

项目学习驱动高中体育课堂创新路径研究

王福建

孝义三中 山西 孝义 032300

【摘要】：在核心素养导向的背景下，高中体育课堂亟需从“技术教学”转向“素养培养”。项目式学习以其情境化为起点，以问题引导和任务驱动提供给体育课以创新和改革元素。本文立足项目式学习理念，对高中体育课程现状中出现的目标、过程及内容结构性的瓶颈问题进行了解析，同时也提出了项目式学习引领的教育创新模式。打造素质导向型目标体系，重视体育教育的价值，以“问题—任务—成果”项目过程重塑，强化学生自我和团体的思维，融入生活中的跨学科学术真境，丰富学生知识迁移和体验实践能力，创立多元的评价标准体系，将程式化的评价方式与终结性考核方式并存，为高中体育课程建设改革提供可操作性的借鉴方向。

【关键词】：项目学习；高中体育；课堂创新；素养导向

DOI:10.12417/2705-1358.25.23.062

引言

教育改革不断深化，体育教育的育人功效越发显著。《普通高中体育与健康课程标准（2020年修订）》强调，要借助多样化教学方式引领学生强健身体、强化健康理念、提升综合能力。这说明体育课已经从单纯讲授技术训练阶段转变为培养学生独立学习能力、团队学习能力、综合能力提升的重要途径。项目式学习偏重在场境，以任务为驱动，设置指向目标，关注达成结果，这与体育教育的价值指向性与实践性很契合，将项目式学习融入高中体育课堂教学，能够拓宽教学广度与高度，提升学生核心素养能力，实现课程育人的深度转型。

1 项目学习与体育教学融合的理论支撑

项目学习以 John Dewey 提出的“做中学”思想和建构主义学习理论为根基，是指学生在真实情境中通过解决实际问题从而建构知识的学习方式，是一种重视学生主动性的沉浸式教学情境的协作式探索性学习方式，与体育教育强调的实践性、全程化以及技能习得、品质提升的能力要求相契合。鉴于体育课本身的环境性及实践性，将之与项目学习相结合，有利于打破传统“讲练割裂”的教学模式，促进知识、技能、体能全面提高，从而夯实培养学生独立研究能力和团队协作能力的理论基础。

2 高中体育课堂教学的现实问题分析

2.1 教学目标单一，缺乏素养导向

现阶段，高中体育教学目标依旧定位于“技能掌握”环节，

着力培养学生体育的基本技能，却忽视了健康意识、合作精神与综合素养的培养。一般情况下，教学目标主要定在一个运动项目上，如短跑速度训练、篮球传球技巧等，教学目标过于狭窄。无论是教师还是学生都认为体育课是用来“磨炼技巧”或者“强身健体”的地方，而非一个可以提高学生全面素养的发展性学习空间。目标定位过于简单，所以体育课堂很难培养学生持久锻炼的习惯，对学生因材施教的要求也不具备。

2.2 教学过程线性，缺乏任务驱动

很多高中体育教学流程多以“教师讲解演示—学生模仿操作—集体练习—评判打分”为导向，教学过程生硬、固定，在课堂学习中基本难以真正关注到学生课堂参与的积极性，课堂环境大多是简单的做任务，缺少实际情景或者具体的探究任务，只是被动地跟着教师规定的动作练习。这样的教学流程忽视了学习的生成性与互动性，缺乏自由思考的过程和合作创新的机会，导致学生内在的学习动机无法体现。

2.3 教学内容封闭，缺少真实情境

目前高中体育知识呈现内容相对单一的局面，集中在基本身体素质训练及常规球技技巧训练与考练项目上，对于日常生活中及社会客观情况的相关问题不够关注。学习空间相对集中于操场或体育中心之内，较少有机会进行跨科跨场的互动学习。所以，呈现出相对孤立的教学方式，对学生而言，无法在实际挑战中体验运动的关键作用，也会压缩体育课程的教育生活特征，因而学生在接收教导时，多半处于被动、缺乏感性

体验与自我探索的状态，课堂教学很难进行深入挖掘与培养学生核心素养的功能实现，总体教学成效不理想。

3 项目学习驱动高中体育课堂的创新策略

3.1 构建素养导向的项目目标体系

项目学习的关键在于目标的精准分解和素养导向的整体设计。体育课程目标不仅仅是身体发展水平和技能提升，还应当包含健康意识、团队合作精神、责任感意识和创造性表现。教师在项目化设计的起点，应当根据学情和项目主题设置总目标，并进行基本、拓展、综合三阶目标分解。其中基本目标是技能达标和身体锻炼，拓展目标注重协作意识与遵守规则，综合目标是自主计划、组织实施与创造表现的总和。

以“班级篮球嘉年华”为例，教师在第一节课明确活动时间线，将目标具体化，并将其分为若干个阶段。班级按照目标内容分为规则组、训练组、宣传组、策划组和后勤组。规则组负责竞赛流程与积分制度的制定，训练组安排体能与战术训练，宣传组制作海报与班级宣传，策划组统筹赛程与节奏，后勤组准备器材、场地和安全布置。各阶段有一个截止日期和具体的目标，在每一节课后均有 5 分钟各小队陈述时间，学生在活动中不断进行修改完善，推进具体目标的达成。此实践过程让学生的每一步都可以经历从目标确立，到方案的制订，到具体的实施，到目标的实现。育课堂的目标因而不再是简单地“掌握某项技能”，而是实现知识、能力与素养的全面生长。

3.2 重构“问题—任务—成果”的项目流程

项目学习的核心是以真实问题为驱动，通过任务分解实现成果呈现。体育课堂的教学流程不应停留在“讲解—练习—考核”的固定结构，而要转向“问题引领—任务推进—成果展示”的循环过程。教师要从学生生活中提取相关主题，引发学生的主动探究欲望，把大课题分解为若干细小的目标，明确小组中每个人要负责的内容、执行的方式以及呈现的方式，使整个项目流程周而复始、逻辑严密且受控。为了使流程运作顺利，必须做到项目步骤规划、细化，即准备一张时间节点和具体工作内容的工作表，每个部分落实到位。

表 1 项目学习体育课堂任务推进清单

阶段	主要任务	责任小组	预期成果	时间节点
项目启动	明确主题、分工协作、计划制定	策划组	项目计划表、任务分工表	第 1 周
中期推进	场地布置、规则设计、技能演练	场地组、规则组、训练组	场地布局图、规则手册、训练记录表	第 2~3 周

项目实施	活动执行、现场协调	全体学生	活动记录、照片、视频资料	第 4 周
项目总结	成果汇报、反思改进	展示组	汇报 PPT、小组与个人反思表	第 5 周

从表 1 可以看出，该设计将课堂活动划分为启动、中期、实施和总结四个阶段，每个阶段明确了各自的任务目标、角色、成果形式，这样有利于课堂活动高效运作具有一定的路径指南作用。这种表格式不仅方便教师完成进程管理，还可以帮助学生明晰自己的工作和项目阶段进程，利于形成团队协同的统一节奏。

例如，在“趣味运动会策划”项目中，教师将主题性任务情境问题化，让学生在解决情境问题时完成“如何举办一场人人都能参与的运动会”这一任务设计。之后将班级分为五支队伍，分别承担策划、场地规划、游戏规则制定、宣传推广和道具准备等工作。策划组设计运动会举办日期和操作流程；场地组对场地进行实地测量规划；规则组制定比赛规则、安全要求；宣传组设计宣传版面和动员班级同学；道具组落实所需物品。最后教师根据各部分时间线推进整个任务，最终形成从问题提出到成果展示的完整项目流程，促使学生在真实情境中完成计划、组织、实施与反思的全过程。

3.3 嵌入生活化与跨学科真实情境

项目学习能将体育课堂与日常生活更加紧密地结合起来，将教室从脱离生活的空间转变为学生学习健康知识、身体活动发生的空间。教师可以基于观察学生的真实生活开始流程，以“我的健康生活计划”为项目活动核心，以数据、计划、实施过程和呈现的结果为流程脉络，在这一环节，教师通过调查问卷或者线上表格收集学生周内身体锻炼情况、饮食方式、睡觉习惯等信息数据，形成初步数据分析报告。在项目设计上，由学生进行分组，确定各自的健康改善目标，形成改善身体健康的行动措施。

例如，计划组根据学生的身体素质等因素设定个人训练次数及主题，执行组每天监测记录，分析组收集如心率、行走、消耗能量等数据，展示组归纳结果并对课程报告进行准备。项目持续两至三周，每周有一个成果报告会，教师也会给出如何适度控制运动、饮食等方面的建议。学生可以用心率仪、计步器或手机软件收集数据，以此来掌握运动原理。等项目结束，各个小组会报告图表、线条及改善成效，并分享经验教训。这种生活化与真实情境的融合，让体育课堂从训练场走向生活场，使项目学习真正落地生根，激发学生持续的健康行动力。

4 项目学习驱动下的课堂评价体系构建

4.1 评价维度的拓展与重构

常规高中体育与健康课程评价只注重对技巧的掌握和身体素质的水平高低表现,评价相对单一,不能真实直观呈现学习的实际过程。而项目式学习下的课堂教学评价不再是单纯性的“作品检测”,而是将过程性评价、交往性和综合性提上议程,故而教师要将评价内容拓展为学习过程、合作能力、健康意识、创新能力等维度。

例如,在组织“班级篮球嘉年华”方案时,要对学生运球、投篮技术,对比赛规则的认知及比赛组织、团队合作等情况进行评价,可采用教师评价、同伴互评与学生自评相结合的方式,使学生在评价过程中进行自我反思,充分调动学生学习的积极性。多元化评价能够更加详细地反映学生的实际发展水平并促进学生的知识、情感、技能层面协同发展。

4.2 形成性与终结性评价的融合策略

项目学习强调过程驱动,因此形成性评价尤为重要。课堂评价应打破“一次性终结”模式,将形式评价融入项目的实施环节,并与终结性评价相结合,构建出“前中后”三段式结构。项目开启时,教师可以通过设计目标表格、任务清单的方法,关注学生的准备状态。实施阶段中,根据进度、团队状态、课堂状态等对中段的项目做出即兴回应,让学生及时调整策略。项目结束阶段则通过成果展示和技术评价完成项目的最终评价。

例如,在趣味体育活动中,教师在前期记录活动的具体分工安排以及实际执行情况,中期观察团队合作与进展,后期以学过的动作和活动成效,对整项活动做一个最终评价。这样的形成性评价保证了学习过程的有效性,终结性评价是学习结果的公平依据,两者融合更能真实地呈现出学生的综合能力。

4.3 项目学习成效的指标体系建议

项目学习强调学生的真实参与与多维发展,评价指标体系

需要同时关注技能、过程和素养。教师可将评价细分为以下四个领域:技能掌握、健康意识、合作表现和创新能力。每个领域又被细分为具体的项目,所以评级规则清晰易得分。这种划分不仅能保证评价的可信度,对学生也能够起到多方面鼓励效果。

表1 项目学习体育课堂评价指标体系建议

评价维度	具体指标	评价方式	权重比例
技能掌握	基本技术完成度、动作规范性	技能测试、教师评分	30%
健康意识	锻炼习惯养成、健康计划执行情况	日志记录、自我评估	20%
合作表现	团队分工、协作配合、沟通能力	小组互评、教师观察	25%
创新能力	活动策划、创意展示、问题解决问题的能力	成果展示、同伴反馈	25%

这种多维指标体系可以根据不同项目类型进行调整。评价不再是单向打分,而是引导学生反思和改进的过程,使评价真正成为学习的一部分。

5 结语

项目学习的开展为高中体育课带来了全新视角,通过将课程目标重新构建,教学过程重新调整,加入了真实的情境,并更加完善了评价方案,从只注重技术的学习变成了培养学生全面素质的教育场所。拓展的评价体系使学生的成长都得以真实记录,激励他们主动积极。更为重要的是,采用项目学习的教学模式,能够给学生建立健康思想、培养团队精神、发展创造思维所需的帮助。未来,高中体育教学应继续深化项目化探索,引领体育教育从“教技”走向“教能”,为学生发展提供坚实保障。

参考文献:

- [1] 田玲.因材施教,以生为本——谈生本教育理念下的高中体育项目教学[J].今天, 2023(5):0200-0201.
- [2] 娄明.目标驱动下契约式教学法在高中田径教学中的应用研究[J].田径, 2022(9):22-24.
- [3] 李程.浅谈高中体育田径教学中学生核心素养的培养[J].进展:科学视界, 2021(8):190-190.
- [4] 魏红波.项目化学习视域下的高中体育课堂教学新方案[J].当代体育, 2021(9):0036-0036.
- [5] 陈玉梅.项目式学习理念对高中体育教学改革促进作用研究[J].体育画报, 2021, 000(004):110.