中国体育研究
2025 年 6 月第 7 卷第 2 期

核心素养导向下小学排球校本课程的三维重构与实证研究

高 鹏

深圳市南山区南海小学，深圳

摘　要 | 本研究聚焦于小学排球校本课程与新课标要求脱节的问题，依据《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》，运用“课程内容体系—实施体系—评价体系”三维重构框架，构建了符合新课标理念的小学排球校本课程体系。通过实证研究，验证了该课程体系在提升学生运动技能、健康行为与体育品德等核心素养方面的有效性，为新课标背景下体育校本课程开发提供了科学且具实践价值的范例。

关键词 | 新课标；小学排球；校本课程；核心素养；课程开发

1　引言

2022年4月，教育部颁布的《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》（以下简称“新课标”）明确提出以核心素养为导向，强调运动技能的结构化学习、应用情境化教学及体能补偿性练习。然而，当前小学排球校本课程仍存在内容碎片化、课时分配不合理、评价体系缺失等问题，难以实现新课标“特色化技能教学”与“核心素养培育”的目标。基于此，本研究以新课标为纲领，结合校本课程开发理论，构建“内容–实施–评价”三位一体的课程体系，旨在为小学排球校本课程的特色化改革提供实践范例。

2　研究目标与方法

2.1　研究目标

以新课标为蓝本，构建“内容体系—实施体系—评价体系”三位一体的小学排球校本课程框架，为课程推广提供科学依据。

2.2　研究方法

2.2.1　文献资料法

根据研究任务和需求，查阅有关校本课程、课程开发的相关文献和书籍。查阅教育部颁发的有关学校校本课程建设方面的政策文件，为本次研究奠定坚实的理论基础。

2.2.2　调查研究法

（1）专家访谈

采用德尔菲法（Delphi Method），邀请20位来自深圳市教育管理部门、体育局及高校的专家，围绕课程理论基础与目标权重展开两轮咨询，最终确定课程核心框架，如表1所示。

作者简介：高鹏，南山区南海小学高级教师，本科学历，南山区南海小学党总支书记，研究方向：教育管理。

文章引用：高鹏．核心素养导向下小学排球校本课程的三维重构与实证研究［J］．中国体育研究，2025，7（2）：116–120.
https://doi.org/10.35534/scps.0702017

表 1　专家访谈表
Table 1　Expert interview form

专家	人数	来源	解决问题
教育管理工作者	10	深圳市小学，深圳市、区教育局	确定排球校本课程的理论基础
体育工作者	10	深圳市、区体育局；深圳大学	

（2）问卷调查

如表2所示，针对学生、家长及教师设计分层问卷，通过Likert五级量表收集数据，验证课程可行性与认同度。

表 2　问卷调查计划
Table 2　Questionnaire survey plan

问卷调查	数量(份)	对象	解决问题
自填问卷	60	南山南海小学生	课程兴趣与技能掌握程度
	60	小学生的家长	课程支持度与健康影响
	30	南山南海小学体育教师、领导	课程实施资源与问题

2.2.3　实证研究法

选取南海小学三个年级共6个班级作为研究对象，其中3个班级为实验班，采用新开发的排球校本课程体系教学；另外3个班级为对照班，沿用常规排球教学模式。实验周期为8周。

2.2.4　数据统计法

通过SPSS 24.0对相关数据进行处理和分析。

3　结果与分析

3.1　课程内容体系构建

3.1.1　“新课标”下小学排球特色化校本课程开发的内容体系构建

（1）课程开发的理论基础

泰勒原理指出，课程开发需围绕“确定目标”“选择经验”“组织经验”和评价效果四个基本问题展开。施瓦布的实践性课程理论强调，课程开发需基于具体情境（学校、教师、学生、环境），采用“实践—审议”模式。多元智能理论认为人类智能具有多元性（如语言、逻辑、空间、人际等），教育应尊重个体差异。

本研究的校本课程三维重构以目标导向（泰勒原理）、情境适配（施瓦布）、学生中心（建构主义）、文化嵌入（地方性知识）为核心理念，通过系统化设计（系统论）与动态调整（复杂科学），推动课程从“标准化”向“个性化”“生活化”“素养化”的转型。其本质是回应教育高质量发展的时代需求，构建“学校—学生—社会”协同共生的课程生态。

（2）课程开发的内容体系构建

根据专家访谈结果，制定了《关于南海小学排球特色校本课程内容体系构架》的问卷。对20位专家进行了问卷调查，均采用一对一的问卷方式。根据问卷结果，制定了南海小学特色化排球校本课程的内容体系三级构架，如图1所示。

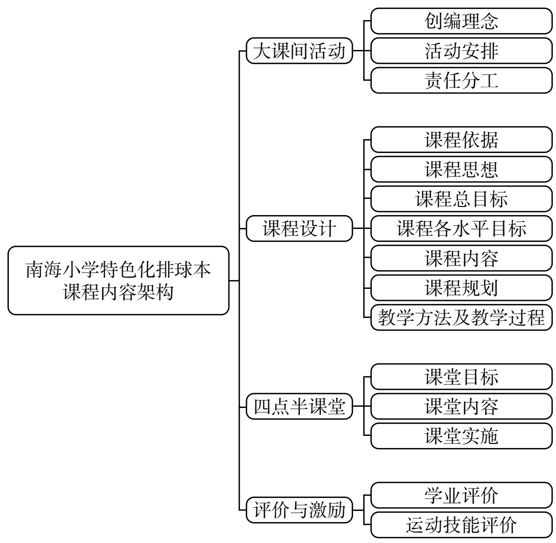

图 1　南海小学特色化排球校本课程内容架构
Figure 1　Content structure of featured volleyball school based curriculum in nanhai primary school

3.1.2　“新课标”下小学排球特色化校本课程内容

（1）课程依据

校本课程的开发与建设需要充分的理由和数据进行佐证。在写依据时，可以从以下九个方面进行思考：①课程产生的历史背景；②学校的文化积淀和原有基础；③相关的理论支撑；④各种前人研究的、相关的实验结果以及数据；⑤学生、家长、社会对课程认可度的相关调查，且相关的调查问卷可作为课程文本的附件编入书中；⑥各种可利用的资源和师资保证；⑦学校的课时保证和经费保障；⑧有关课题研究的鉴定，或相关专家、部分、团体对课程的评价；⑨教育行政部门的审批函及批文。

（2）课程思路

所谓课程思路是对课程建设的整体思考，是达成课程目标的主要路径。可从以下四个方面思考：①构成课程规划的基本原理；②课程规划由几个部分组成；③如何实施规划的课程内容；④通过课程的实施最终达到什么目的。如，确定体育学科教学思路时，第一，要确定选择课程的依据；第二，要根据目标或教材体系，划分各学段或各年级的教学目标、内容；第三，各学段年级的教学目标、内容拟达到的目标或水平；第四，课程将对学生的学习如何评价，还需要哪些支持等。如表3所示。

https://doi.org/10.35534/scps.0702017

表 3　课程规划思路

Table 3　Course planning Ideas

课程内容的构成	课程设计原理	实施手段	实施途径	预期目标
排球文化	兴趣与内驱力	技能上层层递进	大课间	会看排球
排球基本技术		技术上螺旋上升	课余训练	会打排球
排球游戏		降低球网高度	体育课	能打比赛
排球比赛		游戏化教学培养兴趣	校外锻炼	强身健体、培养品德

（3）课程总目标

课程总目标是课程的定位，设置课程总目标时，可从以下几方面考虑：

①紧扣课程理念，突出课程的育人功能；②通过课程的学习，学生、教师、学校将产生哪些变化和发展。这里面学生的变化和发展可以与“新课标”的总目标关联上，即掌握与运用体能和运动技能，提高运动能力、学会运用健康与安全的知识和技能，形成健康的生活方式、积极参与体育活动，养成良好的体育品德；③通过该课程的学习，学生将能学会或掌握什么样的知识与技能；④学生的身心变化与发展（“新课标”核心素养的运动能力、健康行为和体育品德）。

（4）课程各水平目标

课程总目标是根据2022年版“新课表”及学校排球教师的建议来制定的。前者包含整个小学阶段小学体育与健康课程的目标，是在评估了各阶段学生生长发育的生理、心理以及认知发展特点的基础上制定的，后者是在教师指导实践的基础上提出的建议。

课程各水平目标是课程总目标的下位目标，是对课程总目标的具体分解，也是进行教学的主要依据。将小学阶段分为两个水平，3～4水平二，5～6水平三，再将各水平段分别对应到体育核心素养当中，可见课程各水平目标分布如表4所示。

表 4　课程各水平目标

Table 4　Objectives for each level of the course

阶段	阶段目标	运动能力	健康行为	体育品德
水平二	初步了解排球的基本技能	在游戏及各种球性练习中进一步熟悉排球并掌握简单的排球技术动作，提高垫球和发球的质量，根据掌握程度学习正面上手发球和原地扣球技术，在排球运动中发展学生的力量、速度、灵敏和柔韧等身体素质	改善不良体态形成正确的身体姿势。感受体育锻炼对健康的重要性。积极参与校内外体育锻炼。提升交往与合作能力，保持稳定和积极的情绪	在比赛中乐于与同伴进行交流与可做。培养学生不怕困难和勇于挑战的意志品质；养成体育活动中自觉遵守规则的习惯，并规范自身的体育行为
水平三	初步了解排球运动的基本战术	学习接发球阵型；学习“中一二”进攻战术；进一步学习正面上手发球，原地扣球技术；掌握排球的比赛规则，了解排球知识。发展身体素质包括力量、速度、灵敏和心肺耐力等	在排球活动中保持良好的身体姿势。将健康与安全知识和技能运用于日常生活中。在遭遇挫折失败时保持情绪稳定。增强环境适应能力	在面对困难时有顽强的意志力，勇于正视自己的身体条件。在课堂上能够控制自己的情绪，履行自己在团委中的职责，形成良好的体育道德意识和行为

（5）课程内容

课程内容的制定需要结合小学生各阶段的身心发展特点及规律，将各年级的课程内容具体化，分布如表5所示。

表 5　课程内容

Table 5　Course content

年级	课程内容
三年级	移动练习，结合各种脚步移动和重心变换的排球游戏
	掌握两人或多人抛接球的练习方法
	巩固已学技术，学习正面上手传球和简单介绍接发球技术
	不限场地和人数的启蒙性教学比赛
	学习简单的排球竞赛规则和裁判知识
四年级	结合所学技术，练习各种脚步移动和重心变换的排球游戏
	掌握两人或多人垫、传球的练习方法
	巩固所学技术，进一步学习接发球技术和上手传球技术，学习正面上手发球技术和原地扣球技术
	简化排球比赛规则的启蒙性教学比赛
	进一步学习排球的竞赛知识
五年级	移动练习，结合技术的学习
	进一步掌握两人或多人互垫互传的练习方法
	进一步学习上手发球和扣球的挥臂鞭挞动作
	学习接发球阵型，能够运用所学两项或两项以上的技术串联，进行完整的教学比赛
	学习中一二进攻
	进一步学习排球的竞赛规则和裁判知识
六年级	在比赛中运用脚步移动和变换重心的移动
	掌握两人或多人互垫互传的练习方法
	巩固对传对垫、上手发球技术，学习四号位扣球，介绍拦网技术
	熟悉接发球阵形；进一步学习中一二进攻战术
	完整的教学比赛；巩固所学的竞赛规则和裁判手势

（6）课程规划

①课程学时

采用“2+1+2”课时模式（2节排球课+1节排球社团课+2次运动队训练），（注：2节排球课面向全体学生、

1节排球社团课面向25%学生、2次运动队训练面向6%学生）。

表 6　各年级各学期教学内容学分配表

Table 6　Credit allocation table for teaching content of each grade and semester

年级	学期	教学内容				合计
		判断移动类	技术技能类	竞赛游戏类	竞赛规则及裁判手势	
三年级	一	5	5	6		16
	二	4	6	6		16
四年级	一	4	6	6		16
	二	3	5	8		16
五年级	一	3	6	7		16
	二	4	6	6		16
六年级	一	2	4	10		16
	二	2	6	8		16

②教学进度

二年级以培养兴趣、熟悉球性为主。该阶段学生骨化过程尚未完成，肌力弱，耐力差，动作准确性与灵活性不足，神经系统对小肌肉群的控制机能尚未成熟，因此，要注意在教学内容的组织和实施应以游戏为主，在游戏中发展学生的兴趣爱好。课程内容安排有结合移动步伐的各种形式的拍球、传递球游戏。判断移动类和竞赛游戏类多安排启发学生学习排球，培养学生参与体育运动的游戏为主。在课程的初始阶段介绍排球比赛规则和裁判手势知识，帮助学生快速熟悉项目。

3.2　课程评价体系开发

（1）各项技术评分标准的制定

采用分层评分制，每项技术技评满分10分，水平一的学生只要能够抓住动作的主要环节，不要求掌握细节。水平二和水平三的学生学习能力较强，对动作的理解能力提高，动作的精确性和灵活性有了较大的提高，对动作有一定的控制能力。因此，水平一的技评部分有别于其他阶段的评价。

（2）健康行为和体育品德评价标准的制定

健康行为和体育品德评估方法及标准参照《体育与健康课程标准》的评估方法制定，实践中可以灵活运用，可以对每堂课学生的表现及时进行评价，以小组的形式进行评价便于更为客观地了解学生的学习情况。在学期（或者学年）结束时，可以为教师对学生的态度参与及情意合作方面的成绩的评价及撰写评语，提供翔实的数据和参考。

二年级评价由教师来进行评价，三到六年级都是由学生进行自评和组评来完成，学生学习态度和情谊表现与交往合作各占总成绩的20%，体现了评价的综合性。小学排球传统校排球教师建议，在评价时低年级教师多采用评语评价，而不仅是具体的分数。在学期结束时，教师可以用分数和评语相结合的方式，整体评价学生的上课情况。

学生自评，学生对自身排球技术水平和比赛表现进行评价，发现不足之处并制定改进计划。研究建立一套对以排球为主题的体育大课间活动的评价标准，使大课间活动更科学、规范。教师评价，教师对学生技术和表现进行评价，指导学生改进和提高。同伴互评，学生之间相互评价，促进彼此学习进步。

4　实证分析

本研究运用排球专项测试对学生发球、垫球等关键技术进行量化评估，采用学生体育学习评价手册开展过程性评价，记录学生每堂课的技术表现和进步情况。

通过专门问卷对学生体育品德进行量化评估，同时通过观察记录学生课堂和比赛中的行为表现，如是否遵守规则、尊重他人等，结合出勤率、参与积极性等指标进行综合评定。

经过实证研究有以下发现。在运动技能方面，实验班学生在排球发球、垫球等关键技术上的平均得分显著高于对照班，表明新课程体系有助于学生更好地掌握排球运动技能。在健康行为养成方面，实验班学生在体育活动中保持良好身体姿势、运用健康知识等方面的表现优于对照班，说明新课程体系有利于学生养成健康的行为习惯。在体育品德培养方面，比赛中，实验班学生能够更加自觉地遵守规则、尊重裁判和对手，表现出更强的合作意识和团队精神，体现了新课程体系在培养学生体育品德方面的积极效果。

5　研究结论

（1）构建“课程内容体系—实施体系—评价体系”三维重构框架，为小学排球校本课程开发提供科学指导，该课程在提升学生核心素养方面取得了显著成效。

（2）新开发的排球校本课程体系有助于学生在运动技能、健康行为和体育品德等核心素养维度上实现全面发展，为其终身体育意识和能力的培养奠定了坚实基础。

（3）本研究为其他体育项目校本课程开发提供借鉴，强调需依据新课标要求，结合学生实际情况构建科学合理的课程体系的重要性。

参考文献

［1］于素梅．新要求 新挑战 新课堂：落实《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》需把握的“三新”［J］．福建教育，2022（17）：25-29.

［2］董翠香．我国中小学体育校本课程开发理论与实践研究［D］．北京体育大学，2004.

https://doi.org/10.35534/scps.0702017

［3］季浏，汪晓赞，纪伟，等．体育的校本课程对学生学习效果影响的实验研究［J］．武汉体育学院学报，2010，44（6）：85–91．
［4］陈桂生．何谓“校本课程”［J］．中学语文教学，2001（7）：62．
［5］张庆新，陈雁飞．新课标视域下体育大单元教学的内涵、设计依据与要点［J］．首都体育学院学报，2022，34（3）：275–282．

Three-dimensional Reconstruction and Empirical Research of a Core Competency-oriented Volleyball School-based Curriculum for Primary Schools

Gao Peng

Nanhai Primary School, Nanshan District, Shenzhen

Abstract: This study addresses the disconnect between primary school volleyball school-based curriculum and the requirements of the New Curriculum Standards. Guided by the Compulsory Education Physical Education and Health Curriculum Standards (2022 Edition), a three-dimensional restructuring framework encompassing "curriculum content system-implementation system-evaluation system" has been developed to create a primary school volleyball curriculum system aligned with the New Curriculum Standards. Empirical research validates the effectiveness of this curriculum system in enhancing students' core competencies, including motor skills, health behaviors, and sports ethics, thereby providing a scientific and practical exemplar for developing school-based physical education curricula under the New Curriculum Standards.

Key words: New curriculum standards; Primary school volleyball; School-based curriculum; Core competencies; Curriculum development