

# 基于 OBE 理念的高中体育与健康课程教学分析

崔国兵

夏津第一中学

**摘要：**在教育改革事业不断推进的环境下，教育领域也涌现出了多种教学思路，这为教育改革深化提供了强有力的支撑。OBE 理念就是这一环境下的产物，其也可以称之为成果导向教育，是一种以关注学生学习成果及最终能力体现的全新教育理念，将其应用于高中体育与健康课程教学中，有助于学生全面发展。为此，本文也就基于 OBE 理念的高中体育与健康课程教学展开了实践分析，希望借此来为学生打造出一个优质且高效的体育与健康课程教学。

**关键词：**OBE 理念；高中；体育与健康

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6288.2025.08.080

## 引言

成果导向教育（OBE）理念最开始出现于西方国家，该理念认为“追求卓越”是教育正确方向，近年来在我国教育体系中广受关注。高中体育与健康课程是助推学生全面发展的重要课程，不仅承担着在培养学生运动技能的重要责任，同时也承担着强化学生健康意识、体质的重要职责。尤其是在教育改革不断深入的环境下，该课程教学目标也呈现出了多样化、全面化的发展趋势，教学目标的变化自然需要匹配契合的教学方式，基于 OBE 理念的高中体育与健康课程教学，则能提倡以能力与产出、个性与发展来为学生开发优质课程，从而有效促使体育与健康课程教学目标真正落实于教学各环节中，以此来切实提升人才培养质量。

## 一、OBE 理念相关概述

### （一）内涵

OBE 是产出导向教育的简称，该教育理念具有较为悠久的历史，可以追溯到 20 世纪 -90 年代，是北美地区较为盛行的一种教育理念。斯派蒂有在研究过程中对 OBE 理念进行概述，其认为 OBE 主要指的是清晰地聚焦及合理地组织教育系统资源，借此来让整个教学活动能够有效引领学生得到发展的一种教学实践<sup>[1]</sup>。对比其他教学方式，OBE 理念可以说是一种以学生为中心、对整个培养过程进行跟踪，同时多维度对人才培养质量进行评价的开放式教育理念，其核心思想就是为了能够更好地促使学生知识、技能及素质得以提升，需要教师在教学过程中真正加大对学生发展的关注，让学生在获得相关技能及成功体验，而非教师教什么、学生就学什么。在高中体育与健康教学过程中应用 OBE 理念，需要教师在教学过程中重视教育目标的导向作用，尽可能为学生提供丰富学习资源，同时结合学生不同发展需求采用灵活且多样化的教学方式对学生进行教学，这样才能真正有效促进学生发展。

### （二）应用价值

基于 OBE 理念的高中体育与健康课程教学是对传统教学模式的革新，在提升教学质量、促进学生发展上具有较为显著的价值，主要体现在以下几个方面：首先，能够更好地达成体育与健康课程教学目标。传统模式下的高中体育与健康课程教学，大多是以学科作为导向，然后再按照课程教学目标对学生展开的教学，课程教学模式可谓是一种静止、封闭式的模式，忽视了学生发展需求。基于 OBE 理念的高中体育与健康课程教学则有所不同，其整个教学设计及教学活动实施，都需要教师按照“反向设计”原则来推进，即要在确定人才培养目标的基础上，借助目标来明确学生体育与健康教学要求及标准，然后再基于此来为学生制定出相应的课程体系，真正从学生需求来确保整个体育与健康教学活动的合理性，这样就能在创新体育与健康课程教学的同时，有效促进学生成长，从而高效达成体育与健康课程教学目标<sup>[2]</sup>。其次，能够着重凸显学生主体地位。传统模式下的体育与健康课程教学，学生主体地位尚未得到有效凸显，大多是按照教师提出的运动及训练计划而推进的，关注的是学生运动技能提升。基于 OBE 理念的高中体育与健康课程教学则有所不同，其认为教学课程与教学成果之间具有较为紧密的联系，教师要在教学过程中坚持以学生为主体来为学生设计教学活动，即要按照学生体现出来的学习成果来对整个课程教学活动进行优化，这能最大程度激发学生学习兴趣，有效促使学生主体地位得以凸显，从而真正提升高中体育与健康课程实施效果。

## 二、高中体育与健康课程教学问题

### （一）缺少个性化培养目标，学生兴趣不足

在创新型人才培养要求提出之后，高中体育与健康课程教学要求也有所变化，即要在教学过程中尽可能挖掘学生个性及潜能，以此来更好地助推学生个性化、多元化发展。可是，就当下高中体育与健康课程教学现状

来看,不少教师在教学过程中关注的都是学生体育技能的提升,缺少个性化培养目标,无法及时革新教学内容及教学方法,这种情况下学生只能按部就班的训练,无法真正有效培养学生学习兴趣,进而影响体育与健康课程教学价值得以凸显。

### (二) 重学科教学,忽视思政融入

在立德树人教育背景下,高中体育与健康教学不仅要为学生传授体育知识及技能,还需做好思政融入工作,加大对体育精神、体育品质的培养,这样才能更好地落实立德树人教育根本任务<sup>[3]</sup>。可是,就当下高中体育与健康课程教学情况来看,因为高中生即将面临高考,体育与健康课程教学课时本就较少,教师在教学中大多是让学生进行简单的运动,尚未深挖其中蕴含的思政元素,这种情况下体育与健康课程育人价值自然无法有效凸显,不利于学生全面发展。

### (三) 实践滞后于理念,教学单向输出

现代教育体系一直都强调学生课堂主体地位,要求教师在高中体育与健康教学过程中坚持以学生为中心开展教学活动,可是就其实践情况来看,虽然不少教师有意识到学生主体地位,真正在教学中却尚未有效落实这一理念,不少教师还是在教学过程中依照个人主观意识来对整个教学过程进行控制,在高中体育与健康课程教学设计及实施过程中,忽视了学生个人感受及反馈,最终影响高中体育与健康课程教学目标落实。

### (四) 评价体系单一,缺少针对性改进

在教学评一体化背景下,评价也成为高中体育与健康课程教学重要构成部分,合理的评价机制能够更好地促进教与学。可是就当下高中体育与健康教学评价体系来看,其大多是以平时考核与技术考核的方式来对学生学习情况进行评价,评价体系大多是以结果评价为主,而且评价标准及内容也较为单一,大多是偏向于量化考核,不利于学生综合素质提升,也无法有效凸显出课程育人功效。在这种缺少针对性改进的教学评价体系下,评价在高中体育与健康课程中的价值自然也就无法有效凸显,进而直接影响到了课程实施效果<sup>[4]</sup>。

## 三、基于 OBE 理念的高中体育与健康课程教学策略

### (一) 基于 OBE 理念,优化教学理念及目标

基于 OBE 理念的高中体育与健康课程教学活动要想有效开展,教师需要先革新教学理念,然后再基于 OBE 理念来对课程教学目标进行优化设计,这样才能为体育与健康教学活动有效开展指明方向。分析高中体育与健康课程教学情况即可发现,不少教师还是在教学过程中将学生体育知识及技能掌握作为课程教学主要目标,整个课程教学活动开展大多是以正向思维而推进的,这种教学理念虽然也能在一定程度上达成体育与健康课程教

学要求,可是却十分不利于学生发展。为此,高中体育与健康教师在基于 OBE 理念创新教学时,一定要先正确认识 OBE 理念内涵,然后再基于此来对课程教学目标进行优化设计,按照课程目标来对整个体育与健康教学实践活动进行优化,这样才能真正深化体育与健康课程改革,有效提升课程实施效果。首先,教师需要基于 OBE 理念所提倡的反向设计原则,从学生体育与健康课程学习成果、其它利益相关的实际需求出发来对现有课程教学目标进行优化设计,然后再从培养目标逐渐拓展延伸到教学实践、课程体系设置,这样就能以成果为导向的目标设计来优化体育与健康课程教学。其次,高中体育与健康课程教师还需要坚持以生为本的理念来对学生课程教学,在了解学生学情及需求的基础上,对体育与健康课程教学目标及活动进行调整,这也能进一步提升体育与健康课程教学效果<sup>[5]</sup>。

### (二) 基于 OBE 理念,重构体育与健康课程体系

基于 OBE 理念的高中体育与健康课程教学活动在开展时,教师还需要基于 OBE 理念来对该课程体系进行重构,这能进一步优化课程教学,有效助推学生成长。一方面,教师可以以能力指标作为指引来为学生营造良好的课程开发环境。高中体育与健康成果导向课程开发本就是一项系统化的工程,需要教师在教学过程中,以成果为导向来为学生开发出与成果导向教育相呼应的教学环境、认知环境、校园环境,这样才能培养出全面发展的人。为此,高中体育与健康课程在课程开发过程中,可以先将学生能力指标作为指引来对课程进行开发,尽可能改变以往局限于体育与健康知识讲解的单一功能,真正关注学生全身心发展,同时引入思政课程,以此来为学生构建出一个有助于学生全面发展的课程体系,这样才能真正优化教学,有效凸显出 OBE 理念在课程开发与建设中的积极作用。另一方面,可以聚焦最终学习成果来有效助推终身体育教学目标得以落实。高中体育与健康课程教学,本质上而言是将“生命为本”作为主线对学生进行身体素质、心理健康的教学活动,其主要目的就是为了能够促使高中生形成较为良好的体质、社会适应能力,同时树立起积极健康的生活态度及乐观向上的人格,以此来促进学生全面发展。为此,教师在基于 OBE 理念来为学生开发体育与健康课程内容时,可以聚焦这一最终学习成果来对课程教学内容进行调整,这样就能更好地助力于学生终身体育意识得以落实,同时还能促进学生学科核心素养得以发展<sup>[6]</sup>。

(三) 基于 OBE 理念,改进体育与健康课程教学方法

基于 OBE 理念的高中体育与健康课程教学活动在开展时,其强调的是基于目标导向来创新教学活动,所以

以往滞后、单一的教学模式自然无法满足 OBE 理念要求,教师需要在高中体育与健康课程教学实践期间,基于 OBE 理念来对课程教学方法进行创新,这样才能进一步提升课程实施效果。体育与健康课程可谓是一门实践性较强的课程,需要学生亲自参与到运动实践及训练中,而基于 OBE 理念的高中体育与健康实践教学活动的开展时,需要教师以成果导向为目标来创新教学方式,所以教师一定要准确认识 OBE 理念内涵及价值,并且以此作为导向来对课程教学方法进行优化及创新,这样才能更好地深化课程改革,有效提升课程实施效果。首先,教师在体育与健康教学过程中,需要先加大对体育与健康课程需要达成的最终目标进行分析,这是明确体育与健康课程需要达到什么样成果的前提,也是确保 OBE 理念在体育与健康课程实践中得以落实的关键。为此,高中体育与健康教师在教学过程中,可以在明确课程教学大纲基本要求的基础上,借助多种新型教学方式来为学生开展教学活动。如教师可以加大对项目教学法的应用,教学活动开展之前先对本次项目目标需要达成的运动技能或者是其他相关目标进行明确,然后再要求学生基于此自主规划、实施并且提交成果,这样教师即可基于学生项目成果及时检验学生课程学习情况,以此来进一步深化课程改革,最大程度凸显出 OBE 理念在高中体育与健康课程中的践行效果<sup>[7]</sup>。其次,高中体育与健康教师在基于 OBE 理念创新教学方法时,还需要重点明确课程之间所具备的相互衔接关系,以及不同课程内容之间的关联,然后再基于此来为学生编写出恰当的教学方案,以此来更好地助力于学生成长。最后,基于 OBE 理念的高中体育与健康教学,需要教师重视评价积极作用,评价以成果导向为评价标准来对学生学习情况进行评价,这样就能起到较为良好的以评促学、以评促教效果。

#### (四) 基于 OBE 理念,优化体育与健康课程评价体系

基于 OBE 理念的高中体育与健康课程教学活动的开展时,除了上述几点之外,教师还需要基于 OBE 理念来对课程评价体系进行优化与创新,这样也能进一步提升课程实施效果。OBE 理念是以成果目标为导向而展开的教学理念,其需要教师在教学过程改变以往单一的评价体系,借助综合评价体系来更好地助力于学生全面发展,以此来真正有效确保课程成果目标得以落实。为此,高中体育与健康课程教师可以从以下几个方面来对课程评价体系进行优化与调整:首先,评价标准多元化,教师可以基于教学改革指导纲要来对评价标准进行明确,而且还需要综合考虑学生学情发展实际及多元化需求,从

知识、能力、健康、行为这四个维度着手来对学生展开全面评价。其次,评价主体也需多元化,改变以往单一的教师评价主体,借助小组项目化学习来驱动学生组内互评、小组互评、学生自评,这样就能进一步凸显学生课堂主体地位,有效促使学生自我反思及调整,这样才能有效凸显评价作用。最后,评价方式多元化,改变以往单一的结果性评价方式,将过程性评价与结果性评价有效结合在一起,真正聚焦学生整个学习过程来对其展开全方位的评价,这样才能切实优化教学<sup>[8]</sup>。

#### 结语

综上所述,基于 OBE 理念的高中体育与健康课程教学是对传统教学模式的革新,能够在达成体育与健康课程教学目标的基础上,促使学生拥有多种运动技能,同时助力于学生终身体育意识形成。为此,高中体育与健康课程教师在教学过程中,一定要准确认识 OBE 理念内涵及价值,并且在教学过程中始终坚持“以学生为核心”的产出导向来为学生探索全新且优质的教学活动,同时对课程体系进行完善,这样才能有效将 OBE 理念育人价值有效发挥出来,以此来最大程度凸显出体育与健康课程育人价值。

#### 参考文献

- [1] 剧红梅,雷丹云,李明辉,等.基于 OBE 理念的大学体育课程思政教学改革探索与实践研究[J].体育世界,2024,(06):27-29.
- [2] 赖云帆,秦聪.基于 OBE 理念指导下对高校体育教育专业篮球课程教学改革的思考[J].冰雪体育创新研究,2023,(22):122-124.
- [3] 张豪,刘朝辉.基于 OBE 理念的高校体育课程教学改革与实践研究——以田径课程为例[J].当代体育科技,2023,13(27):52-55.
- [4] 宁丽娟,蔡云燕,周小丽,等.基于 OBE 理念的高校体育教育专业实践教学改革的思考[J].当代体育科技,2023,13(14):71-74.
- [5] 唐武松.OBE 理念下高校体育教育专业理论课程教学构建与实践——以教师素质养成课程为例[J].当代体育科技,2022,12(10):68-70.
- [6] 李真,李雪.基于 OBE 理念指导下的“人群营养”课程教学改革与探索[J].食品工业,2024,45(8):189-191.
- [7] 胡南南.OBE 理念下普通高中体育与健康课程体系建设初探[J].体育科学进展,2024,12(2):456-461.
- [8] 王平.基于 OBE 理念的体育教学论课程教学模式探索与实践[J].当代体育科技,2024(15).