

在小学体育课程中培育“核心素养”的策略研究

张金峰

汶上县南旺镇寺前小学

摘要：《中国学生发展核心素养》体系，将培养“全面发展的人”确立为育人目标，并明确了“文化基础、自主发展、社会参与”三大维度。这一理念在国家课程标准修订和各学科教学实践中得到了有力推动。基于此，关于“小学体育与健康”课程标准陆续调整，将“运动技能”“健康行为”“心理品质”“社会适应”等内容纳入评价体系。

关键词：小学体育；核心素养；教学策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.08.111

引言

小学体育课程作为学生身心发展的关键平台，其在核心素养培育中的作用愈发凸显。然而，如何基于实际，有效促进学生在体育学习中获得多维度发展，是当前理论与实践亟需解决的问题。本节将结合实证研究与案例分析，从“创设生活化情境”“跨学科融合教学”和“多元过程性评价”三方面，深入探讨小学体育课提升学生核心素养的具体策略。

一、创设生活化情境：激发运动兴趣与自主参与

（一）理论基础与现实意义

生活化情境，是指教师在体育教学中，通过模拟、还原或者巧妙引入与学生日常生活密切相关的实际场景，将原本抽象难懂的知识变得具体而直观。这样的做法不仅让体育活动充满趣味性和生动感，还使每一次锻炼都带有真实生活的影子，增强了学习内容的现实意义。这一教学策略深受建构主义学习理论的影响，强调知识应当在贴近实际、富有生活气息的环境中被学生主动建构，这样能有效提升他们将所学迁移到其他情境中的能力。对于小学生来说，他们天性活泼好动，对新鲜事物充满兴趣，但自我管理和控制能力仍处于成长初期。通过设计生活化情境，教师可以帮助孩子们消除对体育活动的紧张感，引导他们以更放松、更积极的心态投入运动中，从而激发参与热情，让孩子们在愉快体验中收获成长与进步。

（二）实践路径

1. 主题设计贴合儿童生活

在田径单元教学中，教师可以设置“校园快递员”游戏，让学生化身为快递员，手持“包裹”穿梭在指定路线之间，将物品准确投递到不同的定点。这不仅锻炼了学生的奔跑速度和方向感，还提升了他们的专注力与任务意识。篮球单元则适合组织“快乐超市采购赛”，老师将场地布置成超市，各种标志性商品分散放在不同

区域。学生需要一边灵活运球，一边按照购物清单完成采购任务。这种设计巧妙地把篮球基本技能训练融入到生活化情境中，使得课堂氛围更加轻松有趣。通过这些活动，原本枯燥的技术练习变得更具实际意义，同时极大地丰富了体育课堂内容，让学生在体验运动乐趣的同时提升综合素养。

2. 引导体验式学习

教师可以结合不同季节的特点以及社区当前关注的话题，有针对性地引导学生展开讨论，激发他们参与运动主题设计的积极性。比如在春意盎然的时节，老师会带领同学们策划一次“踏青健跑”活动，大家一起沿着校园或者附近公园的小路奔跑，不仅欣赏盛开的花朵和嫩绿的新叶，还能感受到大自然的活力。到了秋天，班级则会精心准备“拾叶接力赛”，孩子们分组合作，在落叶缤纷的操场上收集各色树叶，通过接力方式完成比赛。在整个过程中，学生需要共同商讨活动细节，每个人都能提出自己的想法，从宣传准备到实际执行都积极参与。这种集体策划不仅让同学们体验到归属感和责任感，也有效锻炼了团队协作能力和自主决策能力，让每个人在实践中成长进步。

3. 关注个体差异，实现全员参与

针对不同运动水平、性格特征及兴趣爱好的学生，灵活调整场地分组、规则难度与评价标准。例如对于胆怯或身体素质较弱的孩子，可设置辅助角色或低强度挑战项目，以保证每个孩子都能体验成功与进步。

（三）效果分析

实证数据显示，在小学体育课堂中引入生活化情境后，整个课堂氛围变得更加热烈和充满活力。学生们在模拟真实生活场景或者有趣故事背景下参与运动，积极性显著提高。根据问卷回收情况，大多数受访学生都坦言，他们非常喜欢这种与日常生活紧密相关、融入游戏元素的体育活动。许多孩子表示，每当遇到类似“超市购物”“森

林探险”这样贴近实际体验的游戏项目时，都会主动请缨参与，不再像以往那样被动等待老师点名。与此同时，教师们反映，通过巧妙设计这些富有生活气息的教学活动，不仅大大缓解了管理班级时的压力，还发现学生在自主探究、团队协作等能力上的成长更加明显。例如，小组合作完成任务时，孩子们会自发分工、相互鼓励，表现出良好的沟通与组织能力。这些成果充分说明，将生活化情境科学地应用于体育教学，有效激发了小学生对体育锻炼的长期兴趣，同时促进他们积极主动地投身各类运动。在这个过程中，孩子们能够更好地表达自己、展现个性，为培养综合素养打下坚实而扎实的基础。

二、跨学科融合教学：拓展综合应用能力

（一）理论依据与发展趋势

跨学科融合作为现代教育理念中的重要组成部分，不仅仅强调知识的传递，更注重培养学生综合运用所学的能力。其核心目标在于打破传统学科之间的壁垒，让不同领域的知识、技能能够相互渗透与整合，进而拓宽学生的思维视野和创新能力。在小学阶段推行跨学科融合，能够有效克服“分科割裂”带来的局限，使学生不再孤立地学习某一门课程，而是在多样化情境中，通过科学、艺术、体育等多元视角，逐步构建起结构完整、内在联系紧密的知识体系。与此同时，我国最新颁布的《义务教育课程方案》也明确提出，各门课程应加强关联与贯通。这一政策导向不仅为小学体育课等非主科课程融入跨学科学习提供了制度保障，还拓展了实践空间，让教师和学生能够积极探索更加丰富、多样的教学方式，实现全面发展的教育目标。

（二）实施方式

1. 体育 + 科学

结合自然科学内容进行教学时，可以通过生动的方式帮助同学们理解知识。例如，在讲解跑步时人体呼吸循环原理时，老师会详细介绍氧气如何通过呼吸进入肺部，再由血液运输到全身各个组织。同学们不仅可以听理论，还能实际操作，比如佩戴电子计步器，记录自己在不同速度下奔跑的数据。随后，同学们会根据记录的数据分析心率的变化规律，体会身体机能随运动强度变化的过程。

在讲解力学知识时，老师安排了跳绳实验，让同学们亲自体验杠杆原理的奥妙。大家分组合作，用简易材料制作模型，拆解跳绳动作背后的物理机制，观察力量和支点位置对动作效率的影响。

这种将科学原理与实践活动相结合的方式，不仅让学生更加深刻地认识到生命健康的重要性，还逐步培养了他们用科学思维解决日常实际问题的方法和能力。

2. 体育 + 数学

在活动中，学生首先需要通过实际测量场地的长度，细致计算自己完成指定距离所需跑步圈数。这一过程中，他们不仅锻炼了测量和换算能力，还能准确掌握运动数据。随后，将每次投掷的距离数据整理并转化为直观的统计图表，让同学们更清楚地发现成绩变化和分布规律。在比赛环节，教师适时引入概率思想，比如引导大家分析采用不同战术时获胜的可能性，从而帮助学生提升对数学知识的实际应用水平。此外，在分组对抗阶段，同学们需要合理安排时间、灵活分配可用资源，这种训练有效提升了他们的时间管理技巧与资源优化思维，为今后培养扎实的逻辑推理能力打下了坚实基础。

3. 体育 + 美术 / 音乐

利用美术手工的方式制作运动器材标志牌，不仅能够使标志牌变得更加精致美观，还提升了其实用性。每当组织舞蹈律动类项目时，配合播放优美的音乐，孩子们在旋律与节奏中尽情舞动，感官体验随之被充分调动。这些举措不仅有助于提升学生的审美素养，让他们在实践中培养对美的感知能力，还能激发大家的创造力表达。在完成作品或合作参与活动时，团队协作精神也会得到进一步增强。

4. 校内外资源整合

邀请科学老师和美术老师一同参与部分专题项目的开发，让不同学科的专业知识融入体育课程。将校外博物馆的参观活动、安全知识竞赛等丰富多样的社会实践纳入到体育教学计划之中，拓宽学生视野。此外，通过课程内容与课外实践有机结合，为孩子们打造一个更加开放、包容且充满活力的发展平台，让每个学生都能在体验中成长，在交流与探索中收获更多技能与乐趣。

（三）成效评估

调查显示，经常参与跨学科融合项目的小学生，其创新意识、自主学习动力及综合实践能力均优于对照组。此外，在期末测试和师生互评中，这类融合课程更易激发讨论热情，并显著提升问题解决效率。整体来看，多领域交叉不仅丰富了小学体育课程内容，也有效突破了单一技能训练局限，对全面提升核心素养具有不可替代作用。

三、多元过程性评价：提升自我管理与合作意识

（一）理念更新的重要性

传统小学体育评价往往只关注学生最终的成绩或者技术上的表现，容易忽略孩子们在训练和比赛过程中的努力付出、对团队的支持以及自身能力的提升历程。这样的“一刀切”终结性评价方式，常常让那些暂时成绩

不理想或天赋一般的同学感到沮丧，甚至打击了他们参与体育活动的积极性，不利于激发每个孩子持续进步和主动参与的热情。相比之下，过程性评价更加注重以成长为核心，会从多个角度、不同时间节点，对每位学生在体育学习过程中的变化与进步进行动态观察和细致记录。例如，老师不仅关注孩子们是否取得好名次，还会留意他们在训练中是否坚持不懈，在团队中有没有互帮互助，以及面对困难时展现出的勇气与责任感。这种评价方式更加贴近当代教育追求公平、公正以及尊重个体差异的发展方向，也是培养学生核心素养的重要环节，为每一位孩子提供更多被认可和自我成长的机会。

（二）多样化评价方式探索

1. 自我评价与同伴互评

可以引导小朋友填写一份简洁的成长日志，比如让他们记录下今天最让自己开心或者收获最大的运动项目，还可以鼓励大家写下一个希望自己改进的小目标。每次分组活动结束后，老师会组织大家进行一次口头互评，让每个成员都说队友在活动中的一个亮点表现。不仅帮助孩子们养成及时反思的习惯，也能让整个班级充满积极向上的氛围。当孩子们在轻松愉快的环境中互相认可和鼓励时，更容易建立自信，同时增进同伴之间的友谊。

2. 教师动态观察法

通过采用行为观察量表，教师会定期对每位孩子在课堂上的专注程度、与同伴的合作互动次数以及自主尝试新动作的情况进行详细记录。这些观察结果将被系统地整理归档，为每个孩子建立个性化的成长档案。与此同时，还会结合现场拍摄的照片和录像资料，对孩子们在不同阶段的表现进行数据化追踪，清晰地展示他们进步的轨迹。所有这些资料不仅为家长提供了全面、客观的交流依据，也让家校之间能够更紧密地配合，共同促进孩子们健康成长。

3. 积分制及徽章奖励机制

可以设计一个详细的积分累计系统，比如孩子们如果出勤率高、在课堂上有优异表现，或者在面对困难时能够勇敢地挑战失败并坚持不懈，都能获得相应的积分奖励。积分不仅可以用来兑换各种荣誉徽章，还能换取小巧精致的奖品，甚至有机会担任“小教练”，带领同伴一起参与活动。这种即时且充满激励性的正向反馈机制，很大程度上激发了孩子们自我管理的热情，也帮助他们更好地制定和实现目标。在集体活动中，大家为了共同荣誉努力拼搏，在潜移默化中培养出积极健康的人格品质与良好的行为习惯。

4. 阶段总结会 / 展示汇报

定期举行班级成果展示活动，例如在学期末举办体能秀，让孩子们自信地展现平日训练所得的各种动作和技巧，或是组织自编操比赛，鼓励同学们发挥创意、共同编排属于自己的舞蹈，还会安排小型趣味奥运会，将跳绳、接力赛等多种有趣项目融入其中。每个孩子都能在这些丰富多彩的环节中找到属于自己的舞台，自由展示独特的才华与闪光点。现场不仅有同伴热烈的掌声，还有老师认真细致的点评，甚至家长也会到场观看，为孩子们送上温暖鼓励和实用建议。这类活动既能够真实检验学生平时努力积累的成果，也让他们在众人面前锻炼公开表达能力，提升自信心与沟通水平，更进一步促进健全人格的发展以及社会适应能力的培养。

（三）综合成效反思

基于问卷调查和访谈材料，多数教师认为过程性、多元化评价显著提高了班级凝聚力，有效缓解两极分化现象。同时，不少家长反馈称孩子在参加过程中变得更加懂得关心他人、更具责任心，对于自身不足也能主动求教改进。从长期看，这类开放包容且动态发展的评价体系直接推动着小学生自我管理意识、生涯规划意识以及团结合作精神不断深化，对其未来适应社会多变需求具有重要奠基意义。

结语

综上所述，小学体育课若能充分发挥生活化情境创设优势，以真实体验触发兴趣驱动，并通过跨学科融合不断拓宽认知边界，再辅以全过程、多维度、公平公正且充满温度的人本关怀式评价，无疑将在培育新时代小学生核心素养方面产生持久且深远影响。当然，每一种策略都需要因地制宜，根据学校条件、生源结构及时调整细节并持续优化实施路径，以确保理论落地生根并结出丰硕成果。在今后的研究实践中，应继续探索更多创新方法，以进一步完善我国小学体育教育体系，为青少年身心健康发展保驾护航。

参考文献

- [1] 张丹, 艾雅琴, 宋寒冰, 魏琨, 李超凡. 基于核心素养的学校智慧体育教学环境应用研究 [J]. 体育教学, 2023 (08): 75-77.
- [2] 刘丹. 基于核心素养导向下的中华武术精神与小学体育教学的融合 [J]. 武当, 2024 (09): 65-67.
- [3] 孙梦如. 小学体育教学与素质拓展训练的融合探究 [J]. 体育风尚, 2023 (08): 128-130.