

新课标背景下对“体育与健康”课程教学 新观念多重认识

匡贤意

(湖北大学 体育学院 湖北 武汉 430062)

摘要:《义务教育体育与健康课程标准》(2022年版)的颁布,将进一步推动我国基础教育体育健康课程的改革,本文运用文献资料法、专家访谈法,对新课标下体育课程教学的内涵与新观点进行分析和阐述。新课标下的教学新观念将以素养导向的教育价值观、技能引领的教学内容观、勤练常赛的教学过程观、激励发展的教学评价观为导向引领基础教育学校体育改革,将进一步促进基础教育体育质量提升。

关键词:体育与健康新课标;教学观;核心素养;体育教师

Under the Background of the New Curriculum Standard, Multiple Understandings of the New Teaching Concepts of “Physical Education and Health” Course

KUANG Xian-yi

(School of Physical Education, Hubei University, Wuhan 430062, China)

Abstract: The promulgation of the Compulsory Education Physical Education and Health Curriculum Standards (2022 Edition) will further promote the reform of China's basic education physical education and health curriculum. This article uses the literature method and expert interview method to analyse and elaborate the connotation and new views of physical education curriculum teaching under the new curriculum. The new curriculum standard has a positive impact on the physical education and health curriculum, and will further promote the understanding of the basic education and physical education teachers' understanding of the new curriculum standard.

Key words: New curriculum standards for physical education and health; Teaching concept; Core literacy; Physical education teachers

2022年4月颁布的《义务教育体育与健康课程标准》是我国基础教育改革的重大成果^[1],这次课改继承了教育学科立德树人和健康第一的理念,强调发展学生运动能力、健康行为、体育品德三方面的核心素养,体现了党和国家对人才培养提出了新的要求。新课标下对《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》进行分析,有利于推动我国学校教育发展,对深化体育健康课程、促进学生全面发展具有重要意义。因此,重新理解体育与健康课程教学观念,对引领课程改革和体育教育的认识具有重要作用。

1 素养导向的教育价值观

教育价值观是教育思想的核心问题,教育价值观是指人们对待教育价值的根本观点和态度^[2]。还有学者指出,教育价值观就是教育价值主体对教育价值的一种看法或观点,它是一种主体性的选择,属于主观的范畴^[3]。陈新叶认为它是人们从事或接受教育的过程中形成对教育的社会经济价值、精神价值、政治价值、个性发展和谋生价值等方面的看法^[4]。总之,教育价值观就是对教

育价值的根本观点和态度,属于主观的范畴。

为贯彻落实党的十九大精神,落实学校体育立德树人的根本任务。应着重强调课程的育人导向,以发展学生的核心素养和身体健康为主要目标^[5]。这种改变不是小而局部的改变,而是从整体出发在育人上进行创新和改革,重建育人方式,使体育课程真正成为体育核心素养的形成过程,使学生在体育运动能力和思想品德上得到充分的修炼。因此,学生体育核心素养的培养应放在学校体育工作中最重要的位置,为学生的终身体育打下坚实的基础。《义务教育体育与健康课程标准》(2022版)中,体育核心素养要求学生形成正确的价值观、必备品格和关键能力,简单来说就是通过体育运动促进人的综合发展,它包括运动能力、健康行为、体育品德等方面^[1]。其中,运动能力表现为学生在参与体育运动与比赛时展示出来的体能状况、技能知识与战术意识等。健康行为包括学生体育锻炼的习惯,健康知识与技能的掌握与运用情况,以其自我情绪的调控。体育品德表现为学生遵守体育比赛规则和体育伦理,展现体育精神。这三个维度的核心素养理论上是不同的方面,但在总目标上是有机联系的一个整体。“运动能力”如同人体中的骨与肉,“健康行为”如同人所掌握的知识,而“体育品德”更像是一个人的灵魂,三者融合成为一个完整的人。因此,发展学生体育核心素养要求体育教师要树立正确的教育价值观,以培养学生体育核心素养为要旨,方能实现体育课程育人的功能,落实体育与健康课程立德树人的任务。

1.1 充分理解核心素养对立德树人的影响

教育大计,教师为本。习近平总书记指出,广大教师要树立中国特色社会主义理想信念,践行社会主义核心价值观,切实做好学生立德树人工作。而现今我国教师对学生核心素养的培养意识还比较淡薄,学生和家长也普遍认为体育是简单的肢体活动,对于体育特殊的育人功能认识不清,人们注重知识导向,唯分数论严重,进而对体育学科不够重视。因此,体育教师应明确核心素养的内涵,加强自身核心素养,时刻把培养学生综合能力放在首位,着力把党的教育方针具体细化为体育课程培养的核心素养,并在课程教学中实践与改进。学生通过对体育课程的学习,在潜移默化中形成正确的价值观、必备品格和关键能力,体现了体育课程育体、育德、育魂的价值,对于落实立德树人的要求具有协同作用。

1.2 转变以学生为中心的教育理念

“以学生为中心”的观点是美国人本主义心理学家卡尔·罗杰斯在哈佛大学的一场科研论坛会中提出来的,也因此以学生为中心的研究拉开了序幕。直到世界高等教育大会的召开,在《21世纪的高等教育:展望和行动》宣言中指出需要“以学生为中心”的新视角和新模式,

在此之后人们对教学中“以学生为中心”的思想也慢慢达成了共识^[6]。以学生为中心需要教师对学生的知识以及现实之需进行甄别,关注学生的反馈,以言语调动学生内心的思想活动,这些活动都把学生为研究对象,才是以学生为中心^[7]。而要践行“以学生为中心”的教育理念,就要回到学生中心的本意上,学生中心不是以学生想要什么为中心,而是科学合理的,符合发展学生客观规律的需要,并把教学方式与学生中心理念相结合。因此,要求教师做出改变:其一是科学的配置资源,在运动器材、课程内容选取上,应关注学生实际发展需要的同时还应兼顾学生的兴趣。其二是正视学生之间的差异性,采用分层教学,每位学生生活环境不同,导致他们的接受能力也有所差异,教师授课时应根据学生掌握情况进行适当调整,分组进行练习。其三是采用和学生互动的教学方式,调动学生的能动性,增强与学生的亲近感,使教师更好的接受学生的反馈。

1.3 教师课堂教学设计满足学生核心素养培育

课程改革能否落实,关键在教师^[8]。新时代义务教育应与时俱进,教师应摒弃以往技术论观点,强调核心素养在教学实施中的引领作用。教师作为教书育人的主角,应当充分认识到核心素养的养成对于学生的重要程度,发挥跨学科主题学习的作用,引导学生形成正确的价值观,做到润物无声的思想教育。在设计教学计划时,应以核心素养为中心,增加不同学科知识,优化教学设计。教学内容上应紧紧围绕核心素养要求,合理安排内容比例。并在教学方式上进行创新,采用多种教学方式结合,而不是传统方式上老师做动作,学生照葫芦画瓢式摆样子,这样不仅效率低,课程育人的效果也很难完全发挥出来。教师应该发挥多学科融合效果,落实新课标中跨学科主题学习的任务,在课程中渗透多种学科知识,创设复杂的运动情境,使学生在模拟的情境中学习历史、地理、信息科技知识的同时锻炼体魄。因此,需要教师掌握跨学科主题知识的应用,以学科交叉的方式授课,把核心素养充分融入课程,促进学生的全面发展。

2 技能引领的教学内容观

技能指的是个人在特定领域或特定任务上所掌握的能力、技术或经验,这里所指的是运动技能。根据课程标准的解释是:运动技能是学会在体育学习和锻炼中完成运动动作的能力,这种运动技能包括技术和战术能力。

《体育与健康课程标准》(2011年版)内容为运动参与、运动技能、身体健康、心理健康与社会适应,缺少对专项运动技能和体能的要求。对水平一到水平三学生运动技能要求其掌握基本身体活动动作,对于水平四和水平五的学生要求其掌握基本运动技术,并且分类不够细化。

在运动技能的教学中几乎是碎片化,采用的是不系统、不集中、不连续的教学^[1],而且绝大多数体育课程的运动负荷偏低,这对于学生基础运动技能的形成和体能的发展不利。在新体育课程标准中以核心素养为起点,融入体育文化和体育精神,围绕课程目标制定了课程内容,内容包含基本运动技能、体能、健康教育、专项运动技能,是根据学生身心发展与技能形成的规律系统制定的课程内容,并在不同水平的课程内容中提出了内容要求、学业要求、教学提示。其中,专项运动技能分为了六大类,基本运动技能为水平一学生奠定运动基础,专业运动技能是水平二以上学生的学习要求,并举例各个水平应达到的具体目标。体能作为运动的基础,在新课标中对各水平学生的体能做了具体划分,以改善学生身体成分为目的,发展学生心肺、肌肉以及各项综合体能,为学生的体质健康和专项运动技能奠定良好的基础。因此,教师课程设计应围绕学生运动技能学习的整体性出发,避免对单一知识和技术的过多描述,并把体能练习与运动技能练习相结合,开发多样性、趣味性、整合性的体能练习。

2.1 围绕技能展开大单元教学

新课标要求教师教授运动项目的完整动作技术,注重球类运动项目结构化技能的教学,加强对专项运动体能的练习。随着教育研究的不断深入,传统的教学计划和教学方式已经不适应现今的教育目标,为了顺应时代发展,满足学生发展需要,在体育课上教师要教什么内容,怎么教,用多少课时能教会成为体育教师关心的重要问题。以往体育教师多以碎片化教学为主,致使前后两节课教学内容不一致,没有考虑到学生的接受能力,不利于学生对专项运动技能的掌握。又如,以往课堂上体育教师更注重单个技术的教授,而忽视了一个项目运动技能的整体性教授,使学生对运动技能的理解只停留在表面,学生何以真正掌握运动技能?在足球练习1v1进攻突破时,当做出假动作骗过对手,紧接着是带球突破对手,要做到假动作和带球过人衔接紧密,才能实现进攻突破。因此各个技术动作的组合衔接非常重要,要做到学以致用,老师教的用不上或是在比赛时不会用,这样的技能学习就使体育运动的价值大打折扣,导致现如今学生义务教育毕业没有掌握一项运动技能。而新课标要求的是以基本运动技能代替基本身体活动,从以往的单一技数导向转变为结构化知识技能导向,这就要求教师采用大单元教学计划课程。以大目标、大概念、大任务为引领,从运动项目整体出发,把碎片化的单元教学内容重组优化,变为密集的大单元教学内容计划,并强调在真实的比赛中巩固学生所学,引导学生学以致用,解决实际问题的能力,改变旧体育课程中学生学习运动技能杂而不精的问题。因此,教师在授课时应采用大单

元教学计划,使学生在义务教育阶段真正掌握一至两项运动技能。

2.2 以技能为内容载体,发展学生核心素养

掌握运动技能是发展终身体育的载体,而核心素养培养是发展终身体育的根本所在。人们在掌握一项运动技能后,会因为喜欢这项技能而去运动,但随着时光的流逝,步入老年,对于一些竞争激烈的项目就已经不适合再进行了,取而代之的是健步走、广场舞之类的运动强度小的运动。由此可见,养成终身体育运动的习惯不单单是运动技能所决定的,而是由体育核心素养决定的,应把发展学生核心素养作为最终目标。但发展体育核心素养不能脱离体育本身,正如教育家蔡元培所说的“夫完全人格,首在体育”。体育课与其他文化课的育人形式不同,体育运动是体育课的基础,要以掌握运动技能为载体,发展学生体能,但是运动技能不是一朝一夕就能掌握的,需要长期艰苦训练,坚持不懈,才能取得进步。完整的运动技能学习中离不开基础体能和专项体能的训练,学生在学习武术技能时,如果柔韧性和肌肉力量不够,武术套路的动作就会无力无形,达不到应有的效果。运动技能学习时还应该包含学生对项目比赛知识的学习,学生在参加比赛时学习比赛规则,锻炼心智及团队协作的能力,实现了对运动技能的实际应用,并在应用中锻炼各方面的能力,促进学生的全面发展。教师在体育课中应以技能为课堂内容载体,在课堂准备部分加入情境教学,讲述运动员日复一日训练的精神,在课堂基本部分讲解正确的运动原理,使学生懂得如何避免错误动作,达到健康运动的效果,在每节课的后半部分加入基础体能或结合专项体能的训练。这样,学生在学习技能与健康知识的同时锻炼身体和意志品质,发展了学生的体育核心素养,为终身体育打下坚实的基础。

3 勤练常赛的教学过程观

面对新课改提出的新内容,需要教育者们积极响应国家政策,提出宝贵的建议。2021年4月教育部办公厅发布《教育部办公厅关于进一步加强中小学生体质健康管理工作的通知》,要求学生要掌握一到两项运动技能,要求教师教会并督促学生勤练,经常组织体育竞赛^[9]。根据新课标规划,全国九年义务教育学校各年级均会开设“体育与健康”课,占总课时比例10%—11%,即将成为第三大主科,教育部为落实“教会、勤练、常赛”的课程目标,让学生在校内锻炼一小时,校外锻炼一小时的要求,使学生真正掌握一到两项运动技能。所谓“教会”,是学生能够理解运动技能的原理,能够规范地做出运动技能的动作。“勤练”指的是学生在课内外要花时间进行技能巩固,以达到技能的自动化阶段。“常赛”就是老师要在课堂以及课外活动时,尽可能多的给予学

生参加比赛和小组活动的时间。那么,他们之间有什么关系?首先,“教会”是“勤练、常赛”的基础,“勤练”是“教会”的提升阶段,是常赛的基础和保障,而“常赛”可以是以赛促练,在比赛中提高学生身体素质和运动技能水平,也是检验某个阶段成果的时候。但“勤练、常赛”能不能具体实施,需要体育教师从以下三个方面展开教学。

3.1 创新教学方式,激发学生学习体验

新课标要求教师加强自身的教学能力,提升以往教学内容单调,教学方式比较落后的现象,老式体育课停留在无技术、无强度、无比赛的窘境,老师的教学内容缺乏系统性,这节课教篮球,下节课教足球,使学生对于运动技能的学习容易产生负迁移,学生掌握运动技能变难。再者,教师的教学内容和方式缺乏新意,不能调动学生情绪,进而对体育课缺乏兴趣,影响学生后期的学习效果。因此,教师在教学内容上要采用结构化教学,利用游戏提升学生的学习兴趣,在上课前应对教学内容进行提前规划,运用趣味化游戏引导学生,尽量保障学生在每节课中都有基本运动技能、组合运动技的学习时间,并合理安排复习内容,加强学生体能对抗练习,才能让学生有兴趣、有目标、有思想的学习。在教学方式上,教师应采用老师与学生互动,学生与学生之间互相探究的方式,应根据不同水平的学生,设计不同水平的大单元教学计划,系统的传授学生知识和技能。在一节课中应以完整的练习活动为主,并以真实情境融入技术动作学习,使学生更易掌握运动技能。

3.2 课堂赛练相结合,注重学习效果

体育课程相比其他学科的学习,重点在自身练习过程的体验,最大的区别是除了专业知识的学习与掌握,还有身体技能的形成。在学习运动技能时要遵循技能学习的一般规律,技能是通过学习或练习而形成的,是在后天的不断学习中完善的^[10]。我们所知道的运动技能分为四个阶段,依次是泛化阶段、分化阶段、强化阶段最后到达自动化阶段,这需要学习者日复一日反复练习,运动技能才能达到自动化的阶段。在新课标中强调了教师要做勤练常赛的实施者。首先,要从体育课开始,充分让学生们动起来,杜绝以“安全课”为理由,减少学生的运动量与技能练习时间,使得学生一节体育课下来基本不出汗,这严重影响了学生的体质健康与运动技能的发展,导致学生最后一无所获。在2011年课标中学生运动量没有明确的要求,教师对于学生的要求一降再降,在教学方式上懒于创新,组织学生体育练习效率不高。因此,要使学生基本运动技能、体能、专项运动技能能够提高,教师应改革教学活动,加强教学内容的整体设计,创新组织练习方法,严格控制学生上课时技能的练习时

间,遵守新课标中要求的一节课45分钟,教师讲授时间不得超过10分钟,精讲多练,这样才能给予学生充分的练习时间,进而提升运动技能。

3.3 以赛促教,开展课外体育竞赛

应新课标要求校内锻炼一小时,教师要充分利用好时间,组织学生课外参加体育练习,加强课内教学与课外活动的有机结合,巩固课堂内容。对于义务教育阶段,想要提升学生运动技能,课内体育活动是远远不够的,只有在课后增加学生体育活动与参赛时间,学生运动技能和学习兴趣才能提高,才能落实“教会”“勤练”“常赛”的要求。随着课后服务体育活动的陆续开展,得到了众多学生们的喜爱,学生可以选择感兴趣的运动项目参与,这使得体育课外活动得到了创新,让体育不再是单调枯燥的体育课,教师可以根据不同运动项目,不同层次技术水平,分组进行教学与组织比赛,在体育活动中教师要引导学生树立正确的比赛观,加强体育规则意识。只有这样,学生才能在参与体育活动中逐步掌握运动技能,提升体育品德,形成正确的健康认知,养成健康和安全的的生活方式。

4 激励发展的教学评价观

“激励”一词在汉语词典中,解释为“激发鼓励”,表示劝勉某人,使其进步,而在英文中表示帮助某人获得自信、激发想法、驱使某人前进等涵义,由此“激励”都具有激发、促进、使人进步这样的含义^[11]。而教师作为教书育人的主导者,言行举止和教学方法都对学生产生深远的影响。所以,国家为落实立德树人,促进人的全面发展,在《义务教育体育与健康课程标准》(2022年版)的评价建议中构成体系和评价建议的内涵都是围绕学生的核心素养维度为依据,要求教师明确评价目的,评价内容上应紧扣核心素养,在保证教学质量的前提下,结合具体教学内容,评估学生体育核心素养发展水平。我们知道,课程评价对课程的实施起着重要的导向和质量监控作用,评价的目的、评价的目标体系和评价的方式等都会影响课程培养目标的实施。在我国,关于体育课程评价的研究起步较晚,体育课程的评价没有得到人们的重视,现如今的体育评价过分强调甄别与选拔功能,忽视对于学生的改进与激励功能;过分关注评价的结果,忽视评价过程本身的意义。对此,教师应在教授学生时,应在评价方法下足功夫,在学期末的最终评价上该“较真”时不能“虚假”了事,在育人导向下不能以“见效快”的方法,应把立德树人作为自己的初心,为体育强国贡献力量。

4.1 积极落实多元教育评价

根据中共中央、国务院印发的《深化新时代教育评

价改革总体方案》精神,基础教育的指南针必须从“唯分数、唯升学”的单一评价转变为注重“德智体美劳”并举的多元教育评价体系^[12]。在体育课程标准(2011年版)中评价内容为体能、知识与技能、态度与参与、情谊与合作。而新课标中包含运动能力的发展、健康行为的形成、体育品德的养成,内容上更为丰富,传统评价往往注重的是运动能力的评价,不能全面评价学生,因此难以对健康行为和体育品德等内在水平的评价。面对如今的多元教育评价因为“人情”原因流于形式,无法真正体现学生体育核心素养成绩。因此,在评价上教师不仅要考量学生对体育技能和知识的理解和掌握情况,更要对学生的情感态度的形成和发展以及体质健康和体育品德进行考量,科学客观的对每个学生进行多方位的评价,坚决贯彻落实新课标要求。

4.2 教师与学生共同参与评价

传统的评价方式大都是单一的教师评价学生,缺乏学生对学生、学生自我、学生对教师、教师自我的评价,而这样的评价大都以结果性评价为主,缺乏公正性,学生没有参与感,激励学生进步的效果不明显。现代心理学认为,主体参与性是促进学生学习的原始性机制^[13]。学生是教学主体,只有让学生主动参与课堂教学评价,才能让学生充分认识到自己的不足,锻炼学生独立思考的能力,调动学生的积极性,再者,这样可以加强学生和教师之间的交流,建立良好的师生关系,有利于教师更好的接收学生的学情反馈并及时做出相应整改。因此,教师与学生共同参与评价就是强调评价过程中主体间的双向选择、沟通与协商,强调自我评价和他人评价并存,改变单一评价主体的现状。

4.3 发展性的过程评价

教育评价的最终目的是为了更好的发展学生,提高学生学习动力,提升学生的综合素质。我国传统教育评价重结果而轻过程,重智育而轻德育体育美育,不符合人全面发展的要求,但结果性评价涉及最终的考试和升学,是教育评价中受关注度最高、改革最难的,要实现学生全面发展,单一的结果性评价是不够充分的。所以,实现素质教育,破除“唯分数论”势在必行,关键是如何平衡结果性评价和过程性评价之间的关系。过程性评价是在课程中对学生学习动机、学习过程和学习效果的评价,具有诊断、调节、改进的功能。传统评价过分强调终结性评价的结论,忽视个体每个时期的进步情况,因此对促进学生发展的作用是有限的,而过程性评价更看重个体的参与、成长情况,相比结果性评价过程性评价育人效果更优。因此,在评价形式上,教师要以过程性评价为主导,兼顾结果性评价,提高对过程性评价的认知水平和评价运行的保障能力,在实际教学中,教师可

以采取“学生体育素养报告”“学生成长日记”这样的方式呈现,既保护学生自尊心,又起到了反馈作用,激发学生学习动力,实现育人的目的。

5 结束语

在新时代背景下,广大教师应对体育与健康新课标进行深度的学习和理解,坚持以发展学生核心素养为目的,以运动技能为教学内容的载体,教会学生技能并带动学生体能的发展,落实勤练常赛的要求,以激励发展的态度对学生进行多元评价,达到学校体育立德树人的目的。因此,我们要认真学习新课标的新内容、新要求,把教学和科研结合起来,进一步的推动基础教育学校体育的改革。

参考文献

- [1] 季浏.《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》突出的重点与主要变化[J].课程·教材·教法,2022,42(10):54-59.
- [2] 高立平.教育价值与教育价值观[J].山东教育科研,2001(6):15-16.
- [3] 赵兵.思想政治教育中教育价值及教育价值观的探析[J].改革与开放,2011(22):91.
- [4] 陈新叶.关于教育价值观的调查与思考[J].山东教育科研,1998(6):52-53.
- [5] 中华人民共和国教育部.义务教育课程方案(2022年版)[S].北京:北京师范大学出版社,2022.
- [6] 李嘉曾.“以学生为中心”教育理念的理论意义与实践启示[J].中国大学教学,2008,212(4):54-56.
- [7] 毛景焕,李蓓春.认知结构理论的教学设计原理初探[J].外国教育研究,2000(4):10-13.
- [8] 周珂.现行课程标准落实方略[J].中国学校体育,2022,41(10):2-3.
- [9] 中华人民共和国教育部.教育部办公厅关于进一步加强中小学生体质健康管理工作的通知[J].中华人民共和国教育部公报,2021(6):36-37.
- [10] 陈方.从运动技能学习的角度探析基础教育阶段学校体育教学改革的未来发展方向[D].苏州:苏州大学,2012.
- [11] 叶平枝.教师激励性评价对幼儿发展影响的实证研究[J].教育科学研究,2022(3):92-96.
- [12] 刘嘉.多元教育评价助力创新人才培养[J].人民教育,2020,838(21):22-29.
- [13] 张艳辉.促进学生发展的课堂教学评价[J].科技信息,2011(23):685.