

核心素养导向下初中体育课堂教学优化路径研究

作者:高亚萍

单位:陕西省神木市第八中学 邮编:719300

摘要:体育学科核心素养包括运动能力、健康行为和体育品德,是新时代初中体育课堂教学改革的根本遵循。传统的初中体育课堂存在教学目标单一、内容碎片化、教学模式固化、评价体系片面等现实问题,不能很好地实现全方位育人目标。本文从培育核心素养这个大的基础出发,总结当前初中体育课堂存在的主要问题,围绕教学目标重构、课堂内容整合、教学模式创新以及多元评价构建四个方向提出解决问题具有针对性的优化路径,让体育课堂由纯粹技能训练转变成身心协调发展的过程,可以为落实义务教育体育课程育人目标提供理论支撑。

关键词:核心素养;初中体育;课堂教学;教学优化;体育育人

引言

体育课堂是培育学生的核心素养最主要场所,以“核心素养”为导向,改变了过去以“体能、动作技能”评价的体育教学标准。课堂中一切环节都需围绕着核心素养对其进行重构,把握好运动技能、健康认知和品格培育之间的关系。厘清核心素养与体育课堂教学相结合的逻辑,修正传统体育课程教学中只强调训练、不突出素养和只注重结果、忽略过程的问题,充分发挥体育课堂综合育人功效,打造覆盖学生身心成长全方位的持续性培育课程。

一、核心素养导向下初中体育课堂现存突出问题

(一) 教学目标定位浅层化,素养维度融合不足

传统初中体育课堂教学目标主要围绕动作的掌握和体能的达标展开,将运动能力作为唯一教学重心,健康行为与体育品德相关的目标只是简单提及。在教师教学设计时缺少三方面素养统筹规划意识,未将培养良好健康习惯、塑造规则意识、锻炼抗挫折品质嵌入每一节课的实施过程中,三类素养目标割裂。在课堂教学活动设计过程中,没有明确指出以何种素养为基础进行分层教学;不同运动水平的学生所对应的综合素养发展目标模糊,在教学实施上难以兼顾学生综合素养递进发展,课堂育人功能无法完整落地。

(二) 课堂教学内容碎片化,结构化整合程度偏低

从现有的体育课堂内容来看,大多按照独立运动项目进行拆分,各教学单元之间缺少连贯、统一的素养培育主线,健康教育、安全防护、团队协作等相关内容和专项运动训练相互脱节。教学内容选择上偏重于竞技类技术动作,忽略了贴合初中生日常生活方式与情绪调节、运动损伤防护等实用性内容的选取,很难引导学生形成长期自我锻炼意识;跨学科主题学习的内容开发不足,将体育与心理健康、生命教育有关的融合素材较少,课堂内容无法为学生完整的健康行为体系建构提供支撑。

（三）课堂实施模式固化，学生主体参与度受限

多数初中体育课堂一直是教师做示范、学生模仿、重复练习的线性教学模式，只能被动接收老师安排并执行各种指令的实际动作，很少有可供学生自由探索、合作实践和竞赛运用的活动空间。分层教学未落到实处，统一训练标准不能满足不同身体健康程度、体能和运动基础差异性的学生发展需要；运动能力薄弱的学生容易产生畏难情绪，缺乏稳定的运动兴趣；缺少情境化、任务性教学载体。技能学习与真实运动场景脱节，很少让学生把学到的知识付诸于实践之中去培养自己的运动能力。

（四）教学评价体系单一，过程性评价存在缺失

当前初中体育课堂评价依然是以期末的体能测试、专项动作考核为主，仅将成绩单一地反映到教室里，对于学生在课堂上的参与态度、协作表现、健康习惯养成等方面不予关注。评价过程只由老师决定，没有学生自评、小组互评等环节，也无法反映出学生素质的进步，仅通过评价结果来判断成绩好坏，很难形成根据评价数据调整课堂教学设计的机制。

（五）教师综合育人能力存在短板

部分体育教师一直坚守传统技能教学思维，对核心素养三维融合的课堂设计能力不足，缺乏跨学科开发、分层学情研判和过程性评价设计等专业储备。平时校园内常态化的教研活动多集中于运动技术打磨方面，针对素养导向课堂设计讨论较少，很难有机会持续更新与延伸自身的教学理念；大量教师忽视家校协同育人渠道搭建，没有将课堂上培育素养任务落实到家庭日常锻炼上，只局限在校园范围之内进行素养培育，无法形成课内外一体化的全面育人链条。

二、核心素养导向下初中体育课堂教学优化实施路径

（一）重构三维一体教学目标，锚定素养培育核心方向

教师在进行课前教学设计时，必须要以体育核心素养为顶层指引，同步规划运动能力、健康行为、体育品德三类目标，在课堂教学中将这些内容融合开来。从初中生身心发展特点出发，详细归纳各维度可落地的课堂目标；例如针对初中生基础动作规范性强，关注学生提高体质，灵活应用技能；针对初中生日常运动习惯特征规划热身放松、负荷控制、防止损伤等；在具体的具体授课内容方面则包括遵守规则、团队协作、胜负心态引导等。

（二）整合结构化课堂教学内容，搭建一体化学练体系

打破单一项目碎片化教学，大单元教学整合同类运动内容，以素养主线串联技能训练、健康知识、品格教育相关素材形成学练赛评一体化的内容框架。丰富课堂内容类型，适度增加生活化健身、身心调节、户外轻运动等适合初中生长期锻炼需要的课程内容，弱化高强度竞技化比重的比例。主动开发跨学科教学素材，结合生命教育、心理健康教育设置综合性课堂任务，将运动安全、情绪疏导、集体协作自然融入专项运动练习过程中，让课堂内容既有技能学习价值又有健康育人价值。

（三）创新多元化课堂实施模式，凸显学生课堂主体地位

转变单向灌输式教学逻辑，广泛运用情境教学、小组合作、任务驱动等新型课堂模式，创设真实的场景如模拟竞赛、集体闯关，引导学生自主探索技能、尝试运用。全面落实分层教学理念，根据学生体能和运动基础分别划分不同练习级别，设置差异化训练任务，使每个学生都获得适应自身水平的成长体验。

（四）构建全过程多元评价体系，发挥评价导向育人功能

建立过程性评价与终结性评价相结合的综合评价机制，减少对单一体能测试的考察重视，增加课堂参与、小组协作、自主锻炼习惯等质性评价内容；拓宽评价主体范围，引入学生自我反思、小组相互评价和教师综合评定，形成多维度的成长反馈。依托课堂评价记录学生素养阶段性变化，根据评价中所呈现出来的学习短板调整教学内容及训练方式，搭建起教学实施、评价反馈、课堂优化闭环运行机制，以评价持续推进核心素养培育落地见效。

三、结语

核心素养导向下的初中体育课堂教学优化是进一步深化义务教育体育课程改革，落实全面育人要求的重要举措。目前初中体育课堂存在目标、内容、模式、评价等方面的不足和短板，不利于学生运动能力、健康行为以及体育品德的发展。学校与体育教师应当继续转变教学思想，用三维核心素养来统领整个体育课堂教学过程，更新完善课堂结构和内容设置，创新课堂形式，建立健全对初中体育课堂课时评估的多元机制。通过系统性的课堂调节，充分挖掘体育课程强身、健心、育人的特殊功效，帮助学生树立终身运动意识、形成健康良好的身心品格，促使青少年更加全面的健康成长。

参考文献

- [1]季浏.新版义教课标构建以核心素养为纲的体育与健康课程体系[J].上海体育大学学报,2022,46(06):1-8.
- [2]黄文,李喜洋.核心素养导向下初中体育健康知识模块教学优化路径[J].体育科学进展,2025,13(06):999-1004.
- [3]唐永生.核心素养视域下初中体育课堂教学实施策略研究[J].体育风尚,2025(17):92-94.