

提升参与水平 培育核心素养

——参加《中国学校体育》“草根争鸣”总第100期话题研讨暨中小学体育教师网络教研活动有感

于素梅 (中国教育科学研究院, 100088)

学生体育学科核心素养问题已是广大学者和一线教师热议的话题,尤其是如何将核心素养的培育落细、落实,也引起了大家的高度关注。2017年6月15-16日,笔者有幸参与了在山东威海举办的《中国学校体育》“草根争鸣”总第100期话题研讨暨中小学体育教师网络教研活动,从该期新开辟的线下“看评课”教研方式,结合以“学生运动参与水平的提升策略”为题开展的线上研讨活动中感悟颇深,启发较大。如何通过提高体育课堂上学生的参与水平,更加有效地促进学生体育学科核心素养的培育呢?从以下3个方面展开论述。

一、明确运动参与水平诊断标志

本期“草根争鸣”研讨中设置有这样一个研讨话题:“体育教学中,判定学生运动参与水平是否提高应依据哪些具体评价标准?如何进行有效地评价?”针对这个话题,大家各抒己见,展开了激烈的讨论,笔者认为,学生的运动参与水平是否提高了,要想合理准确地进行评价与判断,可以从2个方面着手:看参与过程中学生发生的变化;看参与后的结果。教师们通过实施具体教学手段提升学生的运动参与水平,都很希望能够看到学生的运动参与度提高,从过去的被动参与甚至不参与到积极参与;从暂时地参与到持久地参与;从被动且痛苦性地参与到主动且快乐地参与。仔细反思会发现,发生这些实质性的变化具体表现在:表情上,流露出喜悦的心情,开心快乐地在参与运动。行动上,过去容易偷懒的行为减少了或者不出现了;过去组织练习时反应迟缓的行为变得迅速了;过去练习中东张西望的行为变得注意力集中了;过去提问环节从不回答问题变为积极主动地举手抢答问题了;从过去展示环节不愿展示变为主动自告奋

勇来为大家展示了等。这些都是课堂上教师通过认真观察所能把握学生对运动参与度高低的情况,也是教学过程中能看到的变化。总之,在教学过程中,教师可以通过问一问(即问答式)、看一看(即观察式)、比一比(即对比式)等判断学生运动参与水平是否得到了提高。

除此之外,就参与后的结果而言,教师可以通过测评学生的学习效果是否发生了变化或发生多大变化对运动参与提升水平进行有针对性的评价。如,通过测评学生对运动技能的掌握情况判断运动参与水平。参与水平的高低与运动技能掌握程度成正相关,在一定程度上,参与水平越高,运动技能掌握程度越高,反之亦然。因此,运动技能掌握程度可以作为一项重要的评价指标,但也不是唯一指标。另外,教师还可以看学生是否学懂了,由于参与度高的学生,学习时的注意力集中程度也相对较高,对学习内容的理解和把握程度也会较高。因此,那些听懂、看懂的学生,往往是运动参与水平相对较高的学生。所以,对学生运动参与结果的评价不容忽视,不能仅局限于学生运动参与过程中看到、听到的变化上,要从学生整个学习的角度判断其参与水平的高低。归纳起来,可以大致通过“问”“看”“比”“测”等方式评价学生运动参与水平的高低。既要注意学练过程中的具体表现,还要结合参与结束后的实际效果,综合评判在教师的努力下,学生运动参与水平是否得到了一定程度的提升以及具体是多大程度的提升。

二、了解学生核心素养学科化体现

自《中国学生发展核心素养》总体框架体系公布以后,各个学科也都在围绕自身学科特点构建本学科的核心素养体系。体育,作为学校教育中的一个重要学科课程,

对学生体育学科核心素养框架体系的建构至关重要,目前,笔者初步提出了包含3个维度6个要素的框架结构体系(见表1)。下面着重对3个维度6个要素进行解析。

表1 核心素养学科框架结构体系

维度	要素
体育精神	体育情感、体育品格
运动实践	运动能力、运动习惯
健康促进	健康知识、健康行为

1. 学生核心素养学科化重视素养的关键要素

素养是什么?能够解释得更清楚的莫过于经济合作与发展组织(OECD)的素养等式,该组织经过了长达9年的研究后提出:素养=(知识+能力)^{态度},也就是说,素养的含义之中其实包含了3个关键要素,即知识、能力和态度。三者缺一不可。因此,无论核心素养学科化与否,凡是提及到核心素养、体育学科核心素养都应包含素养的3个关键要素在其中。在上述体育学科核心素养框架体系中,不仅包含有健康知识等知识层面的要素,还包含运动能力,或者向上追溯到维度层面的运动实践能力和健康促进能力。至于态度方面,体育精神中的体育情感和体育品格都与态度息息相关,健康行为和运动习惯都是对体育与健康持有什么态度的具体行为表现。为此,3个维度6个要素体育学科核心素养框架体系涵盖素养的3个关键要素。

2. 体育学科的特性决定着3个维度存在的必然性

学生体育学科核心素养的3个维度中体育精神、运动实践和健康促进无一不是体育学科所能赋予的,而且,体育精神是体育运动所追求的最本源的价值,参与体育运动,无论是高端的运动项目,还是普通百姓用于终身锻炼的运动技能,都能在锻炼中磨练意志,促使人格更加健全,这也是其他学科难以做到的。而

且,顾拜旦复兴奥林匹克运动的出发点也是教育,他力图通过奥林匹克运动倡导个体身心和谐的发展,倡导积极、乐观、进取的精神,倡导“真、善、美”的教育。就运动实践而言,运动实践能力有与无大小,不仅体现在是否掌握了终身参与体育锻炼的运动技能,而且还体现在所掌握的运动技能是否真正能为终身体育锻炼有效服务。所以,运动实践这一维度的存在就显得十分重要。健康促进,可以说体育的最本质特性就是能够通过科学的运动增强体质、增进健康。所以,是否具有一定的健康促进能力是衡量对体质和健康增强与增进程度的关键。为此,体育精神、运动实践、健康促进3个维度缺一不可。

3.6个要素的统一体现着学科核心素养的完整性

学生体育学科核心素养相互关联又协调统一的6个要素,各自从不同的角度反映出体育这一重要而又特殊的学科在促进人的全面发展和健全人格形成方面的突出价值和关键作用。从学科名称来解读,学生体育学科核心素养在一定程度上也可以理解为体育与健康素养,体育的素养可以由体育精神和运动实践2个维度下的4个要素,即体育情感、体育品格、运动能力和运动习惯共同构成,在这4个要素中,体育情感表达出的是一种对体育的热爱。因此,通过体育运动激发学生产生运动兴趣,进而深深地爱上体育,并将体育作为一种生活乐趣和方式之一,这种对体育的情感以及因体育而享受到乐趣,是其他学科无法比拟的。体育品格是体育品德与个性特征的高度统一,因体育而变得更有规则意识,更有吃苦耐劳的精神,更加团结协助和与人为善,更加顽强拼搏与坚持不懈,这些不正是学生终身发展所需的良好品格吗?当然,这也是唯有体育所能赋予的。运动能力对终身体育运动而言是必备且关键的,是否掌握和具备了运动能力,决定着终身体育锻炼的质量和作用发挥的程度。当然,并非掌握了一定的运动技能与具备了运动的能力就能终身受益,还有一个至关重要的要素

更不容忽视——运动习惯。运动习惯养成具有承上又启下的作用,承上反映了运动能力的具体落实,启下是长期坚持才能有效促进健康,进而使掌握的运动能力有了意义。健康素养中的2个关键要素,即,健康知识和健康行为是一对独立又相互影响的要素,二者缺一不可,掌握了健康的知识方能表现出健康的行为,缺乏健康知识,健康行为就无从谈起。通过以上的分析发现,6个要素统一在一起才共同构成了学生体育学科核心素养的完整体系。

三、提升参与水平培育素养之关键

提升学生在学习中的运动参与水平,学生体育学科核心素养的培育方能落到实处。但要把握几个关键点:观察诊断学生参与情况、了解核心素养缺口、激发引导学生运动参与兴趣等。

1.观察诊断学生运动参与情况,了解核心素养缺口

课堂观察至关重要,不仅能够及时了解学生是否在教师的指导下认真学习,而且还能对学生学习参与的真实情况了如指掌,借此充分了解学生的体育学科核心素养缺口。就运动参与而言,参与度不高与诸多因素有关,或许是对体育或某项运动不感兴趣而致,反映出了体育学科核心素养中的体育情感要素培育不到位;或许是学生在耐久跑练习中表现出的参与度不高,如,爱偷懒、少跑半圈或速度过于缓慢,除了说明学生的耐力素质不足之外,还很有可能是由于缺乏吃苦耐劳的精神,或许是顽强拼搏的意志品质薄弱所致,这反映出了体育品格这一要素的培育有所缺失。

而恰恰相反,有时教师会在课堂上观察到有些学生的参与度较高,除了有可能是这些学生对体育有着浓厚的兴趣之外,还有可能是他们已经掌握了一定的运动技能,并反映出了较高的运动能力,此时参与度高与运动能力水平成正相关。一个不具有基本运动能力或专项运动技能的学生,又如何能够积极参与难度更大更具有挑战性的运动呢?另外,

课堂上一些学生的表现中,或许会存在像篮球传接球技术动作中的接球手指直冲前方的错误动作,这与缺乏手指挫伤预防知识有着必然的联系。为此,笔者可以进一步归纳,运动参与情况能够集中反映出学生体育学科核心素养的缺失情况,为在教学中实施有针对性的改进策略提供重要依据。

本次活动现场展示的几节课中,多数反映出学生对各项练习有较高的参与度,不仅与执教教师做了充分的准备工作、认真且把控好了课堂有关,而且或许是参与展示课的学生已经具备了一定的兴趣或运动实践能力等因素所致。

2.激发引导学生运动参与兴趣,提供素养培育保障

常言说,兴趣是最好的教师。学生的运动兴趣和运动参与度息息相关,核心素养的培育离开学生积极主动地参与,无论体育学科核心素养哪个要素的培育都难以落细、落实。在本次活动的几节研讨课上,有的执教教师采用新颖的教学手段吸引学生的参与,有的执教教师是自己积极主动地参与练习之中,及时消除学生偷懒不练的现象。学生对体育的兴趣,只有积极参与到各项练习之中,才能不断体验运动带给他们的快乐,兴趣的激发和保持才得以实现。而学生的体育学科核心素养的培育,既离不开兴趣,更离不开参与,也就是说,学生运动参与的兴趣被激发或提高了,核心素养的培育才有保障。但是,在激发引导学生参与兴趣时,切记找准兴趣点,既要准确把握教材内容本身或各运动项目本身的兴趣点,不失时机地对学生进行引导,还应能够充分考虑学生的身心发展特点、自身兴趣倾向,以及运动与素质基础,没有放之四海而皆能激发学生兴趣的方法。在寻找学生的兴趣点时,应把握好学情、校情,在吃透教材的前提下,适度做好学生运动参与兴趣的激发引导工作。

3.指导提升学生运动参与质量、强化素养培育实效

学生运动参与水平实际上反映出的是参与质量的高低,同时,学生在体育学习

主持团队：威海市体育教育名家工作室

主持人：吕兵文

成员：吕晓峰 俞文东 姜建明 刘新军 于文明 刘艳妮

特邀嘉宾：中国教育科学研究院研究员于素梅博士

研讨话题：学生运动参与水平的提升策略

研讨网址：<http://bbs.jsports.cn/forum.php?mod=viewthread&tid=1469&extra=page%3D1>



活用教学方法 提升学生参与度

——以水平二（四年级）《快速跑》教学展示课为例

一、运用动作对比

在快速跑教学中，为提高学生的奔跑速度，强调步频是重点。如果单纯地教学，小学生的心智发展难以理解步频和速度的关系；身体感知的发育不够成熟，不利于体会步频的变化对速度的影响。体育教师可运用高抬腿跑与摆臂进行对比，让学生进行体验：快摆臂慢抬腿——慢摆臂快抬腿——协调配合抬腿摆臂。标准的高抬腿需要上下肢协调配合，改变二者频率后，不协调的动作会让学生“丑态百出”“笑料百出”，在欢笑中，学生会忘却疲惫，积极投入到体验练习中。间插正确动作的练习，学生会立即体验到摆臂的频率，可以影响到步频，从而会更加关注摆臂动作，达到对动作认知和体能提升的效果。

在技能学习中往往会频发错误动作，这些错误动作多是学生对动作理解不透彻或者身体不协调所致。在教学过程中，搜集这样的素材，让学生进行体验，学生在欢乐中不厌其烦地参与尝试，既能提高运动参与度，也能改正错误动作。

时假如能够表现出较高质量的运动参与，核心素养的培育实效性也会随之增强。而参与质量除了更多地体现在兴趣被激发后的表现之外，学生掌握有相应学习方法前提下的参与，更能反映出参与的质量。如，体育教师在讲解示范的过程中，学生相应的学习活动是听讲和观察，会不会聆听和观察尽管都表现出了对学习的参与，但掌握听讲和观察方法的学生参与质量更高。因为，正确地听和看的方法，在看、听环节结束后的练习中的表现就更为明显，即

二、利用知识传授

在快速跑教学中，常用分组的方法进行教学，但每组练习的间隙较长，在返回时，由于学生感到疲劳，会导致学生不能积极参与练习，使得教学组织散漫、参与度较低、学习效果不佳。针对以上问题，可要求学生返回时慢跑体验“三步一呼、三步一吸”，该设计能够加深学生对有氧运动呼吸节奏的认知和把握。同时，通过该体验，适时地向学生讲解“深层呼吸和浅层呼吸”对体能消耗的区别，让学生通过呼吸调整练习状态，快速恢复体力，进而能更好地参与到之后的练习中。

三、巧用学科整合

素质“课课练”采用的是静力练习，要求学生直体俯撑（见图1），将身体比作时钟的指针，情境创设是“回顾我们美好的一天”。“同学们，8点啦，第1节是什么课？”（学生挪动脚步，调整至8点钟的时针方向），学生答：“语文。”教师：“请大家背诵《静夜思》。”第2节是数学课，学生挪动脚步至9点钟的时针方向，以此

练习的实效性更强。如，学生学习并掌握篮球的传接球技术时，参与质量高意味着不仅会认真听教师的讲解，更会在教师示范时用正确的观察方法看清教师示范动作的全过程和重点要关注的环节，练习中成功率才会更高，运动技能和相关知识的掌握效果会更加凸显。总之，核心素养的培育与学生的运动参与质量关系密切，教师不失时机地指导和提升学生的运动参与质量，在一定程度上就能进一步强化核心素养的培育效果。

类推。转动到数学课时，要求学生背乘法口诀；转动到英语课时，要求学生唱字母歌……学生在背诗、背乘法口诀等时，需保持俯撑动作。



图1

本课中，回顾不同课程时，教师提出完成不同的任务，控制学生的练习时间。学生在不同任务的驱控下，分散了静力练习带来的疲劳。同时，练习的趣味性提高了学生的参与热情，提升了体能锻炼的效果。

[本文系国家社科基金（教育学）重点项目（ALA150010）“聚焦深化教育领域综合改革中的青少年体育问题及对策研究”子课题阶段性研究成果]

——姜建明（山东省威海市文登区教育教学研究中心，264400）；徐晓东（山东省威海市文登区葛家小学，264400）整理

四、结束语

运动参与水平高低决定着核心素养培育效果，通过明确运动参与水平诊断标准与方法，并做出准确判断，方能在提升运动参与水平上更为精准地提供促进策略。

而学生体育学科核心素养的培育首先要解决的问题就是提高学生的运动参与水平，强化观察、激发与指导环节，无疑会在完善学生体育学科核心素养培育中发挥关键性作用。