

初中体育教学中培养学生核心素养的实践研究

王现德

苏科大附属彩香实验中学 215006

【摘要】随着当代教育环境的改变,我国对于学生的全面发展愈加重视,教师在日常的教学工作中要着重培养学生的核心素养,这对于初中阶段的体育教学来说也是一样的。由于初中生正处于身心发育时期,所以在这一时期要加强对他们进行体育锻炼,增强身体素质。然而在实际的授课过程中,很多中学体育老师都没有注意这个问题,致使学生缺乏对体育课程学习的兴趣。因此教师在开展体育教学工作时,要以提高学生的核心素养为思想出发点,从理论教学与实践教学两方面入手,营造良好的学习氛围,从而达到促进学生全面发展和健康成长的目的。

【关键词】初中体育教学; 核心素养; 实践研究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.02.029

引言

为了让初中生的身体素质得到提高,教师在教学中应在模式上做出革新,以此有效培养学生的体育运动意识。通过这种方式来提高他们的运动能力以及锻炼技能水平,进而使得他们能够养成良好的体育锻炼习惯。另外,对于体育教师来说,应积极将素质教育融入日常的教学活动当中去。因此,作为教育工作者,我们要全面分析体育教学的内实特点,并根据实际状况去开展对应的体育教学工作,从而让学生的体育综合素质得到切实地提高。

一. 核心素养的具体意义

通俗地讲,学生的核心素养是指学生在知识、技能、情感与价值观等方面的诸多能力的总和,对学生核心素养的研究是为了确保学生个体能够适应未来的社会环境。而这一理念的出现则是由美国教育家布卢姆于20世纪50年代提出来的,他认为:教育就是为了满足个人不断变化的需要,让每个人能够自由地选择适合自己的生活方式。这一概念提出的关键词主要有两个:一是个人对未来社会的适应,二是全面的发展。对于体育学科而言,培养学生核心素养主要体现在情感性格、学习态度、运动能力、运动习惯等,所以在体育教学中学生核心素养培养应从上述几方面进行。

二. 当前初中体育的教学现状

在初中的教学过程中,经常会有学生因课程繁忙以及懒惰等原因而对体育教学产生厌恶感,而单一的跑步、跳绳、做操等教学任务不仅无法激发学生对体育学习的兴趣,而且不利于师生之间进行有效的情感沟通,从而导致整个教学氛围较为沉闷。教师在制定教学方案时,应该考虑学生的个性发展以及主观感受,将学生作为课堂的主导者,这样才会使其配合体育课程任务的进行,以此得到体育核心素养的有效提升。

三. 初中体育教学中培养学生核心素养的具体实践路径

(一) 培养学生的体育品德

在初中体育的教学工作中,教师要想有效发展学生的核心素养,就需要对教学思路进行拓张。首先,要把体育品德

放在教学的第一位,体育品德在核心素养中占据了很大的比重,因此我们可以合理利用比赛,使学生在参加或观赏比赛的过程中促进体育品德的形成。

例如教师给学生设置4×100m的接力比赛时,可先给学生系统介绍竞赛内容及竞赛规则,使他们充分掌握规则后进行合理分组竞赛。在此过程中,教师便可以将“友谊第一、比赛第二”的体育品德融入到接力比赛之中,在潜移默化中促进学生养成顽强奋斗的优秀品质。学生在比赛过程中也会逐渐明白团结合作、互助互爱的重要性。

老师要善于把握教学契机,使学生更积极主动地进行学习,做到将体育品德渗透于比赛的全过程,而接力比赛更是考验了学生的团结意识,这种教学手段对于传统教学模式而言更具有启发性,在促进体育核心素养。

(二) 端正学生的学习态度

在日常的教学过程中,教师要着重培养学生的学习态度,良好端正的学习态度会让教学任务事半功倍,因此,教师可以将学生对体育的兴趣作为切入点,使他们在学习过程中感受到快乐,进而爱上体育锻炼,这样就会确保其学习态度得端正。逐渐培养其拥有端正的学习态度之后,还必须具备好的体育精神才是更为深刻的学习成果,如:通过体育学习使学生养成坚韧的意志力,良好的团结协作能力和勇于拼搏奋进的精神等,而这些正是体育品格所包含的内容。教师也可以在日常的教学过程中布置富有挑战性的内容,培养学生勇于挑战的精神,借助团体类活动来培养团结合作的精神。

(三) 锻炼学生的运动能力

初中时期的学生,身体以及心理方面还尚未成熟,学生的身体素质参差不齐,例如有些学生的基础比较薄弱,在进行体育课程中的训练时难以紧跟老师的授课节奏,从而影响了教学课堂中的效率。锻炼学生的运动能力是培养其核心素养的重要手段之一,要想提高学生的运动能力,就必须先将核心素养的教学观念融入其中,增加课堂的趣味性,提高学生的运动能力,如篮球、排球等项目可以有效地锻炼学生的

身体素质。同时，老师还可以借助游戏教学法来增强体育课堂氛围，激发学生的学习兴趣和积极性，提高课堂教学的质量，更能促进他们的健康成长。

初中阶段，学生的各项身体技能就行初春的嫩芽一样绿意盎然，教师要善于抓住这一契机培养学生拥有良好的运动能力，并最终促进核心素养的提高。

比如老师在给学生做50m短跑的时候，老师首先可以给全班同学合理地分组，每8名同学一组，并且精确地记录下每一个同学跑的总用时，这类短距离的跑步项目需要学生对跑步节奏、冲刺路段、能量消耗进行合理掌控，长此以往的日常锻炼可以使学生有效培养学生坚实的身体机能。另外，对于体育教学而言，其主要目的在于提升学生身体素质，因此除了课堂的教学任务，教师还可以在课余时间中带着学生做简单的放松操，培养学生养成良好的锻炼习惯和意识，从而达到终身受益的效果。

（四）促成学生的日常健康行为

体育教学工作与日常生活之间存在着千丝万缕的关系，教师在教学中应善于将学生引导到生活中去学习体育知识。尽管体育教学工作的实践性很强，但教师同样要注重理论的教学，要想有效提高学生的核心素养，就需要教师运用理论教学加以辅助，传统的理论教学太过枯燥无味，难以引起学生的关注和重视，这就需要教师利用讲座、会谈等方式来对学生进行体育与健康知识的传输，最终养成健康行为。

一般学生对健康知识的不了解是因为教师的忽略。健康知识在学校体育教学中占有重要地位，很多同学都喜欢进行体育锻炼，但是由于缺乏相关的体育知识，例如：篮球技术、篮球运动、接球和断球等，经常会出现这样那样的问题，以至于有的同学不能很好地完成训练。同时，教师也要注意场地器材等方面的准备工作，避免安全隐患。

比如老师可以经常在学校举办一些与跑步锻炼有关的演讲来介绍慢跑的各大好处，例如增强体质，预防心血管疾病、使情绪保持愉快，以此来呼吁学生在日常生活中要养成运动的习惯。同时也要讲解慢跑时需要注意的各种问题，使同学们能够掌握正确的运动知识，避免在运动过程中受到伤害。

此外，作为一名体育教师，不仅要有丰富的教学经验与专业知识，而且要有良好的品德素养来对学生进行价值观的合理引导。在初中时期对学生进行“三观”教育，可以使其形成良好的道德品质，促进学生的健康成长。因此教师要在授课工作中要善于反思、改善不足、不断完善自己，从而为学生体育核心素养的发展打下坚实的基础。

（五）塑造学生的终身体育观

在日常的教学过程中，要想将学生发展的核心素养融

入到初中体育的教学课程中，就必须使学生建立起终身体育观。

在目前社会快速发展的大环境之下，人们的生活质量得到了明显的提高，同样，学生在当代社会中也需要面对各种各样的诱惑与挑战，因此学生应该学会运用体育活动来调节自己的心情。通过体育运动可以帮助学生解决心理问题，树立终身体育观以及有效转变学习方式。教师应利用闲暇时间指导学生进行体育运动，促进其身体的健康发展。

教师还可激励学生参与“运动每一天”的手抄报，使他们在实践中形成正确的认知，从而为体育核心素养的发展提供了保障。

在日常的教学过程中，教师要建立积极乐观的教学态度，消除学生对于运动的恐惧感。在进行体育训练时，一些高强度运动如长跑、引体向上等会使学生会产生紧张、害怕等不良情绪。教师应传输“尽力而为”的乐观心态，在此基础上，教师也应该以正确的视角来审视学生间的差异性，对一些基础薄弱、身体素质差的学生进行心理疏导，克服心理恐惧，使他们能够以更自信的心态去面对体育学习并掌握正确的体育运动技巧。

在现代社会中，人们面临着越来越大的竞争压力和挑战，而体育运动能有效地减缓这种消极情绪。根据科学研究证明，适宜的体育运动能减轻人们心中的忧虑，恐惧和其他不良情感，使人们形成积极乐观的态度。因此，教师要积极树立终身体育观，帮助学生形成良好的健康生活方式，促进他们身心健康发展。让学生了解通过参与体育运动能够有效地降低血压、控制糖尿病和骨质疏松等疾病的发生。例如：在教学过程中，教师可以将体育知识融入日常的教育教学任务当中，组织开展丰富多彩的课外活动，让学生有更多机会进行课外锻炼；鼓励学生参与体育竞赛等。教师也可向学校提出组织手抄报或征文比赛“体育锻炼从我做起”，并从中实施对学生体育核心素养的培育。

结束语

发展学生的核心素养在落实素质教育中有着重要作用。因此，相关教育工作者应对其进行深度研究与探讨。在现代的社会大环境中，人们对人才鉴定的标准也在不断提高。而体育核心素养的融入可以有效培养学生良好的身心素质和积极心态，为他们将来的生活工作打下坚实的身体基础。因此在初中阶段加强学生的体育教育是非常有必要的，这就要求相关体育教师更新自身的教学观念，转变教学方式，以此来提高日常的教学质量。

参考文献

[1]张军.初中体育教学中培养学生核心素养的实践探究[J].考试周刊,2019(67):127-128.