

结构化视阈下体育学科核心素养的培养研究

黄贝

长江大学文理学院 湖北荆州 434020

DOI: 10.12238/jief.v7i7.15791

[摘要] 近年来, 体育学科核心素养受到众多学者广泛关注, 研究逐步深入, 体育学科核心素养体系逐渐健全。本文采用文献资料法、统计分析法等研究方法, 在结构化视阈下将体育学科核心素养的培养分阶段进行研究, 根据人的发展规律与特点, 针对不同年龄段学生的基本情况制定相应的体育核心素养培养目标, 并且将各阶段目标形成自然地衔接, 通过多样化的培养手段循序渐进, 使学生对体育核心素养像学习理论知识一样通过概念化、条件化、结构化、策略化的方式, 系统形成并掌握。

[关键词] 体育核心素养; 结构化; 系统化; 体育学;

Research on the cultivation of core literacy in physical education under the perspective of structure

Huang Bei

College of Arts and Sciences, Changjiang University, Jingzhou, Hubei 434020

[Abstract] In recent years, the core competencies in physical education have garnered significant scholarly attention. As research progresses, the framework for cultivating these competencies has become increasingly robust. This study employs literature review and statistical analysis to systematically examine the phased development of physical education core competencies through a structured approach. Guided by human developmental principles, we establish age-appropriate competency objectives for students across different developmental stages. These objectives are seamlessly integrated with progressive training methods, enabling students to systematically acquire core competencies—much like mastering theoretical knowledge—through conceptualization, contextualization, structuring, and strategic application.

[Key words] Physical Education Core Competencies; Structured Framework; Systematic Development; Sports Science;

根据国家教育部印发《关于全面深化改革, 落实立德树人根本任务的意见》指出立德树人是中国特色社会主义建设的核心所在, 是培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人的本质要求, 并在该意见中首次提出建设学科核心素养。要发挥体育的独特育人作用, 统筹小学、初中、高中、本专科各学段, 根据各学段设定育人目标, 使学科核心素养的培养依次递进、循序渐进、有序过渡, 决不可出现培养脱节和重复交叉现象^[1]。遵循体育过程的纵向规律, 根据学生年龄特征、身心发展与运动的循序性规律, 体育学科核心素养也应进行系统的规划与制定。利用体育的基础性特征, 传授体育健康相关知识, 培养良好的体育锻炼习惯, 通过坚持终身体育, 为拥有一个健康的身体和幸福的生活打下良好基础; 利用体育的实践性特征, 通过课堂上以身体练习为手段的活动, 使学生掌握正确的动作技术要领, 提高实践能力; 利用体育的健身性特征, 在体育与健康课堂上除了以教授体育理论知识与技能外, 增加一定负荷的身体素质练习, 达到强身健体的目的。利用体育的综合性特征, 发挥体育的独特育人作用, 以体育与健康理论知识学习和技能学习内容为主, 渗透德育教育, 培养具备一定理论知识储量、一定技能掌握和具有顽强拼搏意识的学生。

1. 体育学科核心素养的概念及其构成要素

1.1 体育学科核心素养的概念

自“体育学科核心素养”一词出现以来, 不同国家对此有不同的定义, 新西兰体育学科核心素养强调身体发展、运动概念和动作技能、人际关系、健康的社区及环境四个方面^[2]; 法国则强调运动技能和个人德性两个方面^[3]。在国内对于体育学科核心素养的解说也不尽相同, 不同学者对此进行了不同的解读, 季浏在“我国《普通高中标准体育与健康课程标准》(2017年版)解读”中将体育学科核心素养分为运动能力、健康行为、体育品德三个方面^[4]; 于素梅则从体育精神、运动实践、健康促进三个维度分析体育学科核心素养, 并将其具体划分为6个要素, 分别是: 体育情感&体育品格、运动能力&运动习惯、健康知识&健康行为^[5]。而赵富学在学科结构的基础上将体育学科核心素养分为体育品德与修养、运动兴趣与能力、健康行为与习惯、运动品质与意志四个要素^[6]。

1.2 体育学科核心素养的构建要素

从以上学者的研究及探讨来看, 大多学者对体育学科核心素养的研究围绕运动技能与习惯、健康知识与行为、体育品德与情感三个方面展开, 本文将从这三个方面利用结构化原理对各阶段体育学科核心素养的培养进行研究。运动能力, 即人体

参加运动或训练的能力,是人体身体素质、身体形态、心理能力、身体机能的综合表现;运动习惯,是人体通过保持长期运动而产生的一种惯常行为;健康知识应作为健康行为的辅助条件,学生想要拥有健康的体魄,不仅要进行体育锻炼与训练,还需要一定的健康知识进行辅助;健康行为应表现为身体健康、心理健康、道德健康以及社会适应健康几方面;体育品德是指在竞技体育中的“公平、公正、公开”原则,在体育活动中不偷奸耍滑,使用不正当手段等;体育情感旨在培养学生在参加体育活动时学会团队协作、互相帮助、彼此信任,并将此运用到日常生活之中。从以上三方面来看,体育学科相较于其他学科具有更独特的育人作用,有利于学生价值观、人生观的建立,也符合教育立德树人的目标。

2.各阶段体育学科核心素养的培养研究

教育是一种有目的、有计划的培养人的活动,而不是盲目地、自发的。学生在不同年龄阶段具有不同的心理特征、身体状况,这就要求教育者根据相关条件制定和实施科学的、可实践的培养目标和教学方案,并且在各阶段间保证不间断性,以及整体的系统性,循序渐进,依次递进。因此,体育学科核心素养的培养也应遵循教育的基本原则,进行统筹规划,制定完整详细的计划。1963年美国心理学家杰罗姆·布鲁纳发表的《教育过程》强调:“不论我们教什么学科,务必使学生明白该学科的基本结构”^[7]。由此可见,结构化是教育工作者在教学过程中必须采用的的方式,也是应该帮助学生所建立的一种能力。

2.1 小学阶段体育学科核心素养培养

学习不但应该把我们带往某处,而且还应该让我们日后再继续前进时更为容易^[7]。小学体育教师应将素质教育作为教学的主要目标,以培养学生的核心素养作为主要任务,改变以身体素质练习为主的传统教学观念。教学中不仅要注重特殊迁移,还要注重非特殊迁移,即不仅要求学生掌握某一项运动技能,还要使学生学习一种观念,这种观念将作为学生后继处理形似事件的基础。加强核心素养的素质教育并不是要求教师减少技能学习和体能训练,而是将素质教育核心素养融入到每一堂课。

首先,小学阶段对学生的运动技能与习惯培养要符合少年儿童的身心发展规律,运动负荷的设定应与性别和年龄相适应,以保证学生的健康成长,运动技能方面更应以促进少年儿童健康发展、提高身体素质为主,利用少年儿童的好奇心和求知欲,带领学生尝试多种运动技能,同时培养学生的自我评价能力,特别是对自我技能的评价能力,方便学生在今后的学习和生活中选择自己感兴趣的体育项目,然后进行深入学习。体育教育是一种有目的的、有计划地体育活动,除了教授学生理论知识和体育技能外,还要注重培养学生的运动习惯,向学生展示体育运动的益处,例如:运动有利于长高;可以增强免疫力;长跑运动,有利于发展心肺功能等等。其次,健康知识与行为的培养要结合现实生活中的事例,在室外体育活动中穿插体育知识,使学生不仅学会动作技能,而且对项目的理论知识是有一定了解。小学阶段要严抓健康行为及卫生行为,例如在进行拔河比赛或田径比赛前,带领学生进行热身运动,并告知热身运动在后续比赛中可预防受伤。在学生刚完成大强度运动后,提醒学生不要立即坐下或躺下,避免突然停止造成休克。以及不要大量饮用冷水或冰水等,以免过度刺激肠胃,应尽量

喝温水少量多次的进行补水。通过这些健康行为减少学生在课堂中受伤的机率,也减少他们在日常生活中进行体育活动时受伤的次数。最后,品德与情感的建设也是体育核心素养培养的重要部分,体育品德是个人道德品质的一部分,是学生参加体育活动时的道德素养,在课堂比赛或其他比赛中应教导学生遵守竞赛规则,形成良好的体育品德。体育情感是培养学生对体育相关事件的积极情感,利用多媒体影像观看体育比赛、学习“女排精神”等引导学生崇尚拼搏向上、顽强坚定的精神品质。体育品德与情感一方面也对儿童的人生观、价值观建立起到一定的影响作用,儿童时期,学生对世界的认知与概念尚未完全建立,因此从小建立正确的体育品德对正确价值观和人生观具有有力推动作用。

2.2 初中阶段体育学科核心素养培养

人的发展具有一定的发展规律,且人的发展并不是呈一条直线一直向前的,研究表明:人的发展在幼儿期出现第一个加速发展期,在童年时期又处于平稳期,到青春发育期又出现第二个加速发展期。因此对于处于初中阶段的学生,教师在教育教学中应该利用该时期培养学生自觉学习、自我要求的能力,发挥学生的主观能动性。

处于初中阶段的学生来自文化课的压力非常大,体育活动可以作为缓解压力的一大方式,在此阶段,体育课堂教学内容应该更加有趣、教学形势更加多样化,让学生在体育活动中体会到运动所带来的快乐。学校也可适当组织体育活动,激发学生的体育参与度。初中阶段,学生已具备一定的运动技能的累积与运动习惯,这个阶段的学生具有强烈的自我意识,常出现自己感兴趣的项目积极参与,不感兴趣的项目敷衍了事的情况,教师要观察到每一个学生,因材施教,正确引导学生参加和学习不擅长的项目,并即时性的给出评价和鼓励。可以引入部分体育游戏到课堂教学当中,在体育活动的基础上结合走、跑、攀、爬等各种形式,发展学生的运动技能与习惯^[8]。初中阶段的健康知识与行为应更加深入,在进行某项体育项目教学,教师应讲述该项目的历史起源、发展及现状,在健康知识与行为的教学中,可穿插一定的生理、心理相关专业知识的,学生掌握了这些专业知识,对不健康的行为所带来的后果有了清楚的认识,促使学生自我督查,建立更加健康的行为意识。体育品德与情感在初中阶段对学生价值观的形成具有重大的影响作用。初中阶段,学生的思想和价值观逐步形成,教师应在整体上把握学生的体育品德,引导学生积极向上的、乐观的精神态度,同时该阶段学生的个人情感、个人经历也会对体育品德与情感产生一定的影响,这就需要学生和家长共同关注学生的观念形成,在不正确的观念萌芽时期,给予正确的引导。通过体育活动对此进行穿插德育教育,比直接进行德育教育容易让学生接受和理解。

2.3 高中阶段体育学科核心素养培养

虽然环境的给定性相似或相同,但受到主体选择性的制约,不同的学生在体育上的发展呈现出不同形态,例如,在课堂教学中,老师教授的是同一动作技巧或项目,但因为学生的个体因素制约,学生的掌握程度不尽相同。此时,教师在学生运动技能与习惯的培养上,可以采取分层教学或“结对子”的方式改善课堂教学模式。通过这些方式培养学生自主学习、自我构建的能力,同时帮助学生成就自我实现。健康知识和行为的培养应改被动为主动,例如布置课堂小作业让学生自主探索

感兴趣项目相关的健康知识,组织分享讲述会,在积累自我健康知识的同时,使学生通过交流互动了解和掌握更多的健康知识。在体育品德与行为方面,主要从学生的课堂参与度与主观能动性两方面去进行评估。在众多高中存在不重视体育课程的现象,因为体育不是高考项目,因此学校对教学质量没有要求,在强调安全问题的基础上,对课堂教学内容不做要求,很多高中体育课呈现“集合-自由活动-集合-解散下课”的状态,部分具有运动习惯和兴趣的学生在田径场上或者篮球场上进行运动,但大多数学生要么回到教室睡觉,要么坐在树荫下聊天。要改变这种现状首先要改变学校的教育方式,不能唯“升学率”“分数”论,虽然体育不是每名考生高考必考科目,但学校也应该设置期中或期末考核制度,对学生的体育成绩作出要求,以完成新课程标准要求培养德、智、体、美、劳全面发展的学生。

2.4 本专科阶段体育学科核心素养培养

本专科阶段,学校应进行“严出”性管理,即:一、学生必须完成规定课程中的学时与内容。二、在结课考核中,教师要严格按照评分细则与标准对学生进行严格要求^[10]。在体育课程中不仅要完成提高大学生体质的任务,还要促进学生理论知识与实践相结合。在体育练习与训练过程中传授健康知识,如运动损伤预防、运动康复、健康体育行为等。相较于中小学阶段,其实在本专科阶段进行体育学科核心素养教育是更加简单的,然而,国家体育总局和北京体育大学联合编撰的《中国青少年体育发展报告(2015)》多项身体素质检测显示,大学生身体素质整体不如中学生,我国学生群体的体质健康短板已经

发展阶段	运动技能与习惯	健康知识与行为	体育品德与情感
小学阶段	身体素质为主,发展全面学习能力	学习体育基础知识	体育学科基本观念
初中阶段	学习特定项目	学习体育基本原理	学习体育学科观念
高中阶段	学习体育模式	学习体育专业知识,并与其他学科知识相串联	将体育学科观念与其他学科结合
本专科阶段	专业项目	专项知识	将体育学科观念与社会责任感结合

4. 结束语

核心素养是引领未来教育改革的一面旗帜,培养一个具有德、智、体、美、劳全面发展的综合型学生是教育工作者的重要任务,体育教育工作者要利用体育的独特育人作用为将来的复合型人才培养出一份力,摒弃以往的体育课堂只进行身体练习与体育活动的传统观念,将体育核心素养的功能性发挥出来,通过体育核心素养指导体育课程体系设计、指导教学实践、引导学生学习方向与指导教育评价。针对不同阶段相应的进行不同主要目标的培养,使体育学科核心素养形成衔接式教学,从而发展成为一个更加完整的体系。在现有的体育教育培养模式与框架上融合体育核心素养的阶段式培养各阶段培养之间上下联系,形成结构化培养,培养出德才兼备、品行优良的健全型人才。

【参考文献】

[1]中华人民共和国教育部.教育部关于全面深化课程改革,落实立德树人根本任务的意见[EB/OL].(2014-03-30).<http://old.moe.gov.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/s7054/201404/167226.html>.

[2]SHAPE America.National Standards & Grade-level Outcomes for K-12 Physical Education[M].Champaign: Human Kinetics, 2014.

上移至大学生群体^[11]。目前高校体育课程质量与内容较难达到体育学科核心素养的培养要求,对于非体育专业的体育课程内容大多集中在交际舞、体育舞蹈、基础健美操等项目,而田径、体操、足球等日常健身项目则不见踪影。

3.各阶段体育学科核心素养的衔接与结构化

3.1 各阶段体育学科核心素养的衔接

人的发展既体现出量的累积,又表现出质的飞跃。在发展的各阶段实现量的累积,当累积到一定程度时就会导致质的飞跃,从而表现出发展的阶段性,且每一阶段以并不是独立存在和发展的,而是相互联系的,上一阶段影响着下一阶段的发展^[9]。各阶段体育学科核心素养的培养应具有一定的侧重点,如下图:

发展阶段	培养侧重点
小学阶段	发现学习、兴趣学习
初中阶段	自觉学习、自我教育、发挥主观能动性
高中阶段	自愿学习、自我构建、自我实现
本专科阶段	自为、自律、自主学习

3.2 体育学科核心素养结构化

学生经过课堂学习,不仅通过特殊迁移掌握了某一项以应对今后日常生活的技能,也通过非特殊迁移建立了一种观念与态度,而这种非特殊性迁移需要学习的连续性逐渐建立,并非一蹴而就。如果不将所学到的知识结构化,串联起来,那么这些知识一半半会被遗忘掉。根据可借以推断出论据的原理和观念来组织论据,是降低人类记忆丧失速率的惟一的已知方法^[7]。通过对各阶段体育学科核心素养进行研究制定了如下培养结构:

[3]STIBBE G.Standards und Kompetenzen für den Sportunterricht[M].Education Physique ET Sportive, 2009.

[4]季浏.我国《普通高中体育与健康课程标准(2017年版)》解读[J].体育科学,2018,38(2):3-20

[5]于素梅.中国学生体育学科核心素养框架体系建构[J].体育学刊,2017,24(4):5-9

[6]赵富学.体育学科核心素养理论基础及结构要素研究[J].沈阳体育学院学报,2018,37(6):107-108

[7]杰罗姆·布鲁纳.教育过程[M].文化教育出版社,1982:31-32

[8]樊姝皎.体育游戏对高中体育与健康学科核心素养之运动能力的培养[J].青少年体育,2020,84:117

[9]王道俊,郭文安.教育学[M].人民教育出版社,2016:32-33

[10]丛灿日,王志学.“严出”之下高校体育课程改革的审视及推进路径[J].体育学刊,2020,27(2):118

[11]国家体育总局和北京体育大学联合编撰的中国青少年体育发展报告(2015)[EB/OL]. [2019-07-10].<http://sports.163.com/15/0816/02/B13TPLNC00051C8M.html>.

作者简介:黄贝(1998-11)女,汉族,湖北武汉人,硕士,助教,研究方向:思想政治教育、体育课程思政、高等教育、体育教育。