

基于体育学科核心素养的高中体育教学策略研究

潘柏榕

白城毓才实验学校

[摘要]体育在高中教育体系中是非常重要的学科内容，其在高中生身体以及心理健康发展与成长上起到至关重要的作用。高中校领导及体育教师要对体育教学的改革予以高度的重视，从高中生体育核心素养发展的角度对体育教学形式、教学目标予以创新与改进。体育核心素养是高中生长远发展过程中需要具备的重要素养，文章以培养学生体育核心素养为研究背景，分析了创新体育教学方法的策略以及改进体育教学评价的方法，以期为实现创新高中体育实践教学提供有效参考。

[关键词]体育核心素养；高中体育；素养；方法；评价

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.04.209

引言

体育核心素养是高中体育教学中人才培养的主要目标，包括体育运动能力、健康知识、体育精神以及运动习惯等等，其可以促进学生体育学生质量的提高，也能推动高中生终身健康成长与发展。以往高中阶段教育中由于面临严峻的升学压力，学校师生均对体育课程不够重视，影响了学生体能素质以及心理素质的健康发展，一方面会阻碍学生自身身心成长，另一方面也会让学生学习质量受到影响，因此，高中学校师生要认识到体育教学以及体育核心素养培养对于高中生学习与成长的重要价值和作用。

一、创新方法，培养学生体育运动兴趣及能力

培养高中生体育运动兴趣和体育运动能力是体育核心素养中相对基础的部分，二者也具有一定的连带关系，学生产生运动兴趣会在一定程度上调动体育运动的积极性，实现提高学生的体育运动能力。以往单一枯燥的体育教学形式让学生对体育运动缺少兴趣和积极性，体育教师应结合高中生的运动兴趣创新体育教学的方法，实现对学生运动兴趣的激发与运动能力的指导和培养。

1. 游戏教学法

游戏具有一定的趣味性和竞争性，会激发高中生的参与兴趣和好胜心，体育教师要利用游戏的特点及优势，将游戏元素融入体育运动项目教学中，借助趣味的游戏教学来提高学生体育运动的积极性。在应用游戏教学法时也要有针对性，针对不同的学生群体或者不同的体育教学项目，选择合适的游戏教学方法，使游戏教学的优势能够最大程度的发挥出来。例如：在进行有关篮球教学中的“原地单肩上投篮”的运动技能教学与训练过程中，班级中的男同学表现的比较积极，学习热情也相对较高，但是女同学表现出的积极性相对较差，甚至部分女同学表现出了比较抵触的学习情绪，主要是因为女同学本身相对男同学的身体素质差一些，运动能力比较弱，原地单肩上投篮对她们来说难度较大。为了激发女同学对这项运动的学习兴趣，体育教师可以专门针对女同学开展游戏教学法，比如教师在班级中说：“同学们，像不像看看女同学之间关于投篮的比赛？”学生都给

予了比较强烈的反馈，女同学心中的运动激情也被点燃，在以对抗比赛为核心的游戏教学中，女同学的好胜心被激发，表现出自己最高的运动水平，在对抗比赛以及自主练习中不断提升了女同学的体育运动能力，完成了培养学生体育运动兴趣和体育运动能力的这一核心素养培养目标。

2. 合作学习法

高中学生在身体素质上存在很大差异，在体育教学中，培养学生的运动能力需要结合学生自身的身体素质开展个性化教学，但是课堂教学时间较短，体育教师在体育运动技能指导以及运动能力训练的过程中很难兼顾每一位学生，这样会在一定程度上影响高中生体育运动的自信心。体育教师可以通过开展合作学习法的方式，使学生在小组成员的帮助下，找到更适合自己训练的学习方法，不断增强学生体育运动的自信心，最终实现循序渐进的提升体育运动能力和水平。例如：在进行“铅球”这一运动项目的教学中，体育教师现在课堂教学上对学生进行铅球运动技巧的指导，包括每一个动作的要领，可以通过动作的示范，让学生认真观察与模仿，保障班级中能够有一部分学生以及完全掌握铅球运动的相关技能后，将学生按照运动水平高低分成不同级别，再对各级别学生做好科学的分组，各小组中运动能力最强、技能掌握最好的学生，带领组员共同做好有关铅球运动项目的训练，比如可以通过手把手的指导动作，使小组其他成员能够准确的掌握扔铅球的姿势以及手上的发力点、脚上的发力点以及躯体上的发力点等。合作学习中是一种学生教学生的教学方法，教者能够在反复指导其他组员的过程中更加扎实的掌握运动技能，而学者在同学比较通俗的语言表达以及技能指导下更能深入理解和掌握铅球的运动技巧，实现班级中学生运动能力的整体提高。

二、积极引导，培养学生终身体育意识及习惯

培养学生养成良好的体育运动习惯能够促进学生终身体育的健康发展，高中体育核心素养培养中要注重引导学生形成正确的体育观，促进学生日常生活中体育运动习惯的养成，满足全民体育、终身体育思想对高中体育教学提出的要求。让学生准确认知与了解体育运动对自身学习和成长的价值。

值和作用，并让学生准确的了解自身体能素质的现状，是激励学生积极进行日常体育运动锻炼的重要途径，体育教师可以从体育运动重要性的灌输以及引导学生准确认知自身体能素质发展情况，从而实现对学生体育运动习惯以及终身体育意识的培养。例如：体育教师在阶段性的体质健康检测过程中，要加大对学生体质健康发展重要性的灌输，同时要针对学生的体质健康检测结果给予总结性的分析和引导，使学生能够正确认知与了解自身的体质健康发展状况，在教师的建议下能够自主开展日常化的体育运动训练。比如完成一次体质健康检测后，体育教师可以这样引导学生：“这一次的体质健康检测结果已经分享给大家，与上一次的检测结果相比可以看到，大部分学生的体质健康已经有了明显的下降，这意味着学生的身体健康水平下降了，身体的机能以及免疫能力不如从前了，同时也会影响同学们文化课的学习，因此，针对这一情况建议同学们在课余时间能够加强体育运动锻炼，争取在下一一次体质健康检测时能够提升整体的体质健康水平。”在言语上健康的总结与建议后，体育教师可以认真的针对学生的情况制定课后体育运动方案，给学生作为参考，学生本着对自己负责的态度也会积极主动的进行课后的体育运动训练，使学生逐渐形成良好的体育运动习惯以及终身体育的体育素养。

三、德育渗透，培养学生良好的体育品德素养

体育核心素养是学生由内而外的一种精神品质的提升，培养学生的体育品德素养是体育核心素养培养中的重要内容，但是这种体育品德素养的培养并不是在体育教学中教师三言两语的教育与灌输就能达到效果的，而是需要学生能够在真实的教学情境中，通过真实的体验、经历与感悟而逐渐形成的，体育教师可以通过创建合适的教学情境，引导学生用心体验与感悟，最终实现提升学生的体育品的素养。例如：在进行有关“排球”运动项目的教学中，体育教师可以按照国家队或者俱乐部的形式为学生构建教学情境，将班级的学生分层两组，分别代表两个不同的国家队，或者代表两个不同的俱乐部，各组学生可以在一起为自己的俱乐部取名字、定口号，并根据国家队以及俱乐部的规模对组员进行角色分工，比如有的学生扮演队长的角色，有的学生扮演裁判员的角色，有的学生扮演记录员的角色等等，并根据自己所扮演角色的职能，学习相关的体育运动技能和体育知识、竞赛规则等。使学生在在学习体育运动项目的同时能够提升自身的责任心，认真扮演好自己的角色，负责好自己所承担的责任。在经过一段时间的教学、指导与训练后，体育教师组织两个队伍进行比赛，关于这场比赛的策划、组织、实施以及赛程讲解等都是由学生自主完成，使学生能够了解在体育运动中不同角色的职责与辛劳，最终能够在成功中收获喜悦，也能够失败中增长经验，在教师的引导和教育下，

使学生能够正确的对待比赛的输赢，深入的体验与感受比赛过程中团队合作中收获的友谊，从而有效提升学生的体育品德素养。

四、完善评价，培养学生的核心素养全面发展

体育教学评价阶段是促进学生自我反思以及为学生提供客观合理的体育运动指导建议的关键阶段，对促进学生体育核心素养的全面发展有重要作用。体育教师要转变传统的体育教学评价方法，重视多元化的体育教学评价体系的构建，比如这对学生的体能情况以及体育运动能力水平，为学生制定层次化的体育发展目标，这样在进行体育教学评价的过程中，能够根据学生的实际情况，对应相关目标予以科学的评价与指导。此外，体育教学评价不能只局限在学生最终的体育运动水平的评价上，还要关注学生的体育学习与训练的态度，学习与训练的过程以及学生的进步情况，比如部分学生体育运动水平和能力较差，但是在体育学习与训练的过程中态度十分端正，表现的也非常积极，这就应该给予学生肯定与表扬。

结语

综上所述，核心素养背景下，高中体育教学要做出相应的创新与改革，传统单一的体育运动技能指导并不能更好的实现高中生良好的体育习惯的养成以及终身体育意识的形成，也无法全面提升高中生的体育精神和品德素养，基于此，高中体育教师要迎合新课程改革的相关要求，将体育核心素养作为教学的核心目标，通过丰富教学形式提高学生体育运动兴趣的同时，培养学生良好的体育运动能力，借助积极的引导以及德育渗透，使学生养成良好的体育运动习惯和品德素养，最终实现推动高中生体育核心素养的全面发展。

参考文献

- [1]薛新拾.基于学生核心素养培育的高中体育课堂教学策略研究[J].当代体育科技,2019,(29):83-84.
- [2]王洪兆.论如何在高中体育教学中培养学生的学科核心素养[J].科学大众(科学教育),2019,(09):32.
- [3]李慕.新课标背景下在高中体育教学中渗透学科核心素养探究[J].科教文汇(中旬刊),2019,(05):163-165.
- [4]李倩倩,辛艳军.基于学科核心素养下高中体育教学的思路与方法创新[J].当代体育科技,2019,(08):86-87.
- [5]陈雪.高中健美操培养“体育核心素养”的教学策略研究[J].运动,2019,(04):110-111+67.
- [6]戴燕,辛艳军.基于学生核心素养培育的高中体育课堂教学策略研究[J].体育世界(学术版),2018,(08):135+128.