

小学体育教师专业发展与素质提升策略探讨

闫德君

大连市甘井子区港湾小学

摘要：小学体育教师是落实“健康第一”教育理念、推动学生全面发展的关键支撑。在“双减”政策和核心素养导向下，体育课程的重要性日益提升，对体育教师的专业能力与育人素质提出了更高标准。当前，小学体育教师普遍面临专业理论薄弱、教学方法单一、发展机制缺失等现实困境，限制了体育课程价值的充分发挥。本文聚焦小学体育教师队伍建设问题，从教育理念更新、教学技能提升、综合育人能力强化、支持机制完善与职业认同感重建五方面入手，提出多维度、系统化的发展策略。文章强调，教师需转变观念，深化课程理解，增强课堂组织力与教育引导力，并通过制度保障推动专业成长，形成具有实践性和可持续性的专业发展路径，以适应新时代小学体育教学改革的需求，促进学生全面发展和学校体育质量的协同跃升。

关键词：小学体育教师；专业发展；素质提升；教学能力；策略探讨

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.08.233

引言

在当前“德智体美劳”全面发展的教育体系中，体育教育作为“五育并举”的重要组成部分，其育人功能被重新认识与重视。小学体育阶段处于学生身体素质、习惯养成和心理品质初步塑造的关键期，体育教师不仅承担技能教学任务，更要在价值引导、情绪管理、社会性培养等方面发挥作用。现实中，许多小学体育教师由于专业起点低、发展支持不足，在教学内容、方法与学生实际之间存在不小落差，难以满足“双新”背景下对核心素养落地的要求。此外，体育教师在教育队伍中的边缘地位和专业认同感缺失，也影响了其教学积极性与自我发展动力。因此，必须系统审视小学体育教师在职能力结构，明确其在新时代教育体系中的角色转型路径，并依托多元机制搭建成长平台。本文将围绕“小学体育教师专业发展与素质提升”的核心问题，提出具有针对性的路径策略，强化教师专业性与时代表达力，为基层体育教育质量提升提供理论与实践支撑。

一、更新教育理念，推动体育课程育人转向

（一）重塑“健康第一”理念在课堂的实践价值

小学体育教师首先要转变对“体育课即运动课”的狭隘理解，树立以学生发展为核心的教学观，将“健康第一”理念贯穿课程设计与课堂实施全过程。要将身体锻炼与心理健康、社交能力等多元素养融合，引导学生从被动参与到主动探索。教学中应注重创设生活化、趣味化的情境，使学生感受到体育活动的意义与乐趣，进而形成持久的体育参与习惯。同时，还需结合学校整体教育目标，通过课前动员、课后总结等环节，引导学生在运动中增强规则意识、尊重意识与集体认同感，提升

体育课程的教育深度。此外，教师应通过日常语言、行为示范和课堂组织，让学生在潜移默化中形成积极的运动价值观，培养对体育活动的内在热情与健康责任感，使健康教育理念不仅落地于课堂，更扎根于学生的生活方式中。

（二）深化课程标准理解，优化教学内容结构

教师应全面掌握《义务教育体育与健康课程标准》中的学段目标、核心素养要求及课时安排指导，从“运动能力”“健康行为”“体育品格”等方面构建系统的教学内容。要打破传统以竞技项目为主线的单一结构，重视体能训练、学生兴趣与游戏性设计，探索多样化教学模块的组合方式，实现课程目标的精准落实。除此之外，教师还应关注不同文化背景下学生对体育活动的接受差异，适当融合民族传统体育内容，增强课程的包容性与多元性。同时，应加强课前教学设计、课中活动调整和课后反思分析的全过程联动，通过不断优化内容选择与组织方式，提升体育课堂的系统性、逻辑性与发展性，真正实现因材施教、动态推进的教学局面。

（三）提升课堂内容与学校德育目标的融合度

在贯彻新课标理念的同时，教师应关注体育教学内容与学校德育目标之间的协同性。通过设定具有教育意义的主题课程，如“挑战自我周”“规则意识月”等，引导学生在身体锻炼中树立责任意识、团队精神与规则观念。体育课堂不应是孤立的技能训练场，更应成为学生认知与社会性发展的交汇平台。教师应积极挖掘运动中的德育因素，提升体育课程的综合育人功能，使其成为德智体美劳融合育人的核心阵地。同时，还应联动德育处与心理健康教育资源，实现“体育+德育+心理”

一体化设计,拓宽育人效果的延展空间。在教学实践中,教师可通过组织学生进行角色扮演式游戏、规则设计挑战和集体协作项目,引导其在真实参与中体验并内化核心价值观,实现从外在规范到内在认同的转变,真正发挥体育教育润物细无声的德育功能。

二、强化教学技能,提升课堂实施力与创新力

(一) 优化教学组织策略,提高课堂效能

体育教学应注重教学情境的创设、组织形式的多样化以及学生主体地位的突出。教师需根据不同年龄段学生的生理心理特征,科学安排教学内容,掌握分组管理、课堂应变、时间控制等核心技能。通过设置任务目标、团队竞赛、小组挑战等形式,让学生在合作中成长,在体验中掌握运动技能,全面提升课堂效率与质量。同时,教师应关注课堂氛围营造与节奏调控,通过语言激励与正向反馈激发学生参与热情,形成积极、互动、高效的教学生态。

(二) 引入现代技术,拓展教学深度与广度

信息技术为体育教学带来新的可能。教师可运用视频录播、动作捕捉系统、AI评估工具等对学生的运动表现进行直观反馈,提升学习效果。通过网络平台共享课件、线上布置体能锻炼任务,构建课内外一体化学习结构。同时,可引导学生使用智能穿戴设备进行数据记录与运动追踪,培养其自主监控与调节身体状态的能力。借助虚拟仿真系统、运动情境动画等新媒体工具,还可让学生在无风险环境下掌握复杂动作步骤,提升技能迁移能力。

(三) 注重评价环节设计,提升学生反思与迁移能力

在教学实施中,教师不仅要注重技能的传授与活动的执行,更应强化课后评价与学习反思环节的设计。通过“自评+同伴互评+教师点评”的多元评价体系,引导学生识别自身运动能力的优势与不足,培养其自我调节和持续改进意识。同时,应结合日常教学情况设定“进步档案”“运动成长记录”等方式,将教学成果沉淀为学生成长的过程性证据,提升学习的连贯性与延展性,使体育教学成果向学生生活中自然迁移。此外,教师应鼓励学生定期设置运动目标与阶段反馈,建立自我激励与持续反思的体育学习机制,真正实现“教—学—评”一体化发展。

三、构建育人素养,拓宽体育教学的教育维度

(一) 增强体育课程中的德育渗透能力

体育不仅是体能教育,更是人格教育。教师应将尊

重规则、团结合作、顽强拼搏等体育精神自然融入教学环节。在组织游戏与竞赛时,关注学生的态度与行为表现,通过言语引导与情境设置强化正面价值观的传递。同时,可结合重大节日、运动会等活动,设计以“责任担当”“集体荣誉”为主题的德育课程,强化情感认同,使学生在竞技与互动中学会敬畏规则、尊重他人。尤其是在处理冲突事件或违规行为时,教师应善于引导学生进行反思与自我约束,在真实互动中实现德育目标内化。

(二) 关注学生心理状态,发挥体育调适功能

小学阶段是学生心理发展的敏感期,体育教师应关注学生情绪反应、社交困扰与行为异动等问题。体育活动作为压力释放与情绪调节的重要方式,教师应根据学生个体差异,合理安排内容与难度,营造安全、包容的教学氛围。对于存在焦虑、自闭等心理倾向的学生,应及时与班主任、家长联动,发挥多元协作的支持机制,保障学生心理健康发展。同时可结合体适能测试与健康观察表,建立学生情绪波动档案,辅助识别早期心理问题线索,并通过体育活动中的角色任务调整实现干预。

(三) 提升教师沟通引导力,强化情感联结机制

体育教学的本质是一种以身体互动为基础的情感教育过程。教师在教学中应不仅是技能的传授者,更是学生成长中的“情感陪伴者”。教师要通过倾听、交流、正向反馈等方式建立与学生之间的信任关系,使体育课成为学生情绪表达与心理安全的“出口”。特别是对于内向、胆怯或逆反的学生,应通过“个别关注—正面强化—逐步融入”的过程进行引导,激发其参与热情和表达意愿,推动个体在心理层面的积极成长。此外,教师还应结合“情境教学法”与“体验反思法”提升互动质量,使体育教学过程成为学生进行自我认知、同伴理解与情绪调整的社会性平台。

四、完善支持机制,夯实专业发展平台基础

(一) 构建系统化教师培训路径

培训机制应突破“一刀切”的短期集中模式,向周期化、分层分类、实践导向方向发展。建议设立“体育教师成长阶梯”,分别为新入职、骨干、名师阶段提供定制化内容,如教学技能研修、案例研究工作坊、师德素养提升等模块。同时,推动线上线下融合培训,构建“专家讲座+微课学习+教研互评”复合体系。通过动态评估参训效果,确保培训资源真正转化为教师教学力的提升。此外,鼓励“跟岗学习”和“模拟教学训练营”形式,以沉浸式学习提高实际教学应变与设计能力。

（二）加强校本教研与专业共同体建设

学校应建立常态化体育教研制度，组织教师围绕教学难点、课程设计、教学反思开展专题研讨。鼓励成立“体育主题学习团队”“教学互助组”等，推动经验交流与成果共享。区域层面可推进体育联盟校合作，建设资源库、案例库，构建区域体育教师发展共同体，打破资源壁垒，激发集体成长动力。借助教育行政部门的统筹协调，也可实现城乡之间的资源互补与均衡发展，尤其对偏远地区教师提供远程教研支持，增强基层教研活力。

（三）建立教师发展激励与反馈机制

支持机制的有效运行，离不开科学的评价反馈和激励导向。应在校内建立体育教师发展档案，记录其教学改进、专业研修、学生评价等内容，作为职务晋升与岗位安排的重要依据。同时，设立“教学突破奖”“教研创新奖”等专项荣誉，增强体育教师对专业成长的归属感与成就感。学校还可定期召开“成长述职”或“教学复盘会”，搭建教师展示与互评的平台，促进反思性成长与同伴互助。此外，应通过建立教师心理支持通道和职业倦怠识别机制，为教师持续发展提供情绪与精神保障，使其在稳定、尊重、激励的环境中实现长效成长。

五、重建职业认同，增强体育教师发展内驱力

（一）改革评价机制，建立多维绩效体系

体育教师的教学质量评价应多元化，不再仅以学生竞赛成绩为唯一指标。应从教学设计、课堂表现、学生反馈、专业成长等方面综合评估，注重日常教学质量与长远发展潜力。建议设立体育教师“成长记录袋”“教学成效档案”，纳入年度考核体系，提升教师参与度与获得感。绩效反馈应关注教师阶段性进步，避免片面结果导向，推动教师形成正向成长动力。评价机制中还应引入过程性观察和定性评价，如学生体育素养提升情况、课堂气氛构建水平等，使评价更具人文温度与专业信度。对在健康教育、心理支持等方面表现突出的教师，也应设置专项评价与奖励通道，全面激发教学积极性。

（二）营造尊重文化，提升职业荣誉感

学校文化中应强化对体育学科与教师的正面评价与价值认可。通过设立“最受欢迎体育教师”“育人榜样”等荣誉激励机制，展示其专业成果与育人成效。学校可借助公众号、校园电视台等渠道宣传体育教师典型事迹，营造尊师重教的校园氛围，让体育教师感受到社会尊重与岗位成就。相关做法还应延伸至家长群体与社会层面，增强公众对体育教学价值的理解。尤其在校际交流、社

区联动活动中，应给予体育教师代表性角色，使其在外部环境中获得更强的专业自信和社会认可。此外，校领导应定期组织“体育教师经验分享周”“育人故事沙龙”等活动，从组织制度层面正向建构职业文化氛围。

（三）完善职业生涯规划，提升发展可预期性

建立清晰的职业发展路径是增强体育教师内驱力的关键。教育主管部门应联合学校制定阶段性发展目标和支持计划，涵盖职称晋升、岗位轮岗、教研职务承担等方面内容。教师应能看到从“初任教师”到“教学能手”“教研带头人”再到“名师”的成长轨迹，并获得必要的政策与资源保障。同时，学校可通过定期开展职业规划辅导、经验交流沙龙等活动，增强教师对个人未来发展的信心与掌控感，让体育教师在专业成长中不断积累价值感与自我认同。对于年轻教师，应有“入职三年发展跟踪计划”；对于资深教师，应提供教研课题主导权和课改参与机会，确保不同阶段教师都能找到适配的职业跃升空间。

结语

小学体育教师的专业发展与素质提升是推进素质教育和实现学生核心素养落地的关键。面对“双新”政策导向和教育现代化要求，体育教师不仅要提升专业能力，更要拓宽育人视野，适应课程改革的新内涵与新使命。本文从理念、能力、机制、文化等五个维度提出具体策略，强调以系统性思维引导教师成长，以实用性平台支撑教师实践。小学体育教育已不再是边缘课程，其专业性与育人性日益凸显，体育教师也必须从传统“技术型岗位”向“复合型育人角色”转变。今后应进一步健全支持体系，强化政策保障与资源投入，使小学体育教师能够在有尊严、有认同、有希望的职业环境中，不断追求卓越，促进基础教育健康均衡发展。只有教师成长与教育使命同频共振，体育课程才能真正焕发应有的价值光芒，托举起新时代学生的全面发展之基。

参考文献

- [1] 李爽. 高质量发展视域下小学青年体育教师专业成长策略[J]. 辽宁教育, 2024(16): 59-61.
- [2] 徐正可, 李宇海. 系统论视角下我国中小学体育教师素质培育体系构建研究[J]. 体育科技文献通报, 2024, 32(4): 230-232.
- [3] 宋佳辉. 基于新时代简析中小学体育教师核心素养的发展策略[J]. 智慧少年, 2024(3): 0135-0137.