

# 基于核心素养的高中体育教学改革

钱利峰

(常州市武进区横山桥高级中学, 江苏常州 213119)

摘要: 随着新课改如火如荼地推进, 核心素养的培养已经逐渐被社会各界所关注。在此背景下, 如何培养高中学生的体育素养已经成为高中体育教师亟待解决的问题之一。针对此, 本文就基于核心素养的高中体育教学改革进行分析, 希望为广大教师提供一些有价值的借鉴和参考。

关键词: 核心素养; 高中体育; 教学改革

核心素养概念最早是由国际经济合作与发展组织进行定义, 是即“全面教育”和“终身教育”之后第三大思潮。与传统的教学理念不同, 核心素养并没有将高中各个学科分隔开, 而是让学生掌握最能让人适应现代生活的能力和素养, 并且在此基础上进行全面的學習, 通过这样的方式, 来达到应对不断发展所带来的新挑战的目的。

## 一、简述核心素养

核心素养主要是指对高中学生综合能力全面培养、指导的过程, 比如说技能、情感认知、能力认知和正确的人生观念等。不同阶段不同学科的核心素养各不相同, 在高中阶段体育课程教学过程中, 主要培养他们的运动能力、行为健康以及体育素养, 这是帮助他们养成强健体魄、良好的运动习惯发扬体育精神的重要渠道, 也是构建高效体育课堂的必然结果。体育学科的核心素养主要是指自主锻炼, 它的核心能力有很多, 主要包括健身实践能力、运动认知能力以及社会使用能力等。体育学科核心素养主要是价值观念与情感态度、方法与过程、技能与知识的整合, 是以高中学生核心素养为核心价值的追求。体育学科核心素养是确定体育学科质量评价标准、体育学科知识体系以及体育学科课程标准的导向和依据。它形成以技能体系以及结构化的学科知识为重要载体和基础。在核心素养的视角下, 对教学内容、教学方法、教学模式、教学目标以及教学资源等进行整合, 创新和优化教学方式和方法, 创造运动的教学氛围, 激发高中学生的学习热情和积极性, 提升教师的水平。同时充分调动他们的自主性和积极性, 提升他们的课堂参与度, 强化体育课程教学魅力, 为构建高中体育高效课堂做准备。

## 二、高中体育教学中存在的问题

### (一) 教学固化, 缺少创新精神

随着我国对教育的重视程度加剧, 政府颁布和制定了各种政策和制度, 不断地完善学校教育的建设工作。在高中阶段, 高中体育教育改革是重中之重。受到应试教育的影响, 部分学校过于重视文化课的教学而忽视了体育教学的重要作用, 为此, 我国教育部门近些年不断强调体育课的重要作用, 要求学生全面发展。总体来说, 我国近几年来逐渐加强了对高中体育教育的重视程度, 但依旧存在问题, 部分体育教师对高中体育没有正确的认知, 造成这种情况的主要原因是教师的教学思路固化, 教学目标不统一, 对核心素养的理念理解不全面。

### (二) 目标滞后, 有待明确加强

在高中体育教学过程中, 教师受到传统教学的影响, 一般会先对知识进行讲解, 之后, 再让学生分组进行联系, 这种教学方式对于激发他们的兴趣用处不大, 与传统的灌输教学效果相差不

大。与此同时, 部分教师的教学方法过于单一, 同样也无法激发高中学生的学习热情和兴趣, 再加上高中学生即将进行高考, 他们面临着巨大的升学压力, 部分学校更是为了提升他们的学习成绩, 将体育课变成了“牺牲品”。学校对体育教学不够重视, 文化课教师经常占用体育课时间。经过实地调查, 部分父母是支持学生进行体育锻炼的, 但他们担心在运动过程中学生是否受伤, 是否会影响文化课成绩。在新课程改革实行之后, 对教师教导学生的方针进行了明确, 也明确指出了各个学科的教学目标。但是这些内容主要是把控大致的就爱呕血方向, 其中每个阶段教师需要教什么仍需教师自己做决定。大部分教师制定的教学内容都是以教学大纲为基础, 开展基础体育教学, 这种教学方式存在的问题, 并不利于学生体育能力的发展。

### (三) 内容匮乏, 缺少现实意义

部分教师在制定体育就爱呕血内容的过程中, 一本情况下只针对本学期进行制定, 缺少长远的规划, 欠缺前瞻性, 教学内容主要以基础教学为主。在体育教学中, 学生能够学习各种体育知识, 教学内容枯燥, 乏味, 无法吸引大部分学生的目光, 甚至一部分学生连基本的体育技能也没有学会, 完全失去了体育课程教学的作用。为了充分地利用课堂时间, 部分体育教师只会在课堂中讲述理论知识, 还有一部分教师, 他们过分注重实践教学, 放弃了体育知识的传授和讲解, 而那些讲解理论知识的教师, 大部分都是在对体育技术、知识进行讲解, 他们很少讲到卫生保健、心理健康、价值观建设等。

### (四) 评价单一, 分析维度不全

教学评价对于教师来说是非常重要的, 不仅能够帮助学生顺利地完学习目标, 同时也是评价他们掌握知识水准、学习水平的重要指标。良好的评价制度不仅可以帮助教师完善教学中的各种不足, 促进学生知识和技能的掌握, 同时还能帮助他们有效解决生活中的各种问题, 提升综合能力。在新课标中强调: “支持发展性评价, 要以鼓励学生为主, 强化学生的自信心”。部分高中的教学评价主要是教师自评、学生自评以及师生互评, 在评价过程中, 只是对课堂学习情况、学生的表现、任务的完成情况、体育考核成绩等进行点评, 评价方式单一, 并且深度不够, 缺少其他方面的评价。这导致无法激发高中学生的动力, 影响体育教学的实效性。

## 三、基于核心素养的高中体育教学改革路径

### (一) 信息技术辅助, 培养学生健康意识

兴趣是学生学习生活中的良师益友, 学生只有在自身浓厚兴趣的刺激下才会将自身全部的精力和时间参与到体育教学之中。因此, 在高中体育教学中, 为了强化学生的身体素质和健康意识,

体育教师要想办法引发学生的学习兴趣,注重教学形式的创新。具体来说,教师要积极引入一些与高中学生身体素质、心理特点和兴趣爱好相契合的教学形式,让学生能够乐学、知学与好学,全面地培养他们的学科核心素养。例如,在篮球带球训练时,体育教师可以利用信息技术的优势,在网络中搜集相关教学素材,并且将其展示给学生。比如,收集韦德的欧洲步、奥拉朱旺的梦幻脚步、艾弗森的穿花蝴蝶步等视频,将其制作成教学课件,之后在教学过程中播放给学生看,通过这种创新的教学方式,不仅可以激发学生学习体育知识的兴趣,还能促使他们在体育训练过程中强化自身的身体素质和篮球技能,逐渐形成健康意识,进而培养他们学科核心素养。此外,为了更好地促使他们形成健康意识,教师可以借助多媒体手段,将腿部的肌肉剖面图、人体骨骼三维图等展示给学生们,通过这种生动、直观展示,引发他们的学习兴趣,促使他们了解人体的构造以及在运动时肌肉的变化情况,通过这样的方式使学生们逐渐形成健康意识,培养他们的核心素养和综合能力

#### (二) 创设小组合作,培养体育品德

高中教育阶段,体育教学对高中学生而言是非常的必要的。在该阶段,他们不仅需要学习各个学科知识,备战高考,同时还要构建正确的人生观和价值认知。高中阶段是学生身心发展的重要阶段。他们因为周边环境、家庭情况、个性特征不同,因此它,高中学生之间会存在差异性,教师要正确认识这种差异性,坚持生本观念,注意因材施教。在实际上,班级的学生往往人数较多,教师的精力有限,无法兼顾到每一位学生的体育素养的培养。对此,教师可以将小组组合引入体育教学之中,引导和启发学生以小组的形式进行体育知识技能的学习,在体育教学过程中,教师要创设建相互分享、相互竞争、相互促进以及共同进步的教學环境,通过这样的方式,培养他们的团队精神,促使他们形成互帮互助、顽强拼搏的体育品德,推动体育教学高效、有序地发展。例如,在进行长跑练习时,体育教师可以将学生分成两人一组,让他们以小组的方式结伴进行训练,并且最终考核成绩以小组成绩为准。在跑步过程中,同组成员之间相互激励、相互竞争,从而促使他们提升体育成绩,培养他们的团队精神。通过这种方式,在小组的激励下,学生克服身体与心理的障碍,促使他们形成相互竞争、相互帮助的体育品德,提升他们的核心素养和综合能力。

#### (三) 引入竞赛机制,提升体育文化认识水平

体育本身就拥有众多竞技属性。为了培养学生的体育文化素养,帮助他们树立正确的人生观和价值认知,强化他们的综合能力,教师可以将篮球竞赛引入到体育教学之中。通过篮球运动这项竞争激烈的运动,培养他们的核心素养,够强化学生的体育技能,检验其训练成果,同时还能促进他们了解体育文化知识,在竞争中感受拼搏之美。例如,教师可以根据学生情况和年级情况,举办年级篮球大赛,比赛制度和判罚规则与NBA规则一致,将文科、理科分成东部和西部,积分制比赛,赢一场得一分,输一场不得分,在年级之间相互比拼,体育教师担任比赛裁判,学生可以利用课余时间进行比赛。在比赛过程中,教师可以将篮球文化通过竞赛的方式渗透给学生们,这样不仅可以强化他们的身体素质,锻炼他们的体育技能,同时还能提升他们的体育文化认知水平,为他们未来发展奠基。

#### (四) 拓展网络渠道,培养体育意识

随着信息技术的不断发展,它被广泛地运用到教学领域之中,教育信息化已经成为素质教育的重要教学趋势,为了培养他们的体育意识,促使他们形成终身锻炼的意识,高中体育教师可以将新媒体手段运用到体育教学之中,这样做不仅可以极大地提升体育教学的效果,也可以将体育教学的育人渠道进行拓展,大幅度提升育人效果。例如,体育教师可以利用新媒体软件,构建网络教学平台,通过在微信公众号、抖音、快手以及微博等网络平台,将一些阅读性强的、含有教育意义的文章有针对性推送给学生,通过这样的方式,强化他们的卫生保健意识,促使他们形成终身锻炼的体育意识和卫生意识。又如,高中教师可以利用网络渠道,将抽烟有害健康的文章有针对性的推送给学生,通过此种方式极大地拓展告知体育育人渠道,丰富育人方式,帮助高中学生认识到吸烟的危害,提升育人实效,帮助他们养成良好的卫生习惯和个人习惯,培养他们的核心素养,为他们未来发展奠定基础

#### (五) 优化考评体系,强化核心素养

诸多教学实践证明,做好教学评价工作,可以更好地提升教学实效。为了更好地深化学生的认知、提升他们的能力以及培养他们的核心素养,高中体育教师要重视优化考评体系工作。这样做不可以使高中体育教师及时获得第一手教学反馈,有助于教师优化教学内容和教学模式,还能更好地提升教学实效,培养学生们的核心素养。但是,结合体育教学实践,以往的体育教学大多围绕技能训练或者考试成绩结果而展开,评价方式单一,维度也不够全面,很少有教师会关注体育训练过程,这种只关注结果,这种不关注过程的评价体系对于培养高中学生核心素养是非常不利的。因此,体育教师需要对体育考评体系进行优化。例如,在实际的体育教学中,教师将合作精神、课堂纪律、规则意识、体育道德等方面的成绩归纳到整体成绩之中,通过这样的方式引导学生提升自身的道德品质和核心素养,校正他们的不良学习态度与思想,使体育育人实效充分地发挥出来。

#### 四、结语

总的来说,体育教师应当革新自身的教学观念,全面的理解核心素养,从高中生活实际出发,将学生核心素养的培养当作教学重点,并以此为基点,不断延伸和探索教学方法,让体育课堂更具趣味性、实效性特征,切实发挥体育学科育人的作用与优势,进而为学生体育素养以及综合能力的提升打下坚实基础。

#### 参考文献:

- [1] 史博. 体育核心素养下高中体育教学改革与创新研究 [C]// 2021 教育科学网络研讨会论文集 (七), 2021: 846-848.
- [2] 朱利荣, 俞定智, 夏昕. 核心素养下上海市高中体育专项化教学推进的途径与策略——从认识、实践、再认识、再实践谈起 [J]. 体育教学, 2021, 41 (10): 75-78.
- [3] 陈雁飞, 张庆新, 张锋周. 指向深度学习的高中体育与健康课程实践指导 [J]. 体育教学, 2021, 41 (08): 6-10.
- [4] 李海燕. 《体育教学》40 年的历史使命与责任担当 [J]. 体育教学, 2021, 41 (07): 26-29.
- [5] 袁小勃. 高中生体育学科核心素养培养的基本思路与多元途径 [J]. 体育视野, 2020 (03): 77-78.
- [6] 揭育斌. 核心素养视角下高中体育课程教学策略探索 [J]. 成才之路, 2020 (18): 130-131.