

体育教学策略转变促进学生核心素养路径探析

张宝禹

苏州高博软件技术职业学院人文社会科学学院 江苏 苏州 215163

【摘要】：随着体育教育事业的改革，体育教学对学生身体素质及身心健康的培养的关键性越来越受到重视。体育教育在教育教学中的地位也逐渐提高。然而在具体的工作中却有一系列工作不够完善，以至于在体育教学中的成果并不理想。本文着重介绍体育教学安排对于学生综合能力的影 响以及对于体育教学设计和具体的实施方法，为研究者提供一定的参考意义。

【关键词】：核心素养；体育教学策略；高校体育

An analysis of the path of PE teaching strategy transformation to promote students' core literacy

Baoyu Zhang

Global Institute of Software Technology Faculty of Humanities and Social Sciences Jiangsu Suzhou 215163

Abstract:With the reform of physical education, the key of physical education to the cultivation of students' physical fitness and physical and mental health has received more and more attention. The status of physical education in education and teaching has also gradually improved. However, in the specific work, there is a series of work that is not perfect, so that the results in physical education teaching are not ideal. This paper focuses on the impact of physical education teaching arrangements on students' comprehensive ability and the design and specific implementation methods of physical education teaching, which provides researchers with certain reference significance.

Keywords:Core Literacy; Physical Education Teaching Strategies; College Athletics

早在 2016 年，教育部就在《中国学生发展核心素养》中提倡，要综合培养学生的综合素质及核心素养，不仅能够保障学生更好地学习科学文化知识，促进学生身心健康发 展，还可以提高学生社会综合能力，促进全面发展，更好地适应全球化、信息化的知识经济时代的发展。在培育学生人文精神、科学精神、学习能力、社会适应能力、创新发展能力，保障学生健康生活核心素养的提高都起着关键性作用，同时为我国的体育教育 改革事业起到积极意义。

体育教育改革最终目的始终是为了提高学生的体育核 心素养，全面培养学生学习体育的积极性，给学生的全面发 展，身体健康发展提供基础性保障。体育课程可以让学生在 课堂的学习中逐渐形成一些对未来发展有益的优良品质，以 便更好的适应现代化社会发展，为学生核心素养的发展提供 精神和身体上的保障。体育教育不仅要符合时代教育发展的 规律，同时要根据实际情况来具体实施，顺应时代的具体要 求的同时，根据学生的具体情况进行教学。充分发挥体育学 科独有的魅力和特点，全面发挥体育学科的重要意义，促进 学生健康行为、个人品质的发展。

1 体育学科核心素养

在《“健康中国 2030”规划纲要》中提到，必须提高要 求健康知识水平，提高个人的运动水平，保持良好的体育习 惯。现如今，在体育教育的行业中，核心素质的培养已经成 为了体育教育的关键要素，这也是就教学工作的重点内容， 是推进学生学习生活、身体健康、全面发展的重要动力。

2 高校体育教学的重要性

2.1 有效地提高学生的身体素质

健康的身体素质使一个人生产生活的基本保障，不管一 个人是什么职业，在社会中扮演什么角色，没有一个健康的 身体，一切社会活动都难以完成。只有在精神、身体能力健 康的前提下，才能够保障一切基本的社会活动。大学期间对 于大学生来说是一个特殊的时期，即将面临就业、创业的难 题，在日常生活中还要兼顾学习的压力，如心理承受能力不 足，会对学习造成影响，对于日常生活、个人发展也有害无 利。在这个时期，多数大学生抗压能力弱，思想不够成熟， 自制能力不强，没有深刻了解到体育运动和个人健康的重要 性，因此，很多大学生对于身体健康并不重视，对于体育课

程的学习以一种消极的心理对待。体育学科因其本身的特殊性，应当将教育重点切实放在提身学生健康素质上，切实锻炼学生体质。研究表明坚持体育锻炼的人的身体健康状态及精神面貌都远胜于不做体育锻炼的人。因此，体育与健康的关系密不可分，通过体育锻炼来增强学生体质，让学生以更好的状态投入与学习生活当中。所以说，要高度重视体育教学模式的改革的重要性。

2.2 能够增强学生的自信心

体育活动不仅能够让学生清晰的认知自我，对自己的优点和缺点有相对全面的了解，有助于自我人格的完善，同时能够在锻炼和运动中暂时忘记生活学习压力。全身心地投入到体育运动是可以让自己获得对于身体掌控的自信感和优越感，体育运动后能够使精神更加饱满，体力更加充沛，通过对于四肢的练习提高身体技能，提高身体素质及免疫力，对于学生的记忆能力、学习能力也能通过加强对肢体的训练来提高身体的功能，进而提高身体的免疫力。不仅如此，当身体素质提高时，学生的反应能力和记忆能力也会得到提高。学生在饱满的状态下从而提高学习效率，获得更加优质的学习成果，对于学习和生活更加有信心，获得了心理上的自我认同，从而更好的解决问题，调节情绪。体育运动的成果不能一步登天，需要长期的坚持，还有助于学生坚韧品质的养成。因此，体育教育不仅能够丰富学生课余生活，提高学生自我认同感，也能帮助学生全方位发展。也能够提促进体育事业的进步。

3 目前高校体育教学存在的不足

3.1 教学模式不够新颖

现阶段，在教育事业的目标逐渐偏向于综合素质教育的前提下，体育教育的重要性逐渐被大众认知，所以其教学方式方法也广受人们重视。如今体育教学模式目前还处于改革阶段，仍然存在很多问题，例如教学课堂缺乏有效性，不能激发学生积极性等。对于这些问题原因通常有以下几个方面：首先，教学模式古板、落后，一部分教师采用陈旧的教学资源，致使课堂气氛不够活跃，没有新意，无法激发学生对于体育锻炼的热情。教师没有跟随时代及具体情况改革创新，一些体育教师还是使用一些传统的书本讲述方式，专注于教学目标、教学进度的完成，忽略了对于课堂教学模式的创新问题，对于已经具有一定个性想法的大学生来说，不能调动其积极性，无法树立正确的体育观，甚至对体育课堂产生排斥的心理。

3.2 学生主动学习的意愿不强

虽然中国现阶段十分注重体育事业的发展，但目前来说还没有成为一个体育强国。在这其中除了技术和设备的原因，与学生的自身对于体育的看法有关。因此，学生自身也对高校体育教学质量提升造成了一定影响。现如今现代化、科技化发展迅速，网络时代的发展，智能设备的出现深刻影响了大学生的学习、生活习惯。对于这些平时没有良好的运动习惯的大学生来说，在炎热的夏天亦或者是寒冷的冬天进行体育锻炼不亚于受刑，部分学生十分不情愿，也很难坚持。即便是在体育课堂上为了考试、分数抑或者是教师要求，也只是随意应付，没有真正的起到锻炼身体的效果。

3.3 体育教学师资力量不足

众所周知，中国的体育事业发展迅速，体育项目种类丰富，但是不同种类体育项目不仅需要高水平的教师，而且对学校的硬件设施也有相关要求。学校经常因为体育设施的经费不足，没有对应配套的设备而无法进行相关教学，导致一部分教学内容被搁置。一些自负盈亏的民办高校在教学设施的投资中有所局限，导致教学设施不能有效配置，一些冷门项目的教学设施欠缺，例如：橄榄球、武术等，对应的设备不齐全。同时一些教师缺乏创新意识，使用一些落后陈旧的教学资源，使得课堂枯燥、乏味，学生难以提起兴趣。与此同时，一些学校对于体育课程的课时安排不够科学合理，没有做到资源的合理利用，出现多个班级使用同一个场地，设施等问题。此外，学校需要根据要求时常更新设备，一些陈旧的设施已经无法发挥作用，严重影响课堂教学。

4 体育教学策略转变促进学生核心素养路径探析

4.1 优化体育技能，丰富体育知识

第一，要想优化学生的体育技能，丰富学生的体育知识，教师就要在体育课堂上要重视学生的主体作用，密切关注学生在课堂上的心理变化，进一步增强学生个人在体育理论及体育实践中信心的培养，让学生对体育感兴趣，从而激发学生自主学习体育运动的热情和能力。第二，体育教师应结合整个体育教育体系中存在的内外因素进行教学。简言之，就是将体育教学主要任务、教学目标和体育器材及体育教学的本质功能相结合，根据体育改革发展的需要将教学方法不断改进和创新。第三，需要教师结合具体的教学成果，整合多种教学方法。例如，从教学效果出发，整合各种教学方法。例如，案例教学法、头脑风暴教学法相结合，在教学过程中利用具体的案例教师适当提出一些简单的开放性问题，引导学生思路，不重视答案而是注重问题的思考过程，激发学生想象力，将知识潜移默化地渗透在这过程中。所以说，教师

适当运用教学方式,更好地促进学生理解体育理论、掌握运动技能,保障学生的个性发展,提高学生体育能力。

4.2 优化教学手段,激发学生兴趣

要促进学生对于体育知识的掌握,要提高学生对于体育课堂学习的自主性,从被动学习转向主动学习。教师在体育课堂教学中,可以改进以下几种方式增强学生的学习积极性。首先,体育教师必须丰富自身的课堂内容,可以选择一些经典、优质的课堂案例结合理论知识进行课堂讲述。其次,教师在课堂讲述中应当创新方式方法,不局限于体育概念、理论方法的讲述,教师要结合实际情况对书本的内容、课堂的讲述方式进行一定的改进,与时俱进,把握课堂整体方向。教师要与学生之间建立和谐的关系,不以为难学生为目的,创造一个良好的师生关系。在课堂上,教师应当及时收听反馈,把握学生的学习情况,形成互动氛围。教师在课堂上要系统性地讲述体育学科的知识,让学生能够有一个全面的了解,让每一位学生都参与到学习的过程中。最后,要对体育学习中需要用到的硬件设施不断的改良、改进,给学生的体育运动提供物质保障,这是让学生对于体育运动保持良好习惯的重要前提,增强学生对体育课堂的热情。

4.3 积极创设情境教学,催化学生积极性

创设情境教学作为一种复杂的教学方式,融入体育教学有利于学生体育素养的培养。情境教学由多中因素构成,需要结合当前实际,全面把握学生的学习程度,结合学生自身对于体育运动的了解,教师必须提前备好课,把握课堂节奏,让学生能够身临其境的感受到其教学内容的作用影响。教师要仔细观察学生的情绪表现,及时对于教学内容进行调整,统筹全局,真正做到激发学生对于体育活动的热情。例如,在进行跑步运动中,创新活动形式,可以让学生之间组成小队进行团队比赛,可以促进学生更加积极的参与到活动中来,掌握基本的知识技能,促进同学之间的交流,增进友谊,提高学生之间的各种能力,从枯燥的运动转变成趣味活动,让学生爱上体育课堂。

4.4 实现信息技术与体育教学的整合

第一,利用体育教育的科技化、信息化技术。教师可以通过信息技术对于体育课程进行系统性的分析,挑选优质体育课程,可以采用线上线下教学相结合的模式,从被动学习转变成主动学习。第二,利用信息化设备检测体育运动,借助各种科技化APP、设备等,建立完善的体育监测体系,利

参考文献:

[1] 丛晨,何劲鹏.浅谈体育核心素养在中小学体育课堂上的培养——评《中小学生学习核心素养培养策略与方法》[J].中国教育

用让学生每日打卡校园运动等形式,掌握学生每日运动情况,了解学生对于体育运动的积极性,以便于在课堂上科学性的安排体育任务。

4.5 建设学科考评,进行全面考察

要建立关于体育学科系统性的评估政策是促进体育学科核心素养发展的重要推力。系统性评价体系能够提高学生的综合能力,不再只利用分数来评判学生的体育能力,从多角度、多方面系统性评价学生对于体育知识、能力的把握,更好的让教师了解到学生是否真的掌握了体育知识技能,因材施教,对今后的工作可以更好的改进。教师更加系统、具体的教学,还可以培养学生的体育热情和习惯。建立一套系统性科学性的考核体系就需要将平时的教学内容融入到体系中,根据学生的不同情况合理、公平、全面考核。

考虑到学生的全方位发展,要注意评价主体、考核内容、考核方法的全面性、多元性。考核过程中,教师应当根据学生个人实际情况,采取公正客观的方式。尊重个体差异性,促进学生体育核心素养的全面发展,掌握基本的体育知识和技能。建立一个系统的评价体系,能够使学生多角度的了解自己的体育水平,给学生树立一个良好的体育理念,重视体育学科,积极体育锻炼,对学生未来的个人发展都是有益的。考试评价的根本目的就是促进体育教育、促进学生个人、促进教师体育教学水平的共同发展,考核中要树立正确的评价观,采用多种评价方式的优点,真正反映学生的体育水平。

5 结语

体育教师在体育改革进程中,不但要顺应时代的发展,更要站在提升体育学科的核心素养的角度,切实提高自我创新能力,丰富课堂内容,围绕关于体育知识的核心内容展开教学,可以提高学生的体育素养、身体素质、加深学生对于体育学科的积极性,加强学生身体健康、体育能力,促进学生的全方位发展。教师要打破地域、时间限制,积极投身于体育事业、体育文化服务、体育教育的实践中,保持对于体育行业的热爱及信念,提高自我对于体育知识能力,形成系统性的教学思想。吸收更新的体育思想,将理论融入实践,科学、全面地推动学生掌握体育理论,保障学生身体素质,综合能力的健康发展。同时高校的体育教学策略也需要在时代的进步中不断改革创新,根据本校的实际情况,积极引进先进的技术设备,完善师资队伍体系,开展新时代的体育课程模式。

学刊,2017(12):1.

[2] 陈福亮,翟芳,武海潭,等.基于核心素养的国家体育课程标准研制:台湾经验与启示[J].沈阳体育学院学报,2017,36(1):6.

[3] 赵富学,程传银,宋生涛.学科核心素养导向的体育课程研修程序设计[J].山东体育学院学报,2018,34(5):6.

[4] 赵富学,程传银.学生体育学科核心素养能力化的引领与培育[J].成都体育学院学报,2018,44(6):6.

[5] 王彩平,李大新.核心素养理念下学校体育教改的问题与突破[J].教学与管理,2018(33):3.

[6] 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):5.

[7] 尚力沛,程传银.基于发展学生核心素养的体育单元教学设计[J].体育学刊,2018,25(1):6.

作者简介:张宝禹,男(1980.07—),汉族,河北唐山人,硕士,苏州高博软件技术职业学院副教授,研究方向:体育科学。

项目基金:2021年江苏高校哲学社会科学研究一般项目“体育强国”建设纲要背景下青少年体育核心素养促进研究(项目编号:2021SJA1574)