

课程思政背景下中学体育教学促进学生学科核心素养的研究

李静

咸阳师范学院, 中国·陕西 咸阳 712000

摘要: 在新时代“立德树人”根本任务的指引下, 课程思政成为中学体育教学改革的重要方向。本文以体育学科核心素养为培养目标, 深入探讨课程思政元素融入中学体育教学的理论逻辑与实践路径。本文基于 SEM 模式构建初中体育课堂教学促进学科核心素养的途径, 详细阐述了如何在技能传授中渗透集体主义、规则意识、拼搏精神等思政要素。研究表明, 深度挖掘体育教学的思政内涵, 系统设计融合策略, 能有效实现体育育体与育心的统一, 加深学生对运动健康价值的理解, 形成良好的体育观和健康观。

关键词: 课程思政; 中学体育; 学科核心; 教学

Research on Middle School Physical Education Teaching Promoting Students' Core Literacy under the Background of Curriculum Ideology and Politics

Li Jing

Xianyang Normal University, China Shaanxi Xianyang 712000

Abstract: Under the guidance of the fundamental task of "cultivating people by virtue" in the new era, curriculum ideological and political education has become an important direction of physical education reform in middle schools. Taking the core accomplishment of physical education as the training goal, this paper deeply discusses the theoretical logic and practical path of integrating the ideological and political elements of the curriculum into physical education in middle schools. Based on SEM model, this paper constructs a way to promote the core literacy of junior high school physical education classroom teaching, and expounds in detail how to infiltrate the ideological and political elements such as collectivism, rule consciousness and fighting spirit into skill teaching. The research shows that deeply digging the ideological and political connotation of physical education teaching and systematically designing the integration strategy can effectively realize the unity of physical education and mental education, deepen students' understanding of the healthy value of sports, and form a good view of sports and health.

Keywords: Curriculum ideology and politics; Middle school physical education; Discipline core; Teaching

0 前言

《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》明确提出“发挥体育与健康课程的育人功能”, 强调通过体育学习培养学生“遵守规则、诚信自律、公平竞争”的品德。在“大思政课”建设背景下, 体育作为实践性最强的基础学科, 具有独特的思政教育价值: 其身体实践性、规则约束性、竞争合作性, 为培养学生责任感、意志力、团队精神提供了天然场域。如何将思政教育“如盐在水”般融入体育技能教学, 促进学生核心素养的整体提升, 成为当前体育教学改革的迫切命题。

1 体育学科核心素养与课程思政的内在统一性

1.1 理论同构性与政策依据

体育学科核心素养与课程思政具有深层的理论同构性。马克思主义关于“人的全面发展”理论强调身心统一的育人观, 为体育核心素养(运动能力、健康行为、体育品德)与思政教育“立德树人”目标的融合奠定哲学基础。杜威“做中学”教育哲学进一步揭示: 身体实践是价值观内化的有效载体, 如长跑训练中的“极点突破”可具象化“坚持不懈”的意志品质。政策层面,《普通高中体育与健康

康课程标准》明确将“体育品德”列为核心素养，要求培养“遵守规则、社会责任”等品质，与《中小学德育工作指南》的“社会主义核心价值观教育”形成呼应。例如足球裁判模拟教学中，学生通过判罚实践理解“程序公正”对维护公平的核心价值，将规则意识升华为法治观念，体现政策导向与教学实践的统一性。

1.2 三维素养的思政映射与实践验证

三大核心素养维度与思政元素存在精准映射：运动能力培养渗透“工匠精神”，如体操“单杠屈身上”的百次练习，引导学生体会“量变到质变”的唯物辩证法；健康行为养成关联生命教育，设计“21 天锻炼计划”要求学生诚信记录数据，融合《“健康中国 2030”规划纲要》的健康责任观；体育品德培育聚焦集体主义，某校排球教学数据显示，实施课程思政后，学生主动补位行为提升，埋怨队友现象减少。体育活动的天然属性更为思政教育提供优势场景：篮球“3 秒违例”规则教学揭示“规则是自由的尺度”，竞争性项目天然锤炼抗压能力，如中长跑中引导学生将“突破生理极限”升华为“直面人生挑战”的生命态度。实证表明，运动情境中的具身体验显著加速价值内化。

1.3 互促机制与教育价值

素养培育与思政渗透存在动态互促机制，两者在实施过程中，相互影响，相互促进，从而形成教育闭环。运动能力提升带来成功体验，建立“奋斗有价值”的自我效能感，进而驱动健康行为的主动践行；持续的行为固化最终内化为体育品德，形成“技能掌握→情感认同→品德升华”的闭环。这一循环为思政教育提供内生动力：当学生在足球战术配合中理解“团队高于个人”，其集体主义价值观便从认知转化为行动自觉。这种互促机制凸显体育的独特育人价值——通过身体实践将抽象道德转化为行为习惯，实现“文明其精神，野蛮其体魄”的育人目标。未来需进一步挖掘不同运动项目的思政映射点，构建“素养－思政”双主线融合的教学模式。

2 中学体育教学学科核心素养重要性

2.1 国家育人战略落地的核心载体

体育学科核心素养是贯彻“立德树人”根本任务的实践枢纽。2022 年版《义务教育体育与健康课程标准》首次将核心素养置于课程目标顶端，明确要求通过体育教学培养学生“运动能力、健康行为、体育品德”三维素养。这绝非偶然。在青少年体质持续下滑的严峻背景下，素养导向的教学重构成为破解“重智轻体”痼疾的突破口。

以“健康行为”素养为例，其要求学生形成科学锻炼习惯与自我保护能力，直接呼应《“健康中国 2030”规划纲要》“将健康教育纳入国民教育体系”的战略部署。学科核心素养的培养，使体育从技能传授升华为价值观塑造，国家育人目标在身体实践中具象化。

2.2 破解青少年发展困境的实践良方

核心素养培育直指当代青少年成长痛点。教育部 2023 年心理健康普查揭示：初中生焦虑检出率达 26.3%，归因于抗挫折能力缺失与集体归属感弱化。而体育核心素养恰为此提供解决方案。运动能力发展促进大脑前额叶发育，提升专注力与执行力。例如体操“跳箱分腿腾越”训练中，学生经历“恐惧－尝试－成功”的心理突破，其血清素水平提升，显著改善焦虑情绪。此外，体育品德培养重塑社交能力。某校开展足球课程思政实验后，学生“主动补位”行为增长，“抱怨队友”现象减少，印证团队运动对同理心与合作精神的锻造价值。体育教学还可以构筑生命防线。设计“运动损伤防护”专题教学，使学生掌握应急处理技能，帮助学生正确认识体育运动，形成健康的运动理念。

2.3 奠基终身发展的素质引擎

三维素养构成支撑学生可持续发展的“铁三角”。运动能力作为显性基础，不仅提升体质水平，更通过复杂技能学习重塑神经可塑性。例如，篮球战术理解促进空间推理能力，其与数学成绩呈显著正相关。健康行为则构建隐性保障系统，要求学生制定个性化锻炼计划并诚信记录，培养的自律品质可迁移至学业管理。体育品德作为价值内核，使学生在竞技失败后主动与对手握手的行为，内化为“尊重差异、遵守规则”的公民素养，为其未来参与社会治理埋下种子。正如苏霍姆林斯基所言：“体育培养的意志力比课堂讲授的道德箴言更具生命力。相比应试教育下的学生成长，立足课程思政下的体育教学，将运动能力、健康行为、体育品德融合成为学生成长的素质综合体。”

3 课程思政背景下体育教学中学科核心素养面临难题

3.1 理念认知偏差导致育人目标悬置

当前体育课程思政实施面临严重的理念认知偏差。多数体育教师将思政教育简化为形式化仪式，忽视运动能力、健康行为与体育品德的有机融合。某市篮球公开课中，教师耗费 8 分钟宣讲“团结精神”，却未在真切配合训练中建立协作机制，导致价值引导与技能教学割裂。深层矛盾在于传统“体质中心论”与新兴“素养导向观”的冲突。当学校以《国家学生体质健康标准》达标率为唯一考核指

标时,教师必然弱化品德培养,某校甚至取消武术礼仪教学以“提升训练效率”。更严峻的是,多数学校管理者认为“思政教育属文科专属”,致使体育教研组思政课题立项通过率较低,学科特有的规则教育、生命教育等思政价值被系统性忽视。

3.2 教学转化机制失能引发实践困境

在实践操作层面,内容融合机械化和情境创设空心化成为主要障碍。教师缺乏思政元素挖掘能力,导致“贴标签”式融合泛滥。如在田径课生硬插入长征故事,学生反馈“老师讲历史与跑步无关”。体操教学中的保护帮助环节,多数教师仍停留在技术要领讲解。情境创设同样中,80%的球类课仅进行常规教学比赛,而设计“争议判罚”情境引导学生制定公平方案的优质案例不足5%。此外,现有中学体育大班额教学十分普遍,这进一步加剧困境。某校团队协作游戏因场地不足致三分之一学生处于“旁观状态”。罕有培养共同体意识,使思政渗透停留于表面。

3.3 评价体系缺位阻碍素养发展闭环

评价机制缺失构成关键瓶颈。目前中学仍以《技能达标评分表》为主要工具,对健康行为、体育品德等维度缺乏有效观测指标。某国家级课改校开发的《体育品德观察量表》因需记录22项行为而难以推广。质性素养评价更面临科学性质疑。在实施三维素养评价的实验中,学生课堂冲突发生率下降,主动锻炼意愿提升明显,但是因工作量激增,教师对于实施多维评价意愿并不强烈。评价闭环断裂导致“技能达标率”挤压“素养发展”的倒挂现象持续恶化,体育核心素养评价逐渐退化为以体育成绩为单一的评价因子。

4 课程思政下中学体育学生学科核心素养培养路径

运动教育模式(SEM)由西登托普创立,以结构化赛季、固定团队、角色多元、正式竞赛、数据记录、节日氛围为核心特征。其与课程思政培育体育核心素养的契合点在于:价值承载的天然性、实践育人的深刻性、目标导向的一致性一体。以下是以运动教育模式为核心,构建中学体育学科核心素养培育体系。

4.1 搭建素养培育与价值引领的系统框架

在中学体育教学中,以赛季为主体,将家国情怀与文化自信融入其中。如组织“弘扬女排精神篮球联赛”“传统武术文化传承赛季”,在开幕式、宣传栏、总结仪式中融入相关体育人物事迹、体育精神解读、民族传统体育文化

介绍,激发爱国情怀与文化认同。在赛季规则教育上,强化法治意识与契约精神。师生共同制定详尽的《赛季公约》(涵盖训练纪律、比赛规则、角色职责、奖惩制度),强调规则的神圣性。对“假赛”“消极比赛”“不服从判罚”等行为设立明确惩戒机制,培养法治观念。

4.2 深耕团队协作与集体主义精神

在体育教学中,以团队文化打造为主旨,塑造责任与归属感的团队文化。各团队自主设计队名、口号、队徽,明确团队目标与价值观。队长定期组织团队会议,讨论战术、反思表现、解决矛盾,强化集体决策与成员责任感。利用团队文化,凝聚团队精神,使每个人认识到自己的职责与协作重要性。在参与体育运动上,实行角色轮换体验,使学生体会到责任与尊重。角色轮换主要在球员、教练、裁判、记录员、宣传员、器材管理员等岗位。裁判员精准执裁、公正判罚,体验“公平正义”与权威担当,学会尊重规则。教练员组织训练、制定战术、激励队员,培养“领导力”“责任心”与“服务意识”。记录员与宣传员客观记录数据、报道赛事,培养“诚信”“严谨”与“信息素养”。器材管理员保障设备安全与场地整洁,强化“服务意识”与“公共财物爱护”。

4.3 锤炼意志品质与体育品德

正式竞赛强化拼搏精神与抗挫能力。设置常规赛、季后赛、总决赛,营造真实竞技氛围。在比分落后、体能极限、关键球处理等情境中,教师引导团队相互鼓励、永不言弃,赛后及时进行“如何面对失败”的团队反思。设立独立于比赛结果的“公平竞赛积分”体系,评价指标包括:尊重裁判判罚、尊重对手(主动扶起倒地对手)、队友间积极鼓励、遵守赛场礼仪、器材规范使用等。此积分作为重要奖项(如“体育道德风尚奖”)评选依据,引导价值追求。系统记录个人/团队运动数据。结合数据分析,引导学生理解科学训练的重要性,讨论合理负荷、恢复手段、营养补充等健康知识,培养健康生活方式。

4.4 深化价值认知与行为内化

建立多元评价,聚焦素养与品德。评价主体包括教师、队长、队友、自我。评价内容上,主要包括运动能力、健康行为、体育品德,通过多元评价,建立正确的思想观念。在价值认同上,通过仪式化总结升华价值认同。隆重举行赛季闭幕式暨颁奖典礼。除颁发竞技奖项外,重点表彰“最佳裁判员”“最佳队长”“公平竞赛团队”“拼搏之星”等,邀请获奖者分享心得,将个体体验升华为集体价值共识。

5 总结

运动教育模式为课程思政融入中学体育搭建了系统性、情境化、体验式的理想平台。通过精心设计的赛季结构、深度嵌入的多元角色、充满仪式感的竞赛情境以及聚焦素养品德的评价反馈，思政教育得以“润物无声”地融入运动实践。学生在沉浸式体验中不仅提升了运动能力与健康素养，更重要的是在团队协作中理解责任，在角色担当中学会尊重，在胜负考验中锤炼意志，在规则约束下恪守诚信，最终实现体育核心素养与社会主义核心价值观的同频共振，为培养全面发展的时代新人贡献坚实的体育力量。

参考文献：

- [1] 迟善娇，谢碧荣. 大学生体育学科核心素养“六维联动”培育研究——基于课程思政建设背景[J]. 通化师范学院学报，2022, 43(8):99-104.
- [2] 李海峰，王道君，王美舒，邢新丽. 课程思政背景下大学生体育核心素养培养研究[J]. 教育现代化，2022(7):147-150.
- [3] 刘洋. “课程思政”理念下初中生体育学科核心素养提升路径研究[J]. 山海经：教育前沿，2021(8):0228-0228.
- [4] 关静红. 课程思政融入高校体育教学的路径研究[J]. 体育视野，2021(5):50-51.
- 基金项目：咸阳师范学院 2025 年基础（职业）教育实践研究重点项目，项目编号：sjxm202549。
- 作者简介：李静（1989-），女，汉族，陕西西安人，博士，公派博士后，讲师，研究方向：体育教育学及老人体育。