

基础教育体育课程改革中的核心素养与创新路径研究

傅迪 胡俊凯*

临沂大学 山东 临沂 276000

【摘要】：随着我国教育改革的深化，基础教育中的体育课程改革已成为提升学生综合素质的关键环节。本文旨在系统梳理我国基础教育体育课程改革的历史演进、取得的成就与面临的现实挑战，并深入探讨核心素养理念在体育课程中的内涵与实施路径。研究认为，当前改革在理念革新、结构优化与评价突破方面成效显著，但同时也存在理念泛化、内容失序与实施脱节等问题。为解决这些问题，本文提出了以核心素养为统领，涵盖课程理念重构、内容分层设计、教学方法创新与评价体系完善在内的系统性创新路径。最后，本文从政策制定、实践改进与理论研究三个维度对未来改革方向进行了展望，以期为构建科学、高效的基础教育体育课程体系提供理论参考与实践指导。

【关键词】：体育课程改革；核心素养；基础教育；创新路径；课程实施

DOI:10.12417/2705-1358.25.23.020

1 引言

1.1 研究背景

我国基础教育体育课程改革是顺应时代发展、培育全面发展人才的必然要求。回顾其历程，我国历次体育课程改革的背后与我国社会变革的发生是息息相关的。体育课程的价值取向经历了从二十世纪侧重于增强体质的“生物体育观”或“体质教育”，到新世纪以来强调“健康第一”、促进学生身心全面发展的“健康教育”或“全人教育”的根本性转变。任何改革都不会一帆风顺，体育课程改革也是如此^[10]。这一转变不仅是教育理念的进步，更是对国家“立德树人”根本任务的具体落实。体育课程如何从传统的传授单一技能转向对学生其他能力、道德品质与价值观念的全面培养，已成为教育改革的核心议题之一。对此次改革历程进行客观评价，总结其得与失，对于推动体育教育事业的持续健康发展具有重要的理论与现实意义。

1.2 研究目的

本文的研究目标在于深度剖析中国基础教育体育课程改革的现状，精准识别改革进程中所取得的成就与存在的不足。在此基础上，本文聚焦于“核心素养”这一核心概念，旨在明确其在体育课程中的具体构成与措施，并系统性地构建一套涵盖理念、内容、方法与评价等多个维度的综合性创新路径，以期破解当前改革困境、提升体育育人实效提供可行的解决方案。中国体育课程改革的热度和深度都在不断发展，只有认清中国体育改革的发展特点，才能科学把握未来的发展趋势。使

体育课程结构更加系统全面，对体育课程改革实践研究具有很大现实意义。

1.3 研究方法与数据来源

本研究主要采用文献研究法与历史研究法。通过系统检索与分析国内外关于体育课程改革、核心素养及教学创新的学术期刊、专著、政策文件，重点梳理《体育（与健康）课程标准》相关理论与实践问题进行梳理、比较与归纳，从而为本研究的论点提供坚实的理论基础与证据支持。

2 中国基础教育体育课程改革的成就与挑战

2.1 改革历史阶段

以《全日制十年制中小学教学计划》《基础教育课程改革纲要》《中国学生发展核心素养》等标志性文件为节点，将改革划分为重建移植（1949-1957）、本土探索（1958-1965）、停滞恢复（1977-1984）、深化突破（1985-1998）、多元人本（1999-2013）、核心素养（2014 - 至今）六个阶段。

2.2 改革历史背景

我国基础教育阶段体育与健康课程改革意义重大、影响深远，对增强青少年学生体质起到了至关重要的作用^[10]。历经多轮改革，我国基础教育体育课程建设取得了显著的成就。首先从理念革新上确立了“健康第一”的指导思想，课程目标从只侧重身体素质和运动技能，转向促进学生身心全面发展。其次，利用课程结构优化打破了全国统一课程模式，建立了国家、地方、学校三级课程管理体系，激发了地方与学校的自主性并开

作者简介：傅迪（2001.02），女，汉，山东临沂人，硕士研究生在读，研究方向：体育教学，体育文化。

通讯作者：胡俊凯（2000.02-），男，汉，山东省青岛市人，硕士研究生在读，研究方向：体育教育、体育训练。

设多样化的校本课程。最后,在评价上突破,开始扭转“唯技能、唯达标”的终结性评价倾向,转向重视学生的运动参与、努力程度、进步幅度和体育品德的过程性评价,初步构建了以核心素养为导向的多元评价框架^[8]。

2.3 面临的挑战

尽管成就显著,但改革在深化过程中仍面临诸多严峻挑战。其一,理念泛化问题突出。“健康第一”、“核心素养”等宏观理念在具体实践中常被“假大空”,导致课程目标多元化但核心目标模糊。其二,教学内容矛盾现象普遍存在。一方面,部分学校的体育课程内容仍带有浓厚的“竞技化”色彩,教学内容过于强调技术动作的精细性,脱离了大多数学生的实际需求;另一方面,校本课程开发能力不足,导致课程内容要么简单照搬竞技体育项目,要么流于形式化的“放羊式”教学,缺乏系统性。其三,实施过程脱节和专业技能较落后,还有许多教师对新的课程理念理解不深,未能及时转变有效教学策略与方法。

3 核心素养在体育课程中的实施

3.1 核心素养的定义与构成

在基础教育语境下,体育学科核心素养是指学生通过体育与健康学习所应形成的、能够适应终身发展与社会发展需要的必备能力。根据《义务教育体育与健康课程标准》的界定,其主要包括三个方面:

运动能力:指学生在参与体育运动过程中所表现出的体能、技战术能力和心理能力等的综合体现。它不仅包括掌握和运用基本的运动技能,还包括在真实运动情境中合理运用战术、调整身心状态的能力。

健康行为:指学生为维护 and 增进身心健康而形成的稳定行为和生活方式。这涵盖了养成良好的体育锻炼习惯、掌握基本的健康知识与安全防护技能、形成积极的社会交往能力与情绪调控能力。

体育品德:指学生在体育活动中应当遵循的行为规范和形成的价值追求。主要包括遵守规则、公平竞争、尊重他人、团队合作、勇敢顽强、勇于担当、正确对待胜负等优良品质。

3.2 以核心素养为导向的课程设计

要将核心素养从理论框架落实到教育现实,每一个教学环节必须进行精心的课程设计。^[1]首先,课程目标的设定应超越单一的技术,明确每一教学单元、每一节课在学生运动能力、健康行为与体育品德方面中具体、可测的学习成果。其次,在教学活动设计上,应放弃枯燥的重复性练习,转向设计更具综合性与竞技挑战性的学习任务。例如,在篮球教学中,不应仅

局限于运球、投篮的分解练习,而应设计小型的半场对抗赛,并在赛前赛后引导学生讨论战术配合、尊重裁判判决、鼓励队友通过角色扮演等方式,将体育品德的培养有机渗透到运动实践的全过程,实现“以体育人”的潜移默化教育。

4 基础教育体育课程改革中的创新路径

4.1 深化核心素养导向的课程实施

这是基础教育体育课程改革的核心。新课程标准下的初中体育课程将继续以学生为核心,以培养学生的核心素养为目标,不断创新和发展,为学生的全面成长奠定坚实基础^[6]。教育主管部门与教研机构应组织开发更多关于核心素养的、高质量的课程,做为教学资源案例库并为一线教师提供参考。同时,必须强化教师培训,切实提升教师对核心素养的理解力与教学设计能力,帮助他们掌握差异化教学、引导式教学等策略,使其成为核心素养落在实处^[3]。

4.2 数字化与智能化建设

现今信息技术与智能化高速发展,为体育课程改革提供了强大的数字赋能工具。虚拟现实技术难以在常规课堂实现的运动场景,拓展学生的运动感官体验;增强现实技术可以将运动轨迹、技术要点可视化,并辅助学生进行动作纠正,拓宽了课程的多样性。此外,开发智能化体育教学平台至关重要,该平台可整合可穿戴设备,实时监测学生的数据,为过程性评价提供支持。

4.3 跨学科融合

打破学科壁垒,推动体育与其他学科的深度融合,是培养学生综合应用知识能力的有效途径。例如,体育教师可以与信息技术学科教师合作,构建体育课程与健康教育的虚拟教学场景;或者与物理教师合作开展排球教学活动,向学生讲解击球抛物线等相关的物理知识^[4]。这种融合不仅增强了学习的趣味性与实用性,也使学生认识到知识的内在联系,促进了思维能力的全面发展。

4.4 完善课程评价与反馈机制

改革“一刀切”的评价模式,建立更加科学、全面的动态评价体系。建立持续改进的评价机制。是提升教育质量、促进学生全面发展的重要保障。教师作为这一机制的实施者,应不断学习、不断反思、不断创新,以科学、公正的评价,为学生的成长铺设坚实的道路^[5]。除了传统的体能和技能测试,应大幅增加对学生课堂表现、健康知识掌握、团队合作精神、体育道德风尚等方面的观察与记录。积极运用大数据分析技术,对收集的数据进行深度挖掘,生成个性化的学情分析报告。实现以评促学、以评促教^{[2][7]}。

5 未来体育课程改革的实施路径

5.1 改革理念的重构

首先,在理念层面进行知识重新构建组合。必须明确,基础教育体育课程的本质是通过系统性的运动技能学习与身体活动,实现促进学生身心健康全面发展的教育过程。为此,可以构建一个“三维目标(运动参与、运动技能、身体健康)+核心素养(运动能力、健康行为、体育品德)”的整合性框架,使核心素得到升华并确保课程目标既全面又聚焦,避免理念的“假大空”。

5.2 课程内容的分层设计

针对不同学段学生的身心发展特点,对课程内容进行科学的分层设计。

基础层:重点在于激发兴趣、发展基础体能和掌握基本活动技能。设立全国统一的、标准化的体能促进和基础运动技能模块,为学生终身体育打下坚实基础。拓展层:在夯实基础的前提下,引入兴趣导向的选项课程。学校可根据师资和场地条件,开设多个项目供学生选择,满足学生多样化的兴趣需求。特色层:实施更深度的专项化与模块化教学。学生可根据自身

兴趣和未来发展方向,选择某一运动项目进行深入学习和训练。同时,课程模块可融入更多地域文化元素和现代元素,体现课程的时代性与文化性。

5.3 教学方法的创新

教学方法的革新是保障课程实施效果的关键。应大力推广“大单元教学”模式,即围绕一个运动主题或项目,进行连续、集中的长时间教学,改变以往“蜻蜓点水”的教学安排,确保学生有足够的时间进行深度学习与技能细化。此外,应广泛采用游戏化教学、合作学习、探究式学习等强调“互动性”和“合作性”的教学方法,激发学生的主体性,培养其沟通、协作与解决问题的全面能力。

6 结论与展望

国家应继续保持战略定力,推动核心素养导向,并赋予地方和学校更多创新空间,鼓励本土化发展。政策制定应注重系统性,协同推进课程改革、教师编制、职称评定等配套措施,确保改革落地实施。在实践层面,应加强“高校-教研机构-中小学”协同机制,提供专业引领和智力支持,特别是加强体育教师职后培训与发展,提升教师整体能力^[9]。总之,对于推动体育教育事业的持续健康发展具有重要的理论与现实意义。

参考文献:

- [1] 许新.新课标下高中体育与健康教学中学生核心素养的培养[J].学周刊,2025,(30):155-157.
- [2] 刘金融.核心素养视域下小学生综合素质评价改革新探究——以深圳市宝安区海港小学为例[J].试题与研究,2025,(28):139-141.
- [3] 肖家栋.新质生产力视角下体育课程创新与实践研究[J].佳木斯职业学院学报,2025,41(10):40-42.
- [4] 降佳俊,尹志华,刘皓晖.跨学科主题学习背景下体育教师专业发展的现实依据、多重挑战和应对策略[J].四川体育科学,2025,44(04):131-135.
- [5] 邵蒙恩.核心素养下小学体育与健康课程评价体系构建[J].家长,2025,(23):19-21.
- [6] 火同燃,汪世俊.新课程标准下初中体育课程对学生核心素养的多元培养策略分析[J].体育教学,2025,(S1):76-78.
- [7] 刘学伟.“核心素养”视域下小学体育课程评价体系构建与研究[J].冰雪体育创新研究,2025,6(08):126-128.
- [8] 李海港.我国体育课程改革研究的现状与发展趋势[D].吉林体育学院,2023.
- [9] 季浏.新时代我国中小学体育与健康课程的整体构建与发展趋势[J].武汉体育学院学报,2022,56(10):5-12+20.
- [10] 季浏.使命与光荣:我国基础教育阶段体育与健康课程改革20年回顾[J].首都体育学院学报,2021,33(06):581-587.