

体育教学中学生核心素养培养策略探究

◆王 斌

(上海市南洋模范中学 上海市徐汇区 200032)

摘要: 体育教学与核心素养相互融合已成为现代体育教学改革的必然趋势, 体育教学使学生的身体素质能够得到有效提升, 核心素养对于学生的个人发展与社会发展起到关键作用, 将两者相互结合后进行教学实践, 对学生的综合素质培养具有重要的价值。高中阶段, 基于核心素养理论下的体育教学更为科学合理, 因此, 本文将从体育教学核心素养培养概述及主要内容进行阐述, 并就此提出了有效的应用策略, 以期促进高中体育教学的建设与发展。

关键词: 高中体育; 教学; 核心素养

新时期的课改指出核心素养是学生必备的品格和关键能力, 在高中体育教学中践行核心素养培养逐渐受到人们的重视, 通过将核心素养培养理念引入体育教学中, 学生的身体素质得到了提高的同时, 品质与品德也得到了综合性的提升。文章从高中学生的集体意识、体育实践能力以及社会适应能力等方面, 明确了体育教学中核心素养培养的重要意义以及提出实践措施建议。高中学生面临高考的学习压力, 对于非主学科的体育学科而言, 在学生不投入、家长不重视的现状下, 如何通过创新体育教学方式转变传统观念并发挥体育教学的实效性, 值得教育工作者们深入研究并应用到实际教学中。

一、体育教学核心素养培养概述及主要内容

在我国学校教育中, 核心素养这一创新教学理念的提出已有一段时期, 越来越多的学校和教师开始在教学管理与课程中渗透核心素养教学。核心素养作为学生必备且重要的品格和关键能力, 通过学科的学习和实践活动有助于使学生形成具有鲜明的个性特点和高层次的综合素质。体育教学核心素养是指核心素养在体育学科中的具体化, 体育教师有意识地让学生通过体育知识理论、体育实践、体育素质、社会适应等方面综合学习和训练, 培养学生的体育实践能力、运动认识能力和社会适应能力, 同时发展学生的体育人文意识、坚强意志力、集体意识的正确价值观。

1、体育实践能力

体育实践能力作为学生最基本的体育技术运用能力, 对于增强学生身体素质和掌握体育锻炼技巧两个方面具有重要作用。体育教师通过向学生下达体育锻炼任务和组织体育活动中, 使学生能够具备体育自学能力和自主实践能力。体育实践能力的培养包含有体育兴趣的培养、体育行为习惯的培养以及终身体育意识的培养。学校从小学到大学都设有体育课程, 这也意味着体育实践是需要长期坚持的过程, 而学生养成体育锻炼习惯是终身受益的, 但体育需要学生拥有自主参与的兴趣和意识, 如果缺乏对体育实践的爱好, 学生无法享受体育带来的乐趣, 不懂得欣赏体育文化, 学生在体育课堂之外便不会自主体育实践, 影响学生的身心健康水平和核心素养发展, 体育教学便也失去了该有的实效性。

2、运动认知能力

在体育教学对学生运动认知能力培养中, 主要任务包含了体育理论知识教学、运动技能以及健康理念等方面, 运动认知能力是学生进行体育实践的前提条件, 能够帮助学生在体育实践中分析和判断事物。在体育教学中, 通过体育理论知识的学习, 能够使学生提高体育的项目、基本功能、运动技术、动作要领的了解与掌握, 在人们的生活中常用到非常多的体育项目, 比如篮球、羽毛球、武术、田径等, 掌握各类体育活动的动作要领和科学方法, 能够为终身体育提供基础, 帮助促进学生的成长发育, 使学生具备良好的身体素质。

3、社会适应能力

学生在变化的体育环境中, 能够表现出身体、心理、个性等各方面的协调性, 是从开始适应到接受再到享受的过程, 在这个过程中培养了学生的社会适应能力。通过核心素养的体育教学, 使体育学科从对学生的身体教育渗透至学生的心理活动, 从而形成终身体育的价值。当学生从内心体验到体育实践的快乐, 激发

学生在个人发展与社会发展中投身于体育锻炼, 这样对于调节学生的身体与心灵具有深远的意义。体育教学中, 通过比赛、达标训练等体育活动, 培养了学生很好的心理稳定性和适应性, 增强学生的组织纪律性、坚强意志力和集体意识。在社会发展中, 一个人的个性不成熟、不合群等不良品质将影响他们的社会适应性, 而体育活动的竞技性、协作性、拼搏性都能够培养学生积极向上、团结互助、勇往直前的良好个性品质, 帮助学生更好的适应社会环境。

二、体育核心素养培养应用策略

(一) 培养体育人文精神

体育内所含的人文精神是非常多的, 体育拥有深厚的文化底蕴, 每一项体育项目都有知识、溯源、历史, 体育教师在核心素养培养中, 应当对体育的人文知识进行重点教学, 比如教学体育项目的发展与演变过程、体育的历史事件等, 使学生明白体育并不是简单的身体锻炼或者体育竞技, 更是一种挖掘潜能、国家荣誉以及社会文明的人文精神体现。此外, 体育教师在课程内容上要结合学生的生活背景以及考虑学生的兴趣需求, 依照人文精神的教学目标选择相关的体育教学素材, 在课堂中渗透体育人文知识, 开阔学生的视野。为此, 教师可以在进行体育教学之时专门开设人文精神的理论教学, 在每堂课课前向学生讲授一段人文精神的小故事, 通过小故事来更好的使学生了解体育人文精神。

(二) 体育教学资源多元化

众所周知, 体育活动是非常丰富的, 随着社会精神文明建设的不断深入, 人们生活水平的不断提高, 人们通过各种各样的活动参与体育锻炼。因此, 高中体育教学应当更加多元化以满足学生不断上升的体育需求, 积极拓展体育教学的内容, 提高学生参与体育课程的兴趣, 锻炼学生的身体素质, 培养学生的核心素养。体育教师需要充分掌握并利用每一个体育资源的特色和培养核心素养的实效性, 才能在体育教学中做到一举多得。比如通过中国武术、太极的教学和实践培养学生的爱国情怀, 通过舞蹈教学培养学生的形体气质, 通过竞技体育培养学生勇于争先的精神, 通过田径接力培养学生的团队协作精神和集体荣誉感。每一位同学的身体素质和体育特长存在差异, 此时, 体育教师在体育教学中需要考虑学生的个体差异制定合适的体育实践活动。

(三) 锻炼学生坚强意志

体育活动中能够让人们感受到成功与失败, 体验到自我价值。学生通过参加体育运动能够使学习压力释放、情趣宣泄、神经刺激, 增强学生克服困难和战胜困难的决心, 从而锻炼学生的坚强意志。田径运动是体育教学中最普遍的课堂教学内容, 教师在教学过程中要对起跑姿势进行提醒和纠正, 在跑步过程中, 学生会出现心跳加快、呼吸急促等身体机能反应, 此时教师需要给予支持与引导, 避免意志薄弱的学生中途放弃, 在最后阶段, 学生几乎已经精疲力尽, 而这是锻炼学生坚强意志力的好机会, 此时教师应当努力对学生鼓励与表扬, 激发学生克服困难和坚决不放弃的决心, 当学生通过自己的努力到达终点后, 不仅获得了成功的喜悦, 更重要的是让学生树立了不轻言放弃的坚强意志。

三、结语

综上所述, 高中体育教学是培养学生核心素养的重要途径, 体育教师必须要领悟到体育教学核心素养培养的现代教学理念, 在体育教学中重视培养学生的体育人文意识, 采取多元化的教学资源, 对学生核心素养的培养, 使学生树立正确的价值观与人生观, 促进学生综合发展。

参考文献:

- [1]张年雷. 试论高中体育教学中发展学生核心素养的策略[J]. 田径, 2018(5):13-14.
- [2]汤旭峰. 体育游戏促进学生核心素养发展[J]. 作文成功之路(中), 2018(1):80-80.
- [3]张雨. 聚焦核心素养观下的体育教学探讨[J]. 才智, 2017(29):168-168.