

核心素养导向下高校体育课程教学模式创新研究

龙海涛 袁芳

湖南理工大学, 中国·湖南 岳阳 414006

摘要: 随着教育改革的深入推进, 核心素养已成为引领我国基础教育乃至高等教育课程改革的重要理念。高校体育课程作为促进学生身心健康、培养全面发展人才的重要载体, 如何在核心素养导向下实现教学模式的创新与转型, 成为当前高校体育教学改革的核心议题。本文在梳理核心素养内涵演变及其与高校体育课程内在关联的基础上, 深入分析了当前高校体育课程教学中存在的困境, 从理念更新、目标重构、内容整合、方法创新、评价变革五个维度构建了核心素养导向下的高校体育课程教学模式创新框架, 希望能够促进学生运动能力、健康行为、体育品德等核心素养的协同发展。

关键词: 核心素养; 高校体育; 教学模式; 创新; 课程改革

Research on the innovation of College Physical Education Teaching Mode under the guidance of core literacy

Long Haitao, Yuan Fang

Hunan Polytechnic University, China Hunan Yueyang 414006

Abstract: With the deepening of education reform, core literacy has become an important concept to lead the curriculum reform of basic education and even higher education in China. As an important carrier to promote students' physical and mental health and cultivate talents with all-round development, how to realize the innovation and transformation of teaching mode under the guidance of core literacy has become the core issue of current college physical education reform. On the basis of combing the connotation evolution of core literacy and its internal relationship with college physical education curriculum, this paper deeply analyzes the difficulties existing in the current college physical education curriculum teaching, and constructs the innovation framework of college physical education curriculum teaching mode under the guidance of core literacy from the five dimensions of concept update, goal reconstruction, content integration, method innovation and evaluation reform, hoping to promote the coordinated development of students' sports ability, healthy behavior, sports morality and other core literacy.

Keywords: Core literacy; College physical education; Teaching mode; Innovation; Curriculum reform

0 引言

随着时代发展, 以核心素养为导向的教育理念成为各国提升教育质量、增强国家竞争力的战略选择。在此理念下, 我国体育课程改革从知识技能中心转向素养中心。高校体育教学作为学生成长的最后一站, 承担着强化学生体育意识、养成终身锻炼习惯、形成健康生活方式的特殊使命。长期以来, 高校体育课程教学过于强调体质达标, 忽略了学生体育兴趣的培养, 如何使高校体育真正服务于学生核心素养全面发展, 成为当前高校体育课程教学的难点。本文系统探讨核心素养导向下高校体育课程教学模式创新, 以期深化高校体育教学改革提供参考。

1 核心素养与高校体育课程的内在关联

1.1 核心素养理念的演变与内涵

所谓核心素养, 就是在特定情境中, 通过调动认知与

非认知的心理社会资源, 成功满足复杂需求的能力。在欧美等国家, 关于核心素养的侧重点虽然不尽相同, 但是普遍强调批判性思维、创新能力、沟通与合作、公民素养等关键要素。《中国学生发展核心素养》将核心素养界定为“学生应具备的、能够适应终身发展和社会发展需要的必备品格和关键能力”, 包含文化基础、自主发展、社会参与三个方面。具体到体育学科, 核心素养则包括运动能力、体育品德。运动能力作为体育课程的核心, 包括学生的基本运动技能、专项技能、体能。体育品德主要指学生的体育精神、体育品格。体育核心素养反映了体育课程教学育人的全面性, 是素质教育的进一步延伸。

1.2 核心素养对高校体育课程的规约与引领

核心素养理念的提出, 对高校体育课程的目标设定、内容选择、实施方式及评价机制提出了系统性要求。从培

养目标看,核心素养为导向要求高校体育课程教学向学生全面发展转变。体育教学不仅关注学生身体素质与运动技能的替身,还要重视学生体育兴趣的培养,学生能够具有健康生活理念与团队精神。高校体育教学从育体向育人转换。在内容层面,核心素养改变了高校体育教学碎片化现状。传统体育课程往往以运动项目为单位展开教学,各个体育项目之间缺乏横向联系,知识技能呈现碎片化状态。核心素养强调知识、技能、态度、价值观的整合,使学生在解决真实问题、完成真实任务的过程中实现素养的统整发展。从实施环节看,核心素养要求高校体育教学以学生为中心展开。核心素养不是教出来,而是在真实情境中做出来。体育教学必须创设具有挑战性的学习情境,引导学生自主学习,在探究式学习过程中构建知识框架。

1.3 高校体育课程落实核心素养的独特价值

与其他学科相比,高校体育在培养学生核心素养方面具有不可替代的独特优势。首先,体育运动具有极强的实践性,这就为核心素养提供了真实情境。核心素养本质上是在真实情境中解决复杂问题的能力,而体育运动天然地包含着丰富的问题情境,为学生提供了发展运动认知、培养意志品质、锻炼协作能力的绝佳场域。其次,体育活动促进身心协同发展。核心素养强调人的全面发展,体育运动中需要同时调动认知、情感、意志和身体活动。学生在运动中不仅要知道,还要能够做到,这种身心合一的方式有利于将外在知识转化为内在品格与能力。最后,体育竞赛规则为价值教育提供载体。体育竞赛中充满了严密的规则与裁判机制,学生在竞赛过程中必须学会遵守规则,正确对待胜负。规则意识与公平竞争精神,是现代公民素养的核心内容,体育竞赛本身就是一部价值观教科书。

2 当前高校体育课程教学的现实困境

2.1 课程教学目标定位偏失

当前高校体育课程教学,普遍存在的问题就是教学目标定位的偏失。多数高校在体育教学中,将掌握体育运动技能、学生体质达到国家健康标准等作为核心目标,教学评价也主要围绕技能测试与体质健康展开,这种技能本位思想导致教师在体育课程教学中过度关注规范化训练,学生则陷入体育成绩达标的困境中,缺乏对体育运动的持续热爱。例如,学生为了考试获得优秀成绩,付出时间与精力掌握了篮球运动的运球、传球、投篮技术,但是在此过程中并未建立对篮球的兴趣,也没有学会如何完成团队配合,在比赛中也无法体现出良好的体育精神。当体育教育止步于技能传授,核心素养的培育便无从谈起。

2.2 内容体系高度固化

随着时代发展,我国高校在体育课程教学中普遍采用选项制,学生可以根据自己的兴趣选择参与篮球、足球、排球、羽毛球、乒乓球、健美操等项目。相比过去体育教学已经有明显进步,但是在实践中仍然存在诸多深层问题。首先,在项目设置上高度同质化。多数高校体育项目高度相似,主要集中在传统项目与少数体能类项目上,新兴体育运动项目、传统体育项目、休闲体育项目等因师资、场地等限制难以进入课程体系,无法满足学生多样化需求。其次,在课程内容上,大学体育教学并未与中小学体育课程有效衔接,仍然从基础技术开始教学,受制于课时,学生很难真正深入学习,难以实现专项体育运动项目的精通。最后,在教学内容组织上缺乏情境。现有课程内容主要以技术动作展开,剥离了真实情境,学生在孤立的、去情境化的练习中习得技术,难以在复杂多变的比赛情境中灵活运用。

2.3 教学方法单一,学生主动参与性不足

现有的高校体育课程教学方法仍然以传统的讲解一示范一练习为主,在此过程中,教师讲解主要动作并进行示范,学生分组练习,最后对学生进行技术考核。在此模式下,教师占据教学主导地位,学生被动接受并执行。这种教学方法存在明显局限性。首先,学生的主体性被压制,在教师统一安排下完成学习与训练,全程没有自主选择权,也没有自我评价机会。其次,教学深度难以实现,单一的动作学习只能形成表面技能,学生缺乏对运动项目的整体理解、战术意识培养和创造性应用的机会。最后,差异化教学难以落实。教师以统一标准要求所有学生,忽视了学生在兴趣、基础、体能等方面的个体差异,导致部分学生完全掌握技巧,部分学生却仍然未能掌握基础动作情况。

3 核心素养导向下高校体育课程教学模式创新路径

3.1 理论基础与设计理念

核心素养导向下高校体育课程教学模式的创新,需要坚实的理论基础支撑。建构主义学习理论、情境学习理论、自我决定理论、体验式学习理论等为这一创新提供了重要的思想资源。建构主义理论认为知识的学习不是来自被动学习,而是在学习者已有的经验基础上主动构建,因此教学环节应当为学生提供主动尝试机会。情境学习理论认为,学习的本质是在实践中参与,知识只有在真实的情境中才能完成理解与迁移。体育教学应当创设真实的运动情境,使学生在参与中学习相关技能。体验式学习理论强调“做

中学”和“反思性观察”，认为学习是“通过经验的转换创造知识的过程”。体育教学应设计完整的体验循环——具体体验、反思观察、抽象概括、主动验证，促进学生在行动与反思的交替中实现素养发展。基于上述理论，核心素养导向下高校体育课程教学模式的设计理念可概括为：以学生发展为中心，以真实情境为载体，以完整任务为驱动，以多元评价为保障，促进运动能力、健康行为、体育品德三要素的融合发展。

3.2 教学模式的整体框架

基于上述理念，本文构建了基于运动能力发展维、健康行为养成维、体育品德培育维的高校体育课程教学模式。将其整合到教学过程中，主要包含以下四个核心要素。一是以核心素养为导向设定教学目标。教学目标设定为核心素养，每节课、每个单元、每门课程都明确设定运动能力、健康行为、体育品德三个维度的学习目标。以篮球教学为例，运动目标不仅包括篮球基础动作，还包括能够在比赛中选择合理得到技术动作，同时还要具有良好的体育运动习惯与体育道德。二是情境化教学内容。课程内容围绕真实情境任务进行整合，打破技术动作的碎片化组织方式。围绕核心教学任务，学生需要综合运动技术、战术、规则等知识，实现素养的整合发展。三是实现自主合作探究式学习。建立以学生为中心的教学组织方式，构建课前、课中、课后三段式教学。课前，学生通过线上平台观看视频等方式，完成预习。课中，教师创设问题情境，学生自主练习并进行体验、探究，教师作为学习引导者点播。课后，学生完成拓展性学习，将学习延伸到课堂之外。四是建立多元立体评价体系。采用过程性评价与终结性评价相结合的方式。具体而言，课堂表现、学习档案、同伴评价、自我评价作为过程性评价，技能与体能测试作为终结性评价。过程性评价重点考察学生的参与态度、进步幅度、合作意识、反思能力等，终结性评价主要检验学生达到的基本技能和体能水平。

3.3 教学实施的关键环节

学期初，需要对学生进行体育测试，不仅测试学生的体能和技能基础，还通过问卷调查了解学生的运动兴趣、锻炼习惯、合作倾向等信息。基于测试结果，对学生

进行分组，确保各组在技能水平、性别、个性等方面合理搭配，为合作学习奠定基础。在体育课程教学中，要进行核心任务设计，遵循真实性、挑战性、整合性、选择性的原则设计。例如，在排球教学中，可设置“完成连续对垫20个”“在3对3比赛中合理运用垫球、传球、扣球技术”“担任裁判组织班级联赛”等递进式任务，学生可根据自身水平选择挑战。教师在教学过程中要提供支持，如提供动作要领指导、示范关键技术、引导学生反思讨论等。随着学生学习能力的替身，教师逐渐降低指导频次。针对不同基础、不同需求的学生，提供差异化的学习路径和指导策略。对基础薄弱的学生，提供更多分解练习和辅助练习的机会；对学有余力的学生，提供拓展性任务，使其在原有基础上获得最大发展。

4 结语

核心素养导向下高校体育课程教学模式的创新，需要从教学目标、内容、方法、评价等层面进行创新。在教学模式创新中，要重新定位教师角色，设计教学过程，重构教学评价体系，不断探索与完善教学模式。高校体育课程承载着增强学生体质、培养锻炼习惯、塑造健全人格的多重使命。在核心素养的时代召唤下，我们有理由期待，通过持续的教学创新与实践探索，高校体育将真正成为促进学生生命成长的沃土，为培养担当民族复兴大任的时代新人贡献独特的体育力量。

参考文献：

- [1] 余立峰. 核心素养导向下体育课画像重构及教学优化的路径[J]. 教学月刊(小学版), 2025(18):39-42.
- [2] 曾博艺. 基于学生核心素养培养新常态下高校体育课程体系改革研究[J]. 信息周刊, 2020(4):1-2.
- [3] 杨索. 核心素养导向下初中体育分层教学模式创新研究[J]. 新课程导学, 2025(27):13-16.
- [4] 科丽荣. 核心素养导向下高校学生素质拓展体育训练策略[J]. 2025(26):187-189.
- [5] 许明. 学科核心素养导向下高校体育课程过程性评价模型与体系构建[J]. 职业教育研究, 2023(5):80-84.

作者简介：龙海涛（1991.07-），男，汉族，湖南永州，硕士，讲师，研究方向：体育教学与训练等。