

# 高中体育教学核心素养培养策略研究

邓金妹

(江西省抚州市南城县第二中学, 江西 抚州 344700)

**[摘要]**伴随新课程改革的全面推进,提升学生的核心素养成了教育行业关注的焦点,也为高中体育教学带来了新的机遇和挑战。传统的体育教学观念和手段比较落后,对学生核心素养的提升也不够重视。因此高中体育教师应该积极探索新的教学策略,培养学生的核心素养。基于此,本文就结合高中体育教学,浅谈如何在体育教学中培养学生的核心素养,供相关教育工作者参考借鉴。

**[关键词]**高中体育; 体育教学; 核心素养

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.07.1550

体育课程的安排,帮助学生走出教室,体验实践,使学生在户外锻炼的时候,能够适当缓解压力,也能使学生的身体素质提升,以更加良好饱满的状态面对学习。体育教学作为一门能够缓解学生压力,提高学生参与兴趣的课程,教师需要将体育教学充分应用起来,培养学生的核心素养,适应教学要求,帮助学生放松心情的时候,培养学生的相关能力和品质。

## 一、体育教师注重提升自己的综合素养

体育教师是体育课程教学中的主导者,为学生传授体育相关的知识,组织学生体育活动,体育教师自身具备能够适应课程发展的综合素养是培养学生核心素养的关键。体育教师自身需要将体育教学重视起来,明白体育教学对于学生成长发展具备的重要意义。不管是日常教学中,还是休闲时间,都需要关注自身体育素养的提升,阅读书籍,勤加锻炼,丰富自己的体育知识,提升自己的体育素养。另外,教师还需要注重自身道德素养的提升,用知识熏陶自己,向身边优秀的同事学习,使自己具备良好的师德,在体育教学中发挥榜样作用,以身作则,用自己的言行启发学生,用自己的言行赢得学生的尊重,赢得学生的信任,促使学生学习体育教师身上良好的品德。

## 二、善用教学方式,激发学生学习兴趣,传授知识和技能

实施体育教学,最基本的目的就是传授给学生基本体育知识,培养学生基本体育技能的方式,强化学生的身体素质。在培养学生核心素养的过程中,也需要学生掌握基本的体育知识和技能。为了使积极参与体育,教师首先得提高学生的学习兴趣。在体育教学中,教师可以以体育游戏,组织各种体育活动的方式调动学生的学习积极性。针对相关的理论知识,教师可以结合亲切的语言以及形象的动作为学生传授,增加学生对教师的好感。在传授相应技能的时候,做到亲身示范,耐心指导。

## 三、在高中体育教学中渗透德育教育

所谓教书育人,教师不但需要为学生带来知识,还需要教会学生做人的道理,为学生树立正确的思想,培养学生正确的人生观、价值观等。体育课程虽然不如其他学科一般,具有很强的竞争性,但是,学生还是会不可避免地出现一些小摩擦。例如,在小组合作的过程中,指责队友,谩骂队友,例如,在篮球比赛中违规撞人等,例如,对于自己的过错不能勇于承认等。这些都是不当的行为,这些不利于学生形成良好的品德。体育教师在教学中,就需要最大程度去帮助学生避免这些行为。经常强调学生团结合作,引导学生与他人和谐相处。针对学生犯的过错,进行全面评价,引导学生正确认识自己。在体育教学中,做到尊重学生,平等对待学生。另外,有的学生会觉得某些体育活动耗费体力,缺乏乐趣,不愿意参与体育活动,这时候,教师就需要亲自参与其中,与学生一起感受辛苦、劳累,与学生一起体验汗水渗透衣裳的感觉。与学生一起参与体育活动的同时,教师还需要鼓励学生坚持不懈,努力再努力,帮助学生树立吃苦耐劳、坚持不懈的精神等。总之,在体育教学中渗透德育教育,培养学生的优秀品质是培养学生核心素养的重要环节,教师需要重视起来。

## 四、教学联系生活,强化实践,培养学生适应社会的能力

针对体育课程教学,教师结合生活实际,扩大学生体育知识范围,为学生提供生活实践的机会,有利于学生站在体育角度解决问题,有利于培养学生适应社会的能力。高中体育教学的过程中,学校与学校之间,经常会存在体育竞赛,教师可以鼓励学生参与竞赛,为学生制定相应的竞赛训练计划,可以使学生在强化自身体育能力的同时,也能从其他成员或者其他学校的体育成员身上学到更多的知识;教师可以鼓励学生参加马拉松比赛,在比赛中传播体育思想,带动其他公民参与体育运动,在提升自身身体素养的同时,也能在一定程度上提高全民的身体素质;教师可以鼓励学生走向社区,帮助社区的爷爷奶奶们普及体育健身知识,帮助爷爷奶奶学习如何使用健身器材;教师也可以鼓励学生走向幼儿园、小学,为低年级学生传授体育知识,帮助学生掌握基础体育运动,为后期小学生参与体育运动奠定基础……教师鼓励学生参与社会,积极实践,在提升自己体育综合素养的同时,也能为社会服务,也能更好地提升自己适应社会的能力。

## 五、培养学生的体育习惯,树立终身体育意识

体育健身有利于学生终身发展,教师应该培养学生良好的体育习惯,为学生树立终身体育的意识。在体育课程教学中,需要进行体育活动的时候,一定要带领学生进行体育热身,对于借用的体育器材,一定要做到爱护有加,及时归还。教师还需要引导学生正确认识体育健身的价值,可以运用体育明星效应,例如科比、乔丹、姚明等,为学生树立对体育的崇拜感,进而使学生对体育产生浓厚的兴趣。教学中,教师还需要经常强调体育锻炼,强调体育在身体发展,心理发展,以及其他学科的学习中发挥的良好作用,为学生树立终身体育意识。当学生拥有体育锻炼的意识之后,学生才会有参与体育锻炼的动机,才会愿意学习体育知识和技能,当学生拥有良好的体育习惯之后,才能做到规范体育,规范自己的体育行为,进而使自己在其他方面也能拥有培养良好习惯的意识,并用体育学习到的思想,以及其他各方面的感悟指导自己今后的行为。

## 六、结束语

综上所述,学生核心素养的培养并不是一蹴而就的,需要中体育教师做好长期奋战的心理准备。高中体育教师应认识到新课改政策实施对自身教学工作带来的发展机遇,加强对新课改相关政策的学习与引进,从而明确学生在教学过程中的主体地位,通过联系生活教学,鼓励学生实践等,为今后学生核心素养的培养提供全面的支持。

## 参考文献

- [1]张瑞格.浅谈高中体育教学如何培养学生的核心素养[J].当代体育科技,2018,8(34):61+63.
- [2]罗伟.试论高中体育教学核心素养培养策略[J].田径,2018(12):18-19.
- [3]商则杰.高中体育教学中如何培养学生的核心素养[J].西部素质教育,2018,4(21):74.
- [4]张小威.浅谈高中体育教学核心素养培养研究[J].文化创新比较研究,2018,2(13):182+184.