

# “立德树人”视域下对学校体育的思考

甘波

重庆市渝中区人民路小学校

**摘要:** 聚焦于“立德树人”视域下的学校体育,剖析“立德树人”与学校体育之间的紧密联系。立足“立德树人”教育根本任务,从体育与人的关系、体育文化、新时代的要求三个角度探讨学校体育工作的价值;基于“以体育人”的理念,通过整合体育学科教学和体育综合活动,重构学校体育课程,让体育成为参与铸造人的本质的主要力量。

**关键词:** 立德树人; 学校体育; 价值; 课程

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.05.107

## 引言

亚里士多德认为,人的身体和灵魂,如同物质和形式一样,不可以分裂地存在着。我国著名的大教育家、南开大学的创始人张伯苓先生主张:“强我种族,体育为先。有了好身体,才能有坚强的意志,担起建设国家的重任。身体若不好就失掉做事的本钱,什么也谈不到了。”“教育里没有了体育,教育就不完全”。在张伯苓先生看来,体育对于教育来说是不可或缺的。可见,“育体”在培养人的过程中有着非常重要又极其关键的作用。

近年来,随着我国人民生活水平的不断提高,生活方式的不断改变,学生普遍存在超重和肥胖、近视率增加等问题。这些问题严重威胁着青少年的健康成长。这样的现象也令人深省,作为一名体育教师对此应有所思有所为,反思学校教育中与体质健康直接相关的体育教育出现了什么问题,怎样做去改善现状?本文将立足“立德树人”这一教育根本任务,在“双减”背景下重新审视学校体育的价值与体育课程,回答“怎样培养社会需要的人”这一深刻命题。

## 一、对学校体育的价值再识

学校体育是培养学生品德的重要阵地。在体育活动中,学生面临困难与挑战,这些经历促使他们学会坚持、勇敢面对挫折,从而培养坚韧不拔的意志品质。学校体育的价值到底是什么?习总书记指出,立德树人是学校的立身之本,培养德智体美劳全面发展的社会主义事业的建设者和接班人是学校一切工作的核心。从“立德树人”是教育的根本任务来看,学校体育价值的落脚点在“人”上,最终实现的是以“体”育人。

### (一)从体育与人的关系来看

体育是维护和提升人体健康机能的关键手段。在学校体育中,丰富多样的体育课程和活动为学生提供了全面锻炼的机会。学校体育的价值不仅是一种手段,也是一种目的。体育是人类独有的一种特殊活动,人是需要

体育的,人与体育的关系是互相依存的。体育不仅能够影响人的本质,增进人的健康,还能促进人的心理健康和社会适应能力。人在体育运动时,能够体验到兴奋、自信、紧张等,获得一种自我实现的心理满足感。体育运动有其规则,有团队协作,有裁判、运动员等不同分工,也可以将体育运动看作微型的社会活动,在体育运动中,能培养学生遵纪守法,诚实守信等好习惯和品质,从而促进了人对社会的责任感和义务感。

### (二)从体育与文化的角度来看

体育本身就是一种独特的文化形态,与社会文化相互交融、相互影响。体育文化包含了体育精神、体育价值观、体育礼仪等丰富内涵。在学校体育中,传播体育文化对于学生的成长具有重要价值。体育不仅作为一种人类生存需要的活动存在,也是一种文化的符号,跟其他文化不同的是用人类的肢体去传达精神思想、去展现审美,传承和推动人类文明的进程。现代体育之父顾拜旦提出“奥林匹克精神”,鼓励运动员本着“更快、更高、更强”的精神去挖掘自己的最大潜力以创造更大的人生价值和社会价值。这也是推动社会前进的一种力量。中国女排队员在世界排球赛中,凭着顽强战斗、勇敢拼搏的精神,五次蝉联世界冠军,她们的这种精神,给予全国人民巨大的鼓舞。从此,团结协作、顽强拼搏的女排精神广为传颂,极大地激发了中国人的自豪、自尊和自信,为我们提供了强大的精神力量。学校体育不仅要重视身体的健康,还要重视人格的教育,将体育精神融入到体育教育之中,其意义超过了体育竞技本身。

### (三)从新时代的要求来看

在新时代背景下,学校体育被赋予了更为丰富和重要的使命。首先,响应“健康中国”战略。随着人们对健康生活方式的关注度不断提高,学校体育作为培养学生健康意识和生活习惯的重要阵地,其作用愈发凸显。学校通过开展多样化的体育课程和活动,确保学生每天

有足够的体育锻炼时间,帮助学生掌握科学的锻炼方法,养成终身锻炼的习惯。各类学校引入了健身操、瑜伽等新兴体育项目,满足学生多元化的健身需求,引导学生积极参与体育锻炼,提升身体素质。其次,助力“五育并举”全面发展。新时代强调培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人,体育作为“五育”之一,与其他各育紧密相连。体育不仅能强健体魄,还能通过体育活动培养学生的品德修养(德育)、提升大脑机能促进知识学习(智育)、感受体育之美(美育)以及培养劳动精神和实践能力(劳育)。再者,适应教育信息化发展趋势。新时代信息技术飞速发展,为学校体育带来了新的机遇和挑战。借助大数据、人工智能等技术,学校体育可以实现个性化教学和精准评价。例如,通过智能穿戴设备收集学生的运动数据,教师可以了解每个学生的运动强度、心率变化等信息,从而制定个性化的体育教学计划,满足不同学生的学习需求。同时,利用线上体育课程和教学平台,打破时间和空间的限制,丰富体育教学资源,拓宽学生的学习渠道。

习总书记多次就青少年体质健康、防近视、校园足球等作出重要指示,对学校体育价值进行了重新界定,特别强调学校教育要让学生们享受运动的乐趣。对体育教育的“四位一体”的目标也是指向了学校体育要“以体育人”,最终实现立德树人根本任务、提升学生综合素质的基础性工程,是加快推进教育现代化、建设教育强国和体育强国的重要工作,对于弘扬社会主义核心价值观,培养学生爱国主义、集体主义、社会主义精神和奋发向上、顽强拼搏的意志品质,实现以体育智、以体育心的独特功能。学校体育要以人为本,以体育人,弘扬人文精神,磨炼意志,锻造品格,促进学生身心和谐的健康的全面的发展,提高人的生命质量,实现立德树人的根本任务。

### 二、对学校体育的课程重构

传统的学校体育课程目标多聚焦于学生身体素质的提升和运动技能的掌握,在“立德树人”视域下,需要对其进行拓展和深化。课程目标应将品德教育、价值观培养与身体素质锻炼有机融合。具体而言,不仅要让学生通过体育课程拥有健康的体魄,更要培养他们的体育精神,《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》(以下简称《意见》)把学校体育工作摆在更加突出位置,《意见》明确提出,一是要聚焦教、练、赛,逐步完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”的学校体育教学模式。结合对学校体育价值的认识和《意见》的要求,

学校体育课程应基于“以体育人”的理念,通过整合体育学科教学和体育综合活动,重构学校体育课程。让体育课程成为促进学生全面发展的重要途径。

#### (一)“以体育人”的体育课程特征

“以体育人”的体育课程呈现出“2+3”的课程特征。“2”指的通过整合体育学科教学和体育综合活动,让学校体育焕发新的生机。“3”指的是课程设置要遵循的三个原则。

平等性原则。平等性就是要尊重学生的需要,即尊重他们需要的个体差异,教育的目的在于使人成为他自己,变成他自己。我们在课程设置上要尊重个体差异,为学生提供可选择的方式。在课程设置上,低年级学生和高年级学生的课程内容会有所不同,对同一内容的学习形式也会不同,以满足学生的不同需要。

丰富性原则。要让学生享受体育的乐趣,让体育课程更具吸引力和魅力,课程的内容和形式要呈现多样化,不能仅仅是机械重复的训练或者放羊式的活动,应包含体育之知、体育之技、体育之德、体育之美、体育之神。在课程资源上,学校也可以引入校外资源,如各类体育协会、少年宫、社区等,丰富学校体育课程。

发展性原则。处于不同时代的人,需求是不同的,时代对人的要求也不同,教育者要以发展的眼光看待学生,而课程也要跟随时代发展的步伐去把握学生的需求在方式上和内容上的变化,做出相应的调整和改善。

#### (二)“以体育人”的体育课程内容

《意见》明确指出学校要定期举办学生运动会或体育节,组建体育小组、社团和俱乐部,推动学生积极参与常规课余训练和体育竞赛。因此体育课程内容设置可以在普惠课程、进阶社团、活动比赛三个层面为学生搭建学习平台,通过体育课、体育活动和体育竞赛,实现锤炼意志和健全人格的综合育人的功能,促进学生身心和谐全面的发展。

##### 1. 保证共享的普惠课程质量

普惠课程主要是指国家课程中的体育与健康课。新一轮体育与健康课程标准将核心素养分为三个方面:运动能力、健康行为、体育品德,教学中教师要在课堂上要以体育人的价值观为追求,以课程标准中的核心素养为目标,完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”教学,加强体育教学研究,改进体育教学评价体系,加强家校联系,形成合力,切实提高体育与健康课的教学质量。

##### 2. 开设异步发展的进阶社团

社团课程指的是校本课程。坚持课程设置的原则,

根据学校师资、活动场地、地方特色、周边资源开发各类社团课程。首先是专项运动技能类课程,如足球、篮球、排球、田径、羽毛球、体操、武术等。这类技能类课程的作用能够加强学生基本运动技能和专项运动技能的训练,锻铸学生的体魄。其次是民间运动游戏类课程,如丢沙包、滚铁环、跳房子。这类课程更适合低年级学生,增加运动的乐趣,让儿童爱上运动。还有传统文化类课程,如武术、空竹、棋类、舞龙舞狮等。这类课程技能强身健体、训练思维,又能增加学生对地域文化、民风民俗的了解。除此之外,还可以兼顾体育文化内容。低年级可开体育趣闻、体育名人课程,中高段年级可开设体育历史、奥运专题等内容的课程。如根据重大的体育赛事,可在课程上做出更新和补充。例如哈尔滨亚冬会的举办,可在体育文化课程中增设冬季运动项目的了解和学习,让课程具有时代感。不同类型的课程,涵盖了体育之知、体育之技、体育之德、体育之美、使社团课程充分发挥“以体育人”的作用。

### 3. 举办引领发展的活动比赛

这里的活动比赛指的是各类竞赛活动。学校需要每年举办的运动会或者体艺节,利用这种综合性活动开展校内的比赛和体育活动。在校内举办体育比赛活动,一是可以让有才艺特长的学生有展示风采的平台,也可以起到选拔的作用;二是树立全员参与全民运动的理念,可通过设置趣味游戏、团队比赛项目等,让全体学生能够参与到活动中来,让学生能够感受运动带来的乐趣的同时,也能增强班级凝聚力,进一步养成锻炼的习惯,激发班级或者团队的团结协作、顽强拼搏的精神;三是可以举行亲子运动会,邀请家长也参与到运动会之中,“小手牵大手”延伸至家庭,促进家校共育共建,形成优质的育人合力。体育的竞争性是最显著的,而当今社会需要竞争。因此,学校还需积极组织学生参加市区各级组织的体育竞赛。比赛拿好成绩不是目的,而是通过比赛增强体质、磨砺意志和培养精神,增强荣耀感和自信,也能够激励和感染身边的同学,促进学生身心和谐发展。

#### (三) 以体育人的体育课程保障

1. 场地设施与时间是课程实施的基本保证。学校要根据国家要求,因地制宜、想方设法为体育课程的实施提供必要的保证,定期维护,保障运动的安全。“以体育人”的体育课程时间组成:一是国家课程和校本课程的教学时间,另一部分来自大课间活动与体育社团服务,保障学生每天在校有两个小时的运动时间。学校要精心

规划和设计大课间活动与体育社团服务中的学生活动方式与内容,保证这段时间学生能够有序的运动锻炼。科学合理地安排规划,保证学生的锻炼时间和场地。只有确保活动场地和时间的前提下,课程才能得以实施。

2. 提升体育教师的专业素养是课程实施的关键因素。新一轮课程改革,体育学科有了新的变化,对体育教师也提出了新的要求,需要教师主动学习探究,学校也要给体育教师提供学习的机会,不断更新理念和提升专业素养,能准确把握课程目标、内容、实施和评价教学构成要素,保证学科教学质量。

3. 家校携手是课程实施的有效助推。要想培养学生健康生活、锻炼的习惯,可持续发展,就要和家长携手一起推进。如《意见》提出要合理安排校外体育活动时间,促进学生养成终身锻炼的习惯。体育学科教师可根据不同年段学生的特点和水平布置适量的体育作业,并对学生校外运动和锻炼情况进行检查反馈,进一步促进家长教育观念的改变,树立“健康第一”的思想,保证学生校外的锻炼时间和质量。

### 结语

在“立德树人”视域下,重新厘清学校体育的价值和意义,秉着“以体育人”的课程理念构建新的学校体育课程,以人为本,不仅引领健康价值、促进体质健康,还能实现学生人格、心理、意志品质的锤炼与塑造,促进学生身心和谐全面发展,让体育真正成为参与铸造人的本质的主要力量。未来,学校体育应不断探索创新,持续深化改革,更好地适应新时代教育发展的需求。

### 参考文献

- [1] 曹磊. 浅谈立德树人背景下学校“以体育人”的价值思考[J]. 新课程导学, 2020(32): 59-60.
- [2] 叶倩. 以体育人: 科学育人的助推器[J]. 四川教育, 2020(24): 1.
- [3] 姚敬华. 以体育人: “育英太极”课程基地的育人方式变革[J]. 江苏教育研究, 2020(01): 31-34.
- [4] 郭雨婷, 王超. 小学生体质现状及策略分析[J]. 体育世界(学术版), 2019(11): 179+171.
- [5] 唐燕飞. 以体育人 以美化人——聚焦体育美育的社团课程化建设之路[J]. 华人时刊(校长), 2020(11): 26-27.
- [6] 马卫平. 体育与人[D]. 湖南师范大学, 2005.
- [7] 谢腾辉, 闫涛. 张伯苓体育教育思想探析[J]. 天津大学学报(社会科学版), 2020, 22(05): 441-446.