学生的德、智、体、美、劳五育并举，使他们能够更好地适应社会发展需求，并为国家和社会做出贡献。因此，家庭和学校应该合作共同创造一个全面而优质的教育环境来促进学生的成长。

结语

体育锻炼对于学生的身体素质和竞争精神的培养具有至关重要的作用。通过参与各种体育活动，学生可以增强体质、提高运动技能，同时在团队协作和竞争中培养出努力拼搏、健康向上的体育竞争精神。此外，体育课堂也是培养学生全面发展的良好平台，教师应充分运用这个机会，帮助学生树立正确的人生观念，使他们认识到健康的重要性，并培育他们乐观向上的生活态度和团队合作意识。通过这些努力，教师可以帮助学生塑造更加健全的人格，为他们的成长奠定坚实的基础。

参考文献

- [1] 张云伟. 体育学科核心素养背景下小学体育课堂教学研究[J]. 冰雪体育创新研究, 2021, (13): 131-132.
- [2] 王晓红. 核心素养背景下小学体育高效教学措施[J]. 试题与研究, 2021, (19): 37-38.
- [3] 钟皓东, 范成文, 王亮, 蒋空究. 核心素养视域下我国中小学体育课堂教学改革研究[J]. 田径, 2021.