

浅析在小学体育与健康课程中如何提升学生的核心素养

邓冰冰

贵州省六盘水市六枝特区牯牯镇小学 贵州六盘水 553405

摘要:随着新课程改革的不断深入,越来越多的家长开始重视学生的全面发展,其中体育与健康课程对小学生身心健康的发展至关重要。有效提高小学体育的教学质量,提高学生在体育课程中的参与程度,既可以提高学生的身体素质,还有利于学生身心健康的发展,有利于提升学生的核心素养。基于此,在小学体育与健康教学课程中,小学体育教师应该要加强小学体育教学中小学生兴趣培养,帮助学生建立团队合作意识和良性竞争意识,进一步提升学生的体育核心素养,促使他们养成终身锻炼的体育意识。

关键词:小学体育;体育与健康;核心素养

随着时代的发展,教育对教师和学生要求都越来越高。尤其在信息化、全球化的大背景下,教师应该重视小学体育与健康这门课程的教学。但是在传统教学理念中,很多教师会认为这是一门可有可无的课程,因此很多主科教师就会占用学生上体育课的时间。长期如此,不仅会导致学生对体育课程的重视程度下降,还会让教育部门精心设置的促进学生身心健康的课程变得毫无意义。对此,小学体育教师应该要深切认识到小学体育与健康课程的重要性,并对其中存在的问题提出一些解决策略,旨在提升学生的核心素养,促进学生的全面发展。

一、小学体育与健康课程的教学现状

目前,虽然教育在不断地改革与发展,但是由于很多学校的教师长时间受到传统教学理念的影响,导致传统的教育模式仍然根深蒂固,课堂模式仍以老师为主,以教学成绩为主。而忽视了教育部门一直强调的素质教育,忽视了如今学校要培养德智体美劳全面发展的学生的意义。尤其是很多学校专门安排的对孩子健康成长帮助较大的课程,这类课程往往得不到重视,反而被老师们所忽视。比如小学体育与健康这门课程,是为了中小学生的身心健康发展而特意开展的一门课程,但是这门课程并没有被很多体育教师所重视,有的学校甚至把这门课程当作可上可下的一门课程,有的地方甚至把这门课程当作自习课。长此以往,这门课程也被学生所忽视,他们也认为这只是一门玩耍娱乐的课程,在这节课上他们不用写作业,老师对他们也很放松,他们可以玩一节课,但是从这门学科中到底学到了什么,恐怕又是他们回答不出来的。这也导致他们缺乏体育锻炼,肢体不协调,缺乏体育意识。虽然新课改在不断推进,老师们也在不断提升自我,但是有一些根深蒂固的误解,或者对一些学科的偏见仍然存在,而这种观念的转变,也是需要有一个过程,需要正确的指导思想,引领大家做出改变。

二、基于小学体育提升学生核心素养的价值

现如今,教育事业正在不停的改革,传统的应试教育已经逐渐被素质教育所取代,而新时代提出的核心素养对我们也产生了巨大的影响。为了适应社会发展的需求,素质教育也体现在小学教学的方方面面。为了更好地培养全面发展的人才,在教学过程中,小学教师如果可以把核心素养应用在实际教育中,不仅可以为老师们的教学提供方向,还能够为教师设计教学方法而提供理论依据。对于小学体育与健康这

门课程来说,如果教师可以在教学过程中渗透进核心素养的内容,就可以使得小学体育教育真正发挥它的作用,还能够帮助学生认识到这门课程是不可取代的。

通过对小学体育与健康这门课程进行分析,可以发现它不单单是一门活动课程。通过这门课程,学生可以学到与健康有关的小知识,还可以学到与同学团结合作的重要性,提升学生的合作意识与良性竞争意识。同时,在体育锻炼中,既锻炼了学生的身体,也培养了他们坚强的品质,而且通过学习体育,还可以培养学生养成良好的生活习惯。由此可以发现,在小学体育与健康这门课程中有效渗透核心素养,无论是对学生的身体素质,还是对学生的心理健康,都具有较为重要的价值。

三、在小学体育与健康课程中提升学生核心素养的策略

(一) 利用教学情境,培养学生品格

在体育与健康这门课程的教学过程中,除了教授学生基本的体育技巧和体育知识,教师也要注重其中蕴含的情感认知与精神品格。然而,对于处于小学阶段的学生来说,如果教师只是采取较为严肃单一的教学方式,就会给学生一种望而生畏的感觉,长期就会使小学生感到乏味。因此,很多因素导致大部分小学生对老师讲解缺乏兴趣。为了能够让学生们用心倾听,就需要转变上述的现状,体育教师可以利用教学情境,让自己讲授变得更加的有情有味,促进学生倾听。

例如,小学体育教师在教授“体操类活动”中有关“队列”的内容时,就可以借助“我们是人民解放军”这一教学情境,让学生通过相关的人设产生自我约束的认知和行为。通过这样的方式,既可以激发学生对于体育锻炼的兴趣,还能够让学生感受到不同的情感体验,加强学生团队协作的意识,从而促进学生个人人格的发展,提升学生的核心素养。作为这门课程的老师,同时也要精心设计,找到小学生的兴趣点。从这里出发,可以设计一些新型的体育活动,或者组织一些趣味运动会,比如说螃蟹抱西瓜、两人三足等,既锻炼了学生又培养了他们的合作意识。使学生在玩的过程中又学到了知识,真正做到引导学生全面发展。

(二) 加大对小学体育与健康课程的重视

根据相关的实践证明,虽然体育与健康课程在本质上就是以体育课作为基础,但实际上还是涵盖了很多有关健康方面的内容改变,然而对如今小学体育与健康课程的定义深究,

不难发现其与传统体育课程在实质内容和形式上都是没有区别的。在此背景下，学生们不仅不能够有效了解体育运动知识和其技能之外，还不可以充分借助到体育学科的价值，以此来提高学生自身各个方面的素质。为了能够有效解决这一问题，小学体育教师可以采取以下方式，以确保学生能够有效提升自身的核心素养。其一，坚持新教学标准的主导作用，更好地理解教育方案内的内涵，对内容标准、理念和目标有更全面、系统的理解，并为其他教育活动提供有力支持；其二，小学体育教师要及时跟上时代的步伐，更新自己的教学理念，进行大胆的课程改革，从而可以采取一定的措施将原本散漫的教学模式变得更加科学系统，保证体育与健康课程的重要作用得到充分发挥。

作为老师，不但要在思想上加大学生对体育课的重视，让他们了解到学习这门课程的价值，还应该在实际教学中，深入实践性的知识，让学生真正能从中学到知识，真正学到对自己的发展有用的知识。比如体育课上常见的一些小意外，遇到这种情况学生的第一反应就是去医务室，找医生帮忙处理。这时作为老师，就要从专业的角度去分析，并且交给学生有的情况是不宜移动受伤的小朋友的，比如关节错位或者脱臼等意外的发生。这个时候要寻求老师帮助，不可以随便移动同学。还有一些基本的健康运动的小常识的传授，都会让学生重新来认识这门课程。

（三）加强师生之间的交流和沟通

体育与健康教学和以往的学科教学不同。在体育与健康教学的过程当中，如果教师和学生并不是一个团体，而是两个相对的个体，两个个体之间没有特别紧密的联系。久而久之，教师和学生之间就会产生隔阂，非常不利于学生的各方面发展。所以教师在教学的过程当中要加强和学生之间的沟

通交流，时时刻刻观察每个学生体育动作的特点和情况，及时对学生进行指导。这就要求教师要充分了解小学阶段学生的性格特点。这样作为老师，在教学中才能更好地了解学生的心理，方便老师与学生的沟通交流，让学生觉得老师没有摆出老师的架子，老师是真心与自己做朋友的。只有做到了平等的沟通与交流，确定了学生的主体地位，才能为以后的体育与健康课程的课堂氛围打下基础。另外，对于有进步或者做的好的同学，教师要给予充分的表扬和鼓励，这样既可以帮助学生增强体育锻炼的自信，还有利于促使学生养成良好的体育锻炼习惯，提升自身的核心素养。

四、结语

总而言之，通过了解核心素养在体育与健康教学中的重要作用，小学体育教师可以明确核心素养的渗透不仅可以提高学生的身体素质，在一定程度上还可以强化学生的心理素质，对于学生未来的发展和成长都具有重大的影响。而作为这门课程的老师，应该要紧跟时代潮流，努力提升自己，转变传统的教育理念，要根据核心素养的要求，积极改进素质教育，这样核心素养培养才能得到落实。

参考文献：

- [1] 王少云，黄素珠，林秀春. 体育与健康学科核心素养的价值取向与教学落点 [J]. 福建基础教育研究, 2020(08): 142-144.
- [2] 廖小毅. 小学体育与健康课堂教学中核心素养的渗透 [J]. 青少年体育, 2020(08): 120-121+123.
- [3] 邹清泉. 核心素养背景下小学体育与健康课堂教学实施策略 [J]. 当代体育科技, 2020, 9(09): 119+121.

