

社会情感学习融入小学体育教学的契机、路径与支撑

李春辉 卢冠军

河南理工大学体育学院 河南 焦作 454000

【摘要】：在“五育并举”全面育人的政策导向下，社会情感学习作为促进学生全面发展的关键环节，其教育价值日益凸显。具备良好社会情感能力的青少年，不仅能够有效的管理情绪、建立积极人际关系，更有助于在今后的社会生活中实现个人成功与幸福。体育教学其独特的情境性、规则性与互动性，成为承载社会情感学习的天然场所，二者在教学目标与过程上具有高度的契合性。因此，本研究基于“契机—路径—支撑”的三维分析框架，系统阐述社会情感学习与小学体育教学的融合机制，深入探讨其内在逻辑、实践策略与保障条件。

【关键词】：五育并举；社会情感学习；小学体育；教学融合

DOI:10.12417/2982-3803.26.01.008

青少年的社会情感能力被视为应对未来社会发展的核心素养，对于个人成功和幸福具有至关重要的作用^[1]。随着“五育并举”方针的全面贯彻与核心素养教育理念的持续深化，推动学生全面发展已经成为当代基础教育的核心任务。社会情感学习作为促进学生认知、情感与技能协调发展的重要路径，着重培养个体的自我意识、自我管理、社会意识、人际关系及负责任决策等关键能力，对于塑造健全的人格、提升心理健康水平以及实现学业成功具有重要的显示意义。然而，在当前的教育实践中，社会情感学习的实施多集中于独立的课程安排与德育活动之中，学科教学中的渗透仍显不足，特别使在体育学科中的相关研究更为稀缺。

小学阶段是学生情感与行为习惯发展的关键时期^[2]。培养小学生的社会情感能力，对于促进其个体全面发展、适应未来社会需求以及推动和谐社会建设，具有重要的现实意义。体育作为一门综合性学科，能够以其自身活动为媒介，将社会情感学习自然融入教学过程，从而有效提升学生的社会情感能力。同时，体育锻炼作为学校教育体系中重要的外部环境，可以通过满足小学高年级学生对自主运动技能学习、缓解压力以及同伴肯定的需求，进而促进心理健康^[3]。Malinauskas 等指出，体育课对青少年学生的情感理解、同理心、合作能力、自我控制和社交技能等具有提升作用，证明了体育对提升青少年社会情感能力培养的积极意义^[4]。因此，将社会情感学习融入体育这门学科不仅可以增强学生体质、提升运动兴趣，还可以提高自我意识和自我管理能力、形成良好的人际关系，促进学生身心健康全面发展。

1 社会情感学习融入小学体育教学的契机

1.1 学科渗透是提升社会情感能力的途径之一

学术、社会和情感学习合作组织（Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning, 简称 CASEL）认为：“社会情感学习是学习者获得并有效地应用必要的知识、态度和技能，以意识和管理情绪，设定并实现积极的目标，感受并表现出对他人的同理心，建立并维持积极的关系，并做出负责的决定的过程^[5]。CASEL 在其报告中提到“integration of SEL into academic instruction”，中文意译为“将 SEL 融入学术教学”^[6]。这种整合模式具有双重教育价值：一方面，学生在掌握学科知识的过程中，同步获得自我管理、人际协作、及责任担当等关键能力的发展契机；另一方面，社会情感能力又为进行深度学科学习提供了内在动机与认知支撑，形成双向滋养的良性循环。这种模式意味着学生在体育教学中不再局限运动技能的学习，而是在真实的团队协作、遵守规则与竞争挑战中，具身化地体验并内化社会情感能力。把社会情感学习融入体育教学，不只是简单地增加教学内容，而是通过构建互动式学习模式，实现知识传授与人格培养的有机统一。

1.2 社会情感学习在《课程标准》中的整合

《课程标准（2022年版）》是在《课程标准（2011年版）》的基础上发展而成的，都将促进学生身心健康作为课程的主要目标。《课程标准（2022年版）》强调在核心素养理念下从“运动能力、健康行为、体育品德”这三个方面制定教学目标，更加注重学生通过发展形成完整的个体的目标^[7]。这一目标体系的演进，为社会情感学习与体育教学的深度融合提供了明确的政策导向与关键的实施契机。相较于2011年版的“三维目标”，

作者简介：李春辉（2000-），男，河南新乡人，硕士（在读），河南理工大学体育学院，研究方向：社会体育指导。

卢冠军（2001-），男，河南焦作人，硕士（在读），河南理工大学体育学院，研究方向：体育教学。

《课程标准（2022年版）》确立了以“运动能力、健康行为、体育品德”为核心素养的导向，不仅使课程目标更为系统，更是创造性的为社会情感学习的融入奠定了坚实的基础。同时，运动能力、健康行为与体育品德三者相互融合，共同构成了社会情感能力培养的天然载体。具体主要表现在以下三方面：（1）运动能力：重点发展学生精准的自我认知与坚韧的意志品质，使学生能够在实践中评估自身水平、在竞赛中合理的管理情绪；（2）健康行为：着重培养自我调节与人际交往的技能，学会与队友团队协作并塑造健康的生活方式；（3）体育品德培育社会责任意识：引导学生理解公平竞争，并在复杂的情境中坚守道德决策。因此，课程标准的更新，标志着社会情感学习已从自发的教育探索，转向有清晰框架、明确指引的系统化、规范化阶段，这也为推动二者深度融合提供了重要的政策依据与实践契机。

2 社会情感学习融入体育教学的路径

与其他学科相比，体育教学凭借独特的身体活动、复杂的运动情景和团队协作，成为培养学生社会情感能力的关键渠道。因此，本研究将社会情感学习融入体育教学的路径通过以下三个层面系统实现：

2.1 设置以社会情感能力为导向的体育教学目标

长期以来，我国体育课程教学目标存在明显的偏向，过于重视技能的传授，而忽视了学生的人格健全与灵魂塑造，导致整体育人功能逐渐弱化。《课程标准（2022年版）》指出，体育与健康课程根据体育学习实践性和健康教育实用性的特点，强调从“以知识与技能为本”向“以学生发展为本”转变^[8]。在此背景下，体育教学目标需要从“传授运动技能”向“促进学生全面发展”转变，把社会情感能力培养与技能教学置于同等重要位置。体育与健康课程作为一门具身性、情境性突出的学科，在培养学生情绪管理、人际协作、责任意识等方面具有天然的优势。为此，应系统构建以社会情感能力为导向的体育教学目标，将社会情感要素有序融入不同学习维度，具体整合路径如下表1所示。通过将社会情感能力目标系统嵌入体育教学的各学习维度，实现体育技能习得与社会情感发展的有机统一，推动体育教学回归“完整的人”的教育。

表1 社会情感学习与体育教学目标融合

学习方面	体育目标	社会情感核心能力目标
运动参与	将体育作为积极休息方式，在比赛中感受比赛乐趣、获取成功体验；	自我管理能力和自我意识：通过运动调节情绪、缓解学业压力。自我意识：在成功体验中提升自信心与成就感；

运动技能	了解运动技能原理与安全知识，掌握体育锻炼方法，逐渐完成有一定难度的身体动作；	负责任的决定：树立健康意识，在运动中能选择安全的练习方式。 自我管理能力和自我意识：在挑战新动作时，锻炼坚韧不拔的意志力，敢于挑战自己；
身体健康	了解人体基本知识与健康生活方式，形成良好的身体形态、机能和体能；	自我意识：养成关注自身健康的习惯，理解身体与健康的关联。 负责任的决定：能为促进健康做出积极的决策；
心理健康和社会适应	克服运动困难、接纳自身与他人差异，学会主动调节情绪、履行团队职责，坚守体育道德；	自我管理能力和自我意识：锤炼心理韧性与情绪调控力。 社会意识与人际关系技能：培养同理心、包容度与团队合作精神，学会解决冲突；

2.2 设置以社会情感能力为核心的教学方法

为实现社会情感能力培养目标，体育教学不能局限于单一的运动技能传授，应采用以学生社会性成长为核心的教学方法。这意味着教师需要改变传统教学方法，将传统的“命令式”教学逐渐转向“引导式”与“体验式”教学，有意识地在体育活动中设计需要合作、沟通与情绪管理的学习情境。例如，在团队项目中运用合作学习法，明确共同的团体目标与必要的规则约束，促使学生在合作中学会倾听、协商与解决分歧，以此来增强集体责任感；运用情境教学法，再现比赛中过程中的高压场景，引导学生练习情绪调节与抗挫折能力；引入反思讨论法，在活动结束后组织学生分享在本节课中学到了什么、自己在课堂中哪些地方还有待改善，促进其自我认知与同理心的发展。这些方法将社会情感学习融入运动技能的学习过程，使学生在身体参与中自然获得社会情感能力的全面提升。

2.3 设置以社会情感能力为关键维度的体育教学评价

教育的本质是促进人的全面发展，其中社会情感能力是非认知的“软技能”，不仅有利于学业任务的完成，也能促进身心健康、事业成功和社会幸福等^[9]。传统的体育教学评价往往侧重于跑、跳、投等认知性运动技能的评价，而忽视了那些关乎学生终身发展的非认知性“软技能”。这种“重技轻人”的评价导向，在一定程度上削弱了体育教育在“立德树人”和培育完整人格方面的巨大潜能。因此，体育教育回归“育体育心”的完整使命，亟需构建一个以社会情感能力为核心的体育教学评价体系。

3 社会情感学习融入体育教学的支撑

3.1 以管理者引领与教师发展夯实融合基础

社会情感能力是促进学生全面发展的关键支柱。在学校教育管理中培养学生社会情感能力,是国际教育改革与发展的一项重要任务,决定了学校在变革中的主体性,确保学校管理规范有力^[10]。推动体育教学从单纯的技能传授、体能训练,向“体魄强健+人格健全”的综合育人模式转型,也为二者融合搭建了政策落地的绿色通道。

(1) 管理引领:以组织支持驱动融合。学校不仅是立德树人的重要阵地,也是教书育人的关键场所,在学生社会情感能力培养上发挥主导作用^[11]。从管理育人的角度看,作为学校管理的核心主体,管理人员应率先树立社会情感教育的核心理念,深刻认知社会情感素养对学生全面发展的重要价值,并主动提升自身社会情感能力与育人素养。在此基础上,具备高社会情感素养的管理团队,能够精准捕捉并深度理解师生的情感需求与发展诉求,进而制定出更具科学性、针对性与支持性的学校政策及管理制度的。

(2) 教师赋能:以专业发展深化实践。教师作为学生社会情感能力发展的直接引导者,其专业素养与实践能力决定着社会情感学习的实施成效。为此,需构建持续性教师专业发展路径,在为教师制定个性化提升计划的基础上,依托培训参与、案例研讨、同伴互助等多元形式,全面提升教师的理论素养、教学技能与自我觉察能力。在专业支撑层面,应系统开

发融合社会情感学习的学科教学资源,重点推动体育教学与社会情感学习的有机融合:在体育团队项目中系统嵌入协作沟通训练,在竞赛情境中有机融入情绪调节与抗挫折练习,通过结构化、情境化的体育活动设计,为教师开展体育教学、班级管理和社会情感课程实施提供坚实专业支撑。此外,还需完善教师发展性评价与激励机制,将社会情感实践成效纳入教师专业评价体系,借助多元激励增强教师的职业幸福感与育人成就感,进而激发其持续投入社会情感教育的内生动力。

3.2 三位一体:凝聚家、校、社协同育人

社会情感能力的培养是一个连续的过程,始于课堂,但必须在家庭与社会生活中得以延续和强化。构建家校社协同支撑体系,旨在打破教育场域间的壁垒,为学生创造一个理念一致的成长生态系统,从而巩固与深化体育教学中的社会情感成效,实现全面的育人效果。在理念上学校可以通过主题家长会、宣传册等方式,向家长和社区教练系统的阐述社会情感学习理念,并重点展示体育活动和团队项目如何具体培养孩子的抗挫折能力、团队精神和情绪管理能力;在实践上设计“家庭体育挑战”任务,让社会情感在家庭中继续实践。同时,与社区体育组织合作,举办以社会情感为主题的周末联赛或夏令营,让学生在更复杂的社会情境中应用所学的技能;在机制上成立由校方、家庭、社区教练组成的“社会情感合作小组”,利用线上平台建立家校社沟通与资源共享机制,定期分享活动案例与学生成长观察。

参考文献:

- [1] 张静,刘笛月.社会与情感能力测评三问[J].中国教育学报,2021,42(2):18-24.
- [2] 田雪,邹红军.统编小学道德与法治教材的生态文明教育书写[J/OL].天津师范大学学报(基础教育版),1-7[2024-11-22].<http://kns.cnki.net/kcms/detail/12.1315.G4.20241104.1619.006.html>.
- [3] 李焕玉,颜军,沈波,等.课外体育锻炼对小学高年级学生生活满意度的影响:自信心与心理韧性的链式中介作用[J].中国体育科技,2022,58(12):51-56.
- [4] MALINAUSKAS R,MALINAUSK IENEV.Training the social-emotional skills of youth school students in physical education classes[J].Frontiers in psychology,2021,12:741195.
- [5] CASEL.Social and Emotional Learning:Origins,Current Status,and Future Directions[EB/OL].<https://casel.org/wp-content/uploads/2016/08/SEL-Origins-Current-Status-Future-Direcitons.pdf>.
- [6] CASEL.SEL in the classroom[EB/OL].1<https://casel.org/systemic-implementation/sel-in-the-classroom/>.html,2020-10-01.
- [7] 尹志华,刘皓晖,孙铭珠.核心素养下《义务教育体育与健康课程标准》2022与2011年版比较分析[J].天津体育学院学报,2022,37(04):395-402.
- [8] 季浏.我国《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》解读[J].体育科学,2022,42(05):3-17+67.
- [9] 马立超.学生社会情感能力的国际测评框架与本土化思考[J].上海教育评估研究,2024,13(3):60-66.
- [10] 徐雷,宁波.全球视野下提升学生社会情感能力的学校管理与课程实践[J].比较教育学报,2025,(02):78-94.
- [11] 毛亚庆,杜媛,张婉莹,等.培养有温度的学生:学校推进社会情感学习的实践框架及策略[J].中小学管理,2024(6):10-14.