

# 体育教学中探究式教学模式下学生自主学习能力的培养路径

周俊洁

广西师范大学体育与健康学院, 中国·广西 桂林 541006

**摘要:** 本文聚焦于体育教学中探究式教学模式在培育学生自主学习能力方面的重要意义, 并提出相应的培养路径。通过对探究式教学模式内涵、特点的阐述, 结合体育教学的特点, 分析其在体育教学中的应用价值。进一步讨论了如何通过构建问题情境、促进合作学习、激励学生自我反思和实践, 以及优化教学评价体系等方法, 激发学生学习兴趣与主动性, 培养他们自主学习、主动探究的能力为体育教育工作者提供有益的参考与借鉴, 助力体育教学成效的提升以及学生综合素养的全方位发展。

**关键词:** 体育教学; 探究式教学模式; 自主学习能力; 培养路径

## The cultivation path of students' autonomous learning ability in the inquiry-based teaching mode in physical education classes

Zhou Junjie

School of Physical Education and Health, Guangxi Normal University, China Guangxi Guilin 541006

**Abstract:** This paper focuses on the significance of the inquiry-based teaching model in physical education for cultivating students' autonomous learning abilities, and proposes corresponding training paths. Through the elaboration of the connotation and characteristics of the inquiry-based teaching model, combined with the characteristics of physical education, its application value in physical education is analyzed. Further, it discusses how to stimulate students' learning interest and initiative through constructing problem scenarios, promoting cooperative learning, motivating self-reflection and practice, as well as optimizing the teaching evaluation system, etc., in order to cultivate students' autonomous learning and active exploration abilities for physical education educators, providing beneficial references and inspirations, and contributing to the improvement of physical education effectiveness and the all-round development of students' comprehensive qualities.

**Keywords:** Physical education; Inquiry-based teaching model; Autonomous learning ability; Training path

## 0 引言

在当前教育背景下, 培养学生自主学习的能力已成为重要教育目标。体育教学作为学校教育体系的关键一环, 不仅承载着传授体育知识与技能的任务, 更应当着重于增强学生的自主学习的能力, 确保学生在体育学习过程中能够实现自我规划、自我管理、自我探索及自我评价, 进而培养终身参与体育活动的意识与习惯在体育教学中应用探究式教学模式对于培养学生的自主学习的能力提供了一条有效路径, 具有极为重要的意义。

## 1 探究式教学模式概述

### 1.1 探究式教学模式的内涵

杜威是第一位将探究教学引入到教学中的人, 他把探究看作是一种科研的过程或方法, 科学教育并不只是让学生去学习已有的知识, 而是要让他们去了解科研的过程或方

法。杜威认为, 要让学生以自己的经历为基础, 培养他们的好奇心和求知欲。探究式教学模式是一种以问题为导向, 鼓励学生在教师的指导下, 通过自主研究和团队合作来获取新知和提升技能。相较于传统教育单向度的知识输出, 该模式将学习主导权回归学生自身。在探究过程中, 学生被鼓励主动寻找问题、构建假设、搜集数据和验证结果, 这不仅促进了他们对知识形成和发展的深刻理解, 同时也有助于培养学生的科学思维, 提升其解决实际问题的能力。

### 1.2 探究式教学模式的特点

张兴丽所认为的, 其始于问题的形成、终于问题的解决, 不仅能够有效培养学生的学科核心素养, 还能让学生真正处于学习主体位置, 开展富有个性化的学习, 获得丰富的学习体验, 并以多样形式充分交流互动; 在这一模式下, 学生居于学习中心, 主动参与教学各环节, 自主选择探究

方向、方法与步骤,充分展现主动性与创造性。这一教学模式更加重视学生的探究过程,而非单纯追求知识结论,学生在亲身参与与实践体验中,逐步掌握科学探究的基本方法,形成创新意识与动手实践能力。课堂以富有挑战性和启发性的问题作为牵引,充分调动学生的探索兴趣与学习主动性,促使其主动思考、自主构建知识框架,全面提升综合素养。同时,模式鼓励开展小组合作学习,通过组员之间的沟通、互助与协作完成探究任务,从而有效培养学生的团队协作意识与沟通交往能力。

## 2 体育教学中探究式教学模式的应用价值

### 2.1 激发学生体育学习兴趣

传统体育教学往往以教师示范、学生模仿为主,教学方式较为单一,容易使学生感到枯燥乏味。探究式教学的特征就其教育目的而言,强调的是对学生的素质教育;方法上,是一种以“探索性”的教学模式,与传统的“灌输”完全不同。形式上,探究式教学是一种开放性的教育,而探究式教学模式通过创设丰富多样的问题情境和探究活动,能够激发学生对体育知识与技能的好奇心和探索欲,使学生在积极主动的参与中体验到体育学习的乐趣,从而提高学习兴趣。

### 2.2 培养学生创新思维与实践能力

在体育探究式教学中,学生需要针对问题提出独特的见解和解决方案,并通过实践进行验证。这一学习过程能够有效锻炼学生的创新思维,引导学生打破固有思维与传统运动模式的局限,主动探索新颖的运动方式与战术策略。在持续的实践练习中,学生不断积累运动经验,精进专项运动技能,切实提升自身实操与运动应用能力。该教学方式不仅能够有效优化体育课堂教学质量、提升育人实效,还能帮助学生树立终身运动的理念,夯实终身体育的锻炼基础,助力学生身体素质与心理素质的协同健康发展。

### 2.3 推动学生自主学习能力的提升

在探究式教学模式下,学生被鼓励自主规划学习过程、自我监控学习进度、并自我评估学习成果。在体育学习中,学生会根据自身情况制定个性化的训练计划,主动寻找学习资源,及时调整学习策略。这样的过程有助于学生逐步形成自主学习的习惯,增强自主学习能力,为其未来的持续学习和个人成长奠定坚实的基础。

### 2.4 提升学生社会适应能力

体育探究式教学中的合作探究环节,使学生有机会与同伴进行密切互动与协作。在小组合作中,学生会倾听他人意见、尊重他人观点、发挥自身优势、共同解决问题,

这有助于培养学生的团队意识、沟通能力和社会交往能力,提高其社会适应能力,使其更好地融入社会生活。

## 3 体育教学中探究式教学模式下学生自主学习能力的培养路径

### 3.1 创设问题情境,激发学生自主探究欲望

#### 3.1.1 结合体育教学内容设计问题

教师应深入研究体育教材,根据教学目标和学生实际情况,精心设计具有启发性和趣味性的问题。例如,在乒乓球教学中,可以提出“如何提高击球命中率?”“怎样在乒乓球比赛中判断来球旋转?”等问题。这些具有启发性和趣味性的问题既与教学内容紧密相关,又能激发学生的思考和探究热情。

#### 3.1.2 利用体育赛事或生活实例创设情境

借助体育赛事中的精彩瞬间、运动员的出色表现或日常生活中的体育现象创设问题情境,能够使问题更加生动形象,贴近学生生活。例如,播放一段精彩的足球比赛视频,然后提出“在这场比赛中,进攻方是如何创造射门机会的?”“防守方采取了哪些策略来阻止对方进攻?”等问题,引导学生从实际情境中发现问题并展开探究。

### 3.2 组织合作探究,培养学生团队协作与自主学习能力

科学合理分组。依据学生的体育基础、学习能力及性格特征等进行差异化分组,使各组均包含不同水平的学生,在合作学习中实现优势互补、共同进步。明确小组任务与人员分工。教师为各小组确定具体的探究目标,并引导组员进行合理分工。如在小组合作创编健身操的过程中,可分别安排学生负责资料搜集、动作编排、音乐选配与整体整合等工作,让每位学生明确自身角色,主动参与探究活动。加强对合作探究过程的引导。教师实时关注各小组探究进度,适时提供指导与支持,鼓励组员之间积极交流、充分讨论、互相评价,共同攻克探究过程中出现的问题。

### 3.3 鼓励自我反思与实践,促进学生自主学习能力提升

#### 3.3.1 引导学生反思探究过程

教师应在每次探究活动结束后,指导学生复盘整个探究过程。学生需要评估自己所采取的方法是否恰当和高效,识别在探究中遇到的挑战,探讨解决方案,并识别改进的空间。这种反思有助于学生吸取经验,不断优化自己的学习方法和策略,进而增强自主学习的能力。

#### 3.3.2 鼓励学生反思学习成果

教师应鼓励学生对探究活动中的学习成果进行自我评

估,这包括对知识的掌握、技能的提升、以及身体素质和团队合作能力的进展。例如,在完成一个体育项目的学习后,让学生思考自己在该项目的技术动作、战术运用等方面有哪些进步,还存在哪些需要改进的地方,从而明确自己的学习目标,激发持续学习的动力。

### 3.3.3 提供充足的实践机会

体育与健康课程的探究式教学要为学生提供充足的实践机会,让学生在实践中检验自己的探究成果,不断完善和提高。例如,在探究某种体育技能的改进方法后,要让学生有足够的时间进行练习和应用,在实践中感受技能的变化和提升。教师可以组织小型的体育比赛或技能展示活动,为学生搭建实践平台。

## 3.4 善教学评价体系,激励学生持续自主学习

### 3.4.1 多元化评价主体

建立由教师评价、学生自评与同伴互评共同组成的多元化评价体系。教师评价应兼顾全面性与客观性,既关注学生的学习成果,也重视其探究过程、合作水平与创新思维等综合表现。学生自评有助于学生清晰认识自身学习状况与提升方向,推动自我反思与主动改进。学生互评则能有效培养评价能力,树立相互学习、共同进步的意识。

### 3.4.2 多样化评价内容

评价内容应覆盖体育与健康课程的知识掌握、运动技能、情感态度及价值观念等多个维度。在考核学生体育技能水平的同时,也要对其在探究学习中的参与热情、发现与解决问题的能力、团队协作表现以及学习态度等进行综合评价。例如,在评价学生的体育学习时,可以将学生在课堂上主动提问的次数、参与小组讨论的积极性、在实践活动中的努力程度等纳入评价范围,全面、准确地评价学生的自主学习能力。

### 3.4.3 过程性与终结性评价相结合

将过程性评价与终结性评价有机结合起来。过程性评价关注学生在整个探究式教学过程中的表现和进步,通过课堂观察、学习记录、小组评价等方式进行。终结性评价则主要对学生在学期末或课程结束时的学习成果进行考核,如体育技能测试、理论知识考试等。两者相结合能够更全面地评价学生的自主学习能力,激励学生在整个学习过程中持续努力。

## 4 结语

通过创设问题情境、组织合作探究、鼓励自我反思与实践以及完善教学评价体系等路径,充分发挥探究式教学

模式的优点,能够有效激发学生对体育学科的学习兴趣,调动其学习主动性与创造性,引导学生在体育学习中不断探索、实践与创新,逐步提升自主学习能力。体育教育工作者应充分认识探究式教学的重要价值,积极探索贴合学生的教学方法与策略,着力培养学生的自主学习能力,让学生在掌握扎实体育知识与技能的同时,学会学习、学会合作、学会创新,为终身体育意识养成与全面发展筑牢根基,为社会培育更多具备创新精神与实践能力的高素质人才。但在实际教学应用中,探究式教学仍面临教学资源有限、教学时间难以精准把控、学生个体差异较大等现实挑战,需要广大体育教育工作者在实践中持续探索、不断优化,进而推动体育教学质量稳步提升,促进学生综合素质全面发展。

### 参考文献:

- [1] 李建荣. 对中学生现代教育中终身体育理念的培养[J]. 职业技术, 2009(08): 24.
- [2] 韩野. 探究式教学模式在网球教学中的效果评价[J]. 体育科技, 2014, 35(06): 145-146.
- [3] 石中英. 杜威的价值理论及其当代教育意义[J]. 教育研究, 2019, 40(12): 36-44.
- [4] 黄传慧, 陶虹屹. 以问题导向促进学生认知能力发展的教学模式[J]. 民族高等教育研究, 2023, 11(04): 75-79.
- [5] 张兴丽. 探究式教学的特点及在教学实践中的反思[J]. 知识文库, 2022(13): 196-198.
- [6] 李爽. 多媒体技术在体育教学中的作用[J]. 小学科学(教师版), 2020(03): 140.
- [7] 王丹. 试论探究式教学的特点及教师的作用[J]. 学科教育, 1998(10): 21-24.
- [8] 谢冰卿. 快乐体育理念下小学体育运动训练质量的提升策略[J]. 当代体育科技, 2024, 14(15): 183-186.
- [9] 苗峰, 张强, 杨坤. 高校智慧体育课堂中基于个性化学习路径的设计与实施研究[J]. 科教文汇, 2024(07): 136-139.
- [10] 张帆. “三新”背景下高中生物理科学探究能力培养模式[J]. 新课程教学(电子版), 2024(07): 70-72.
- [11] 严静怡. 基于学科核心素养的苏州市高中体育教师职业技能发展提升研究[D]. 苏州大学, 201.

作者简介:周俊洁(2000.12-),女,汉族,湖南郴州人,硕士研究生(在读),研究方向:运动技能学习与健康促进、乒乓球教学训练理论与研究。