

高职院校学生体育核心素养培养现状研究与分析

段瑞雪

长春师范高等专科学校

摘要:在我国基础教育全面进入“核心素养时代”的背景下,高职院校积极响应号召发展学生体育核心素养是贯彻国家教育方针,落实立德树人的根本任务,转化职校育人模式,促进学生身心发展的关键举措与迫切需求。本文通过对吉林省内各个高职院校培养学生运动能力、体育知识两大维度的现状进行分析。通过研究,运动能力的培养途径与内容的现状分析发现,各高职院校重点编排体育课程作为主要培养途径,教师普遍选择锻炼方法作为课程的主要内容。通过分析发现,为了提高学生的体育核心素养,需将理论与实践相结合的方式,即对学生的运动能力的发展以及体育知识扩展双向培养的方式下,才能更好地提升学生的体育核心素养。

关键词:体育核心素养;运动能力;体育知识

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2025.10.096

引言

新时期下,我国围绕核心素养的教育改革进程正在不断发展与深入,逐渐成为当下体育教育工作者关注的焦点,我国教育领域正式进入“核心素养时代”。2014年教育部制定的《关于全面深化课程改革落实立德树人根本任务的意见》正式印发,提出“各学段学生发展核心素养体系”、“研究制订中小学各学科学业质量标准”的新任务,以为以核心素养为目标深化基础教育课程改革指明了方向。2018年1月《普通高中体育与健康课程标准(2017版)》出台^[1],新修订的体育课程标准将学科核心素养贯穿整个标准,提出学科核心素养是学科育人价值的体现,学生通过学科学习而形成的正确价值观念、必备品格与关键能力。2022年4月,教育部再次印发新版《义务教育阶段体育与健康课程标准》,同样将培育学生的核心素养作为标准的核心,强调义务教育阶段各学段要围绕核心素养开展课程教学^[2]。在现代职业教育发展潮流下,体育核心素养的形成对于促进学生提升终身学习能力、培养职业技能应用与操作实践具有特殊意义^[3]。因此,本研究在以往研究基础上,对高职院校大学生体育核心素养的培养通过运动能力的培养以及体育知识的培养进行研究与分析。

一、运动能力训练现状分析

运动能力是高职院校体育课程最基础、最根本的培养目标,是体育课程对学生身体进行改造、锻炼与调整的过程,其中包含了体能、技能、竞赛与运动认知等众多内容,对促进学生养成终身体育锻炼习惯具有重要的现实意义。此外,近年来,我国青少年体质健康情况令人担忧,肥胖、近视、身体虚弱等各种亚健康深刻影响

我国青少年的健康成长。因此,高职院校体育课程应以培养学生运动能力为基础,不仅要传授专业的运动技能与专业知识,更要加强学生健康体质,帮助学生锻炼体能,使学生具备健康、强壮的身体,从而为更好地进行职业技术学习与技能操作奠定扎实的条件基础。

(一)运动能力培养途径分析

运动能力是高职院校学生体育核心素质发展的前提和基础^[4]。目前各院校在培养方式中不断增加新途径,如开放体育场所,成立体育训练队以及提供体育器材等。各院校积极响应国家对体育发展的重要意见,对学生体育的培养越发重视。现如今,各院校对运动能力的培养途径有着不同的方式,其中包括基础的体育课程、举办运动会、建立体育社团、提供体育器材、成立训练队等等。以下是对6所高职院校运动能力的培养途径进行分析。

通过调查,在6所院校中,100%的学校主要通过体育课程来培养学生的运动能力,可以看出体育课程是学校培养学生运动能力的主要途径。高职院校的体育课程承担着提升学生健康体质、锻炼学生坚定意志和培养健康生活方式的重担,体育课程是塑造学生的体能基础的必修课,体育课程的质量关乎着学生运动能力的发展。其中83%的学校建立体育社团,体育社团是学生参与课外体育活动的主要方式之一,促进了体育核心素质的发展。66%的学校组成了体育训练队。目前,大部分学校都有自己的专业培训团队,因其对身体素质要求较高,参与的学生较少。50%的学校组织学生观看了比赛。如今新体育媒体的发展为体育赛事提供了数字转化的能力,激发学生对体育运动的情绪体验和动机,为学生们提供

了更好的观感体验。80%的学校开放体育馆，学校在合理利用资源的同时，也为学生们提供了更多运动能力培养的机会。部分学校会引导学生参与新兴体育项目，学生可以在比赛中提高运动能力。在运动能力的培养途径中，各院校方式不一，体育课程仍是目前的主要途径，无论是哪种途径，最终培养学生的运动能力以提高体育核心素养为主要目的，所以运动能力的培养内容至关重要。

（二）运动能力培养内容分析

在运动能力的培养中，培养内容尤为重要。如今各院校以体育课程作为培养运动能力的主要途径，院校应在选择培养内容时，以核心要素为依据，不能只注重一些方面，要保障学生运动能力的全面发展^[5]。各院校的培养内容主要由体能、运动技能、健身方法以及其他内容。对100名教师进行调查，部分教师认为应提升学生的体能，还有部分教师认为应更多提升学生的运动技能，教师对授课的主要内容选择不一，以下是对运动能力培养内容的调查分析。

通过分别投票的形式，其中62%的教师选择了体能，选择运动技能的教师占75%，选择锻炼方法的教师占81%，7%的教师选择了其他内容。这与教师的运动能力培养设定的目标相关。体能是所有运动的基础，各个院校中的部分教师在教学过程中对学生的体能加强训练，以达到运动能力的效果。部分教师选择锻炼身体方法和运动技能方面作为培养内容较多。学生会科学的锻炼方法，能够帮助学生提升锻炼效果，形成良好的运动能力。目前，院校在选择培养内容时，应以核心要素为依据，高职院校的领导与体育教师应紧跟时代潮流，深刻把握体育核心素养的理念与精神，认真钻研体育核心素养的理论基础，从思想上重视体育素养的培育与发展，明确把握新时期高职学校围绕核心素养开展体育课程改革的重大历史意义与现实价值，在体育课程教学中实践体育核心素养的培育，强化学生职业发展与学习所必备的关键能力与必备品格，促进学生全面健康发展。

二、体育知识培训现状分析

高职院校学生更加重视器械与技术的操作，相对缺少精神文化的熏陶，这不利于高职院校学生的长远发展。体育文化对学生的熏陶深刻影响学生对体育运动的关注与实践，不同运动项目蕴含的体育文化元素表现形式存在一定的差异，对于学生的文化品鉴能力与体育精神塑造具有良好的促进作用^[6]。只有学生具有良好的认知能

力与精神感知能力，才能帮助学生在职业学习中不断深耕自己的专业，进而提升自己的技能与文化感知能力。因此，体育文化是高职院校在体育教学中应当重视的内容，使学生不仅能够了解、感知体育运动文化，甚至还能够将体育文化内化到自身的精神世界，提升学生对世界的感知与感受能力，是高职学生体育核心素养培养的重要环节。

（一）体育知识培养途径分析

在体育核心素养中，体育知识是其中重要的组成部分之一。拥有充分的理论知识才能够更好地进行运动实践，高职院校应重视起对学生体育知识的培养。随着网络的不断发展，培养体育知识的方式在不断创新，传统的体育理论教学仍是主流，而网络理论课程正快速崛起。

经调查发现，体育理论课程占比100%，各院校主要通过体育理论课程进行培养学生的体育知识。16%的学校通过体育广播和视频了解体育知识由于传授，学校的体育知识宣传力度较低。66%的学校通过网络理论课程的形式对学生传授体育知识，网络授课的方式较为新颖，学生可根据兴趣选择对应的体育知识课程，对不理解的知识可以反复观看，但目前网络课程仍存在内容较老等问题，仍需进一步改善。33%的学校举办体育知识演讲比赛，16%的学校进行体育知识竞赛。校园体育知识竞赛不仅引了学生的兴趣，同时提高了学生的关注度，还营造了良好的校园体育氛围，激发了学生的竞争能力。提高学生的体育知识，不仅仅是教师的责任，学校对体育的态度尤为重要。开展校园体育知识文化活动是能够使学生全面掌握体育知识的活动，在帮助学生掌握的同时，学生应主动提升体育知识的储备，在这样良好的环境下潜移默化地培养学生的体育潜力。如今，网络是学生日常生活不可缺少的一部分，学校利用现代化设施和条件开设网络理论课程，通过增加线上的体育理论课，不仅可以提高学生的体育知识，同时也可以弥补课时不足的问题。随着时代的发展，高职院校应改善传统的注重运动技能的培养方式，在培养过程中要提高体育理论课的比例，以达到理论与实践相结合的培养形式。教师应具备理论与实践并行的思想，体育知识与实践的比例要平衡，才能够提升学生的体育核心素养。

在对100名教师的体育知识培养途径调查时发现，25%的教师采用课堂交流方式，34%的教师选择了课堂考察的方法。大部分教师在课堂交流和课堂考察之间选择了课堂考察的方法，这种方法可以考查学生对体育知识

的掌握情况。在考察的同时了解学生对体育知识的应用情况。掌握体育知识的基础并不是简单的背诵,要灵活运用。18%的教师采用测试方式,15%的教师采用口头提问方式。以上两种都是比较传统的教学方式,教师能够客观地了解学生对体育知识的掌握情况。部分教师采用创新的方式进行教学,如4%的教师采用问卷方法,2%的教师选择项目报告法,2%的教师采用体育知识竞赛方式。学生体育知识掌握情况是体育核心素质培养效果的重要方面。作为表现之一,教师要考查学生的掌握情况。教师不仅了解学生的学习情况,还要引导学生逐步完善高中生的体育知识。

(二) 体育知识培养内容分析

通过对100名教师分别对体育锻炼、基础、保健以及运动安全知识的投票得出,体育锻炼知识更受关注。据调查,其中体育锻炼知识的传授达到86%,占最大比例。体育基础知识、体育保健知识以及运动安全知识分别占75%、73%、69%。体育锻炼知识课程中体育基础知识是体育锻炼的基础内容,但运动保健知识、运动常识和运动安全知识重点放在预防上。体育知识是学生在进行体育锻炼的基础上,教师所向学生传授体育理论。在学习的过程中,要理论传授与实践活动相结合。一方面重视“预防”,在运动前采取相应的预防措施,以降低事故发生率,让学生尽情享受运动的乐趣体验。另一方面,如学生在事故发生后能够充分认识到如何向他人采取正确的救助措施,避免导致处理不当要预防次级损害。

体育核心素养是高职院校中学生核心能力的重要组成部分,是学生未来的终身发展的基石,培养了进入社会生活所需的决定性力量,学生在体育运动和活动中逐渐将能力、知识、行为和品德、价值观形成了的综合表现。通过对吉林省各个高职院校的体育知识以及运动能力进行调查和分析。如今各院校主要培养途径是体育课程和课后的开展的体育活动。学校通过重点编排体育课程的同时,开展多项体育活动,这对学生运动能力的发展有一定的影响。多数教师选择了健身方法的培育,通过科学的锻炼方法,能够帮助学生提升锻炼效果,让学生能够享受锻炼的过程,从而形成良好的运动能力。在体育知识中,各院校的主要培养途径是采用体育理论课程的方式进行培养,其中大部分教师选择了考察方法的培养途径,通过考查学生对体育知识的理解以及应用情况,充分掌握对学生的体育知识的了解。大多数院校在采用体育理论课程培养的基础上,开展网络课程的培养方式,这种创新的方式不仅弥补了理论

课时缺失的问题,而且满足了学生对不同课程的需要。培养内容方面,大部分教师会选择体育锻炼知识作为主要的培养内容,体育锻炼知识作为体育实践的基石,尤为重要。但部分教师会选择运动安全知识作为培养内容,重视事故的预防以及事故的处理,使学生尽情享受运动的乐趣体验。通过各高职院校积极响应对学生体育核心素养培养的号召,在培育途径及内容的不断完善下,学生会潜移默化的提高体育核心素养。

结语

体育教学内容资源丰富,应用新的教学方法培养学生逐渐引发关注,要实现体育教育主体多元化,内容综合化,方式多元化,从而保障学生充分的课后运动。体育核心素养的培养要长期、系统且不断地创新,这是必须落实的工作。各个高职院校为了提高大学生体育核心素养,要树立全面、系统、科学的高职学生体育核心素养培养方式。从宏观实施政策开始,学校领导需要加强对学生体育核心素养的关注,为培养学生体育核心素养建立培训实施制度和奖励体系,保证其顺利发展。各高职院校增加对体育装备物资的投资,定期加强体育文化的宣传,以营造良好的校园体育文化氛围。提倡建立网络化体育信息平台,为学生创造良好的校园网络体育环境,保障大学生体育核心素养的高质量发展。

参考文献

- [1] 普通高中体育与健康课程标准[M].人民教育出版社,中华人民共和国教育部,2018.
 - [2] 焦岚,徐秋艳,张宝歌,张林.大学生核心素养的构成要素及发展路径——以心理学专业为例[J].宁波大学学报(教育科学版),2021,43(01):53-59.
 - [3] 戴火灿.基于学科核心素养下的中学生体育学习能力培养[J].当代体育,2021(27):0086-0087.
 - [4] 杭喜洲,李伟,龙宪碧.高职院校学生体育核心素养现状研究[J].体育风尚,2021(1):2.
 - [5] 尚力沛,程传银.核心素养、体育核心素养与体育学科核心素养:概念、构成及关系[J].体育文化导刊,2017,(10):130-134.
 - [6] 管朝莉.“体育与健康”教学策略与思考[J].课程教材教学研究(中教研究),2015,(Z2):76-77.
- 基金项目:本论文系长春市教育科学“十四五”规划2024年度一般课题《高职院校学生体育核心素养培养的影响因素研究》(课题批准号:JKBLX20240221)的研究成果。