

中小学学生体育核心素养培养的现状对策分析

田晓琳 黄 晶

(云南体育运动职业技术学院, 云南 昆明 650228)

摘要: 体育核心素养指的是在体育与健康课程目标的基础上, 根据学生的年龄、性别、体能等特征, 针对学生体育学习与发展所表现出来的综合能力。通过研究发现, 目前我国中小学学生的体育核心素养培养工作存在着诸多问题, 如中小学学生体育素养水平较低、培养方式不够科学、中小学学生体育道德关注缺失等。基于此, 本文在简要阐述体育学科核心素养内涵的基础上对中小学学生体育核心素养培养的现状进行分析, 并在此基础上提出相应的解决对策, 以期为中小学学生体育核心素养培养提供一定借鉴。

关键词: 中小学学生; 体育核心素养; 培养现状; 对策

体育核心素养是指个体对体育活动的认识、体验、运用和创新, 体现为兴趣、技能、态度、价值观和健康等五个维度。随着教育观念的不断更新与转变, 我国体育教学的重心已由过去的技能训练慢慢转向全面提升学生的体育素养, 尤其是对中小学学生而言, 培养其体育核心素养是中小学体育教育的重要任务。然而, 现实情况是中小学学生体育核心素养的培养状况并不理想, 存在许多亟待改进的问题。为了推进我国中小学体育教育的全面改革, 更好地服务于学生的全面发展, 本文提出了一系列具体可行的对策, 希望给教育工作者带去一些参考与启发。

一、体育学科核心素养概述

身体素质: 指的是中小学学生通过参加体育活动, 形成健康的身体状态, 培养良好的运动习惯, 掌握基础的运动技能和方式, 增强对运动的兴趣, 提高自我锻炼的能力。

心理素养: 指的是中小学学生通过参加体育活动, 培养自身如自信、乐观、坚韧、勇敢类似的积极心理素质和情感态度, 同时, 学会调整个人情绪, 掌握平衡压力的方式方法, 让自我认识和自我控制能力变得更强, 这对学习者在日常生活中更好地面对挑战和压力, 促使他们积极向上发挥着积极作用。

社会素养: 指的是中小学学生通过参加体育活动, 形成良好的社会道德并自愿遵守既定的行为准则, 比如合作、竞争、公平、诚信等, 善于与其他人沟通交流, 增强团队观念, 形成良好的团队合作精神。

文化素养: 指的是中小学学生在参与体育活动的过程中积极主动了解并尊重各种不同的体育文化和传统, 例如民族体育、奥林匹克精神等, 进而开阔视野, 增长见识, 提升自身文化修养, 增强个人跨文化交际能力。

创新素养: 指的是中小学学生通过参加体育活动, 培养创新意识与思维, 掌握创新方式方法, 比如发现问题、解决问题以及创造性思维等, 激发个人想象力和创造力, 提高自身创新能力和实践能力。

二、中小学学生体育核心素养培养的现状分析

(一) 中小学学生体育素养水平较低

首先, 许多中小学生的身体健康状况并不理想, 调查显示, 他们的体质测试成绩一般只能达到及格的程度, 各方面的身体素质指标均有待提升。现如今, 大多数中小学生的生活习惯欠佳, 很少有学生能坚持长期和规律的体育锻炼, 这使得他们的体育素

养水平一直处于较低水平。其次, 中小學生普遍对体育、卫生以及保健的相关知识了解并不全面, 也不深入, 他们难以充分认识到体育运动对个人一生进步、发展的重要意义与价值, 学生的体育技能水平仍旧较低。最后, 中小學生主动参加体育锻炼的意愿和积极性薄弱。研究数据表明, 超过 80% 的初中生每天运动时间不足半小时, 其中, 近 18% 的初中生几乎不进行体育锻炼, 近 24% 的初中生锻炼时间大约在 15 分钟, 约 40% 的初中生锻炼时间在 15 至 30 分钟之间。

(二) 体育素养培养方式不够科学

调查显示, 现如今, 很多中小学制定的体育教学计划偏离常规且缺乏一定科学性与系统性, 有时候, 他们只是一味地参考《国家学生体质健康标准》制定体育教学计划, 学生在体育课堂内外的主体位置不凸显, 直接影响了中小学学生体育核心素养培养成效。除此之外, 部分中小学校在制定体育教学计划的时候总是千篇一律, 没有立足中小學生具体的年龄特点, 也没有细致分析他们的身心发展规律, 继而导致体育教学难以培养学生的创新能力, 学生学习兴趣低下, 很不利于培养他们的终身体育意识。同时, 还有部分学校单纯强调学生身体素质的提升, 反而忽视了培养他们的体育技能、体育道德、体育文化等体育核心素养, 这对健康中国宏伟战略目标实现产生了一定阻碍。

(三) 中小学学生体育道德关注缺失

体育道德, 简言之, 指的是中小學生在参加体育运动的过程中所表现出来的思想品德、品质品格等。体育道德是中小學生体育核心素养的精神支柱, 如若加以重视, 那么对他们构建健全人格, 形成规则意识等都发挥着积极作用。目前, 部分中小学校不够重视中小學生体育道德培养, 有时候, 浮于表面或者流于形式, 尤其对他们的爱国意识、竞争意识、拼搏精神、规则意识等培养力度不够, 今后, 这方面应引起教育部门与体育教师的格外关注。

三、中小学学生体育核心素养培养的有效对策

(一) 丰富体育课程内容, 增强课程的多样性和灵活性

我国现行的中小学体育课程内容主要以基础运动技巧、传统体育运动以及健康常识为主。虽然这些内容对学生身体素质提升以及未来发展格外重要, 但是也存在一定局限性, 无法满足中小學生们的个性化运动需要和学习兴趣。因此, 针对中小學生的年龄特性、身心健康以及地域文化等元素, 教师应当灵活调整和丰富体育课程的内容, 例如增设一些新的、有趣的、契合中小學生运动特点以及身心发展规律的体育运动项目, 比如户外探险、舞蹈、武术、游泳、拳击等。这些活动能有效激发学生们的运动兴趣和参与度, 也能培育他们多方面的核心素养。除此之外, 教师还应联系热点话题教授给学生一些健身理论知识, 如健身营养、运动生理等, 帮助学生形成科学的运动观念。比如针对肥胖的学生, 教师应指导其掌握科学的锻炼方法, 同时, 向他们普及肥胖给人体带来的危害, 当然, 教师还应时刻关注这部分学生血压、血糖、心率等健康指标, 以此提高学生的健康素养; 最后, 教师还可以引导学生积极参与体育社团活动, 如长跑俱乐部、足球小队等, 以此来培养他们的团队协作能力和竞争意识。

除了丰富课程内容,增强体育课程的多样性和灵活性也十分重要。我国把统一教学纲要、教科书、教学方式等应用在中小学体育课程上,使得体育教学缺乏特定性和个性化。依据各个地区、各个学校、各个班级、各个学生的实际情况,教师应当灵活安排和调整体育课程,争取给学生们创造一定自由选择和创新空间,让他们根据自身的爱好和特长,参与到体育课程的设计和实施的。具体来说,在课程安排上增加更多自主选择课程,让学生自己决定他们想要学习的运动项目和方式。这样,学生将更加主动地参与到体育运动中来,而不是被动接受教师的指导。此外,教师还可以尝试引入电子体育等新型运动方式,使体育课程更加贴近学生的生活,从而提高他们的学习兴趣。

(二) 采用多样化的教学方法,提高体育课堂教学效率

首先,体育教学应突破传统模式,实施多元化教学。这就需要教师打破常规的讲述和演示的教学模式,而是采用讨论、研究式学习、项目教学等形式,使教学活动更加丰富多元。以体育项目化教学为例,教师可以围绕“劳动与体育、学习与生活”这一主题组织学生开展首届体育文化节劳动技能大赛。大赛以发展体育核心素养、合作探究实践为目的,引导学生在运动中感受生活、享受快乐。根据不同学段的学生,教师可以设置不同的竞赛体验项目,如传统毽子竞速赛、垃圾分类竞速赛、生活自理竞速赛等。通过体育项目式教学,让学生在实践学习和掌握运动技能,鼓励学生掌握力所能及的劳动技能,增强自我解决问题的能力,培养学生勇于挑战自我的精神。这样的教学模式,可以让学生更加主动地参与到体育活动中,提高他们的学习兴趣和积极性,同时也有利于培养他们的劳动技能和团队合作精神,这是发展中小学生学习体育核心素养的重要一步。

其次,教师应重视个体差异,实行个性化教学。每个学生的身体素质、运动能力、学习习惯等都是不同的,因此,教师应根据每个学生的实际情况提供针对性指导和帮助。教师可以采用一带一、一带多等个性化教学法,鼓励同学们之间互相帮助,相互汲取他人的优点,弥补个人不足,让每个学生都能在自己的最近发展区进行适合自己的体育训练,从而有效提高他们的运动技能,同时,增强他们的自信心和自我认同感。

最后,引入信息技术支持的混合式教学,让学生在课余时间仍然可以进行自我学习和提高。通过网络和数字化技术,教师可以为同学们提供优质的网络课程和教学视频,学生可以利用课外时间进行自主学习和复习。这样做,不但可以帮助学生将碎片化时间有效整合起来,还可以鼓励他们根据自己的学习节奏开展学习,以尊重每位同学的差异性,达到因材施教的教学目标,增强其学习自信心。

(三) 形成体育+其他学科跨学科的综合素质培养模式

在我国的中小学教育环境中,常常看到类似的现象,那就是体育教育和其他学科教育相互独立,这种分割不仅导致体育教育与其他学科缺乏必要的联系和互动,也阻碍了体育教育在提升中小学生学习整体素质和能力方面发挥其应有的作用。因此,体育教育工作者现如今面临着一个重要的任务,那就是加强体育教育与其他学科教育之间的衔接和融合,以便形成一个全方位、全面性的跨学科综合素质教育体系,助力学生各方面能力协同发展。

具体来说,体育教育工作者应当从多个角度、多个方面寻找体育教育与其他学科教育的共性和对接点,以充分发挥其潜在的融合性和互补性,比如运用数学知识来解答体育问题、运用语文知识表达体育感受,或是用科学知识探究体育现象等。这样,不

仅可以提高学生对各个学科知识的学习兴趣,还能增强学科之间的融合互动。除此之外,教师还可以通过组织一些跨学科的综合活动,如运动会、校园节、社区服务等,鼓励中小学生在实践中运用所习得的知识与技能分析与解决具体问题,以实现理论与实践的灵活转换,更好地展现他们的素养和品质。这样做,不仅可以促进学生的全面发展,还能增强他们的社会实践能力和团队协作能力,这些无疑对学生未来成长发展都是非常有益的。

当然,教师还应建立一个跨学科的评价体系,不仅考核中小学生在各个学科上的学习表现,还要考核他们在开展跨学科活动时的综合表现,如课堂参与积极程度、沟通交流能力、责任意识等,以便更全面、更客观地反映他们的综合能力和素质。这样,教师就能通过体育教育培养出更多具有全面素质和综合能力的优秀学生,有利于为我国教育事业的发展打下坚实的基础。

(四) 增强核心价值观引领,提升中小学生学习体育道德

在立德树人的大背景下,中小学校体育教育应始终将“德育为先”的理念贯穿于教育教学全过程,教师应以体育道德为引领,切实将思政教育、德育等融入体育课堂,将体育学科育人潜力充分挖掘出来,助力学生体育道德精神的培养与提升。

对于中小学生学习来说,体育教育不仅仅是提高他们的身体素质,更重要的是培养他们的体育精神。俗话说“体育强则国强,国运兴则体育兴”。在中小学习体育教学中,教师应积极弘扬新时代的体育精神,通过讲述中华体育健儿的感人事迹,引导学生理解为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏等中华体育精神,从而引发他们的情感共鸣。除此之外,体育教师还应帮助中小学生学习树立正确的胜负观念。众所周知,体育比赛没有永远的胜者,结果往往由努力和运气共同决定。因此,教师需要通过体育教育帮助学生理解尊重裁判、尊重对手、尊重观众的重要性,同时,培养他们面对比赛结果的豁达心态,让他们形成胜不骄、败不馁的竞技精神。

四、结语

总而言之,体育学科核心素养是体育学习者必备的基本素质和能力,它涵盖了体育知识的掌握、技能的培养、心理素质的培养以及身体素质的提高等方面。体育教师作为课堂的主导者与学生成长路上的关键指引者,应推动体育健康课程教学深度改革,切实为中小学生学习体育核心素养培养与形成创造有利机会,搭建良好平台,为学习者提供更多的体育学习机会和体育活动参与平台,努力促进体育学科的发展和普及,为学生的全面发展和社会的进步做出更大的贡献。

参考文献:

- [1] 徐帅帅,李彦龙.新课标背景下中小学生学习体育核心素养培养的困境与纾解[J].哈尔滨体育学院学报,2023,41(4):70-76.
- [2] 褚禹平.利用信息技术培养中小学生学习体育核心素养的研究[J].教学管理与教育研究,2023,8(3):116-118.
- [3] 汪米雨,殷荣宾.我国中小学生学习体育核心素养发展问题与改革策略[J].武术研究,2023,8(7):151-153.
- [4] 边红玉,侯少敏.试析中小学生学习体育核心素养培育的课堂导向[J].体育教学,2021,41(3):24-25.
- [5] 王鹏.关于构建中小学生学习体育学科核心素养的途径[J].当代体育科技,2020,10(27):70-71,75.