

◀ 专题研究

## 从一体化课程建设谈体育素养的培育

于素梅

(中国教育科学研究院 北京 100088)

**摘要:** 基于一体化体育课程建设研究体育素养的培育,具有重要的理论意义和实践价值。体育素养是体育学科育人目标的体现,注重情品双育,体现能习相随,做到知行合一。一体化体育课程是体育学科的期待,它不仅强调纵向衔接、横向一致,还要求内在统一和形式联合,更重要的是一体化体育课程建设瞄准更好地服务于学生发展需求,更好地发挥学科育人功能,更好地培养学生的体育素养。

**关键词:** 体育课程; 体育素养; 一体化; 课程建设

**中图分类号:** G807.01    **文献标志码:** A    **文章编号:** 1004-0560(2019)03-0008-04

### Cultivation of Sports Literacy from the Construction of Integrated Curriculum

YU Sumei

(National Institute of Educational Sciences, Beijing 100088, China)

**Abstract:** Based on the construction of integrated physical education curriculum, the research on the cultivation of sports literacy has important theoretical significance and practical value. Sports literacy is the embodiment of the goal of physical education focusing on emotional and moral education reflecting the ability to follow each other and achieving the unity of knowledge and practice. The integrated physical education curriculum is the expectation of physical education discipline. It not only emphasizes vertical cohesion and horizontal coherence, but also requires internal unity and formal unity. More importantly, the construction of integrated physical education curriculum aims to better serve students' development needs, better play the function of discipline education and better cultivate students' sports literacy.

**Key words:** physical education curriculum; sports literacy; integration; curriculum construction

体育是教育的重要组成部分,通过体育能够更好地育人,尤其是构建大中小(幼)相互衔接的一体化体育课程,能够更好地发挥体育的育人价值。而体育育人归根结底是培养具有一定体育素养的人,因此,一体化课程建设与体育素养培育息息相关。但什么是体育素养?包含哪些内容?建构一体化课程究竟对体育素养的培育将会有哪些促进作用?关于体育素养的研究,多数都涉及体育学科核心素养概念的界定与要素分类,如《普通高中体育与健康课程标准》(2017年版)中提出“体育与健康学科核心素养是学科育人价值的集中体现,是通过体育与健康学科学习而逐步形成的关键能力、必备品格与价值观念。体育与健康学科核心素养包括运动能力、健康行为和体育品德。”<sup>[1]</sup>姜勇等提出,体育与健康学科核心素养体系包含三维度九要素的框架:人与工具(体育理论知识、运动技能、体育创新);人与自己(健康体能、心理健康、体育意识);人与社会(社

会适应、迁移能力、体育道德)<sup>[2]</sup>。笔者也曾提出三维度六要素体育学科核心素养“学生体育学科核心素养,是学生通过体育学科的学习和课内外的有效衔接性练习,逐步掌握并形成的有利于学生终身健康发展所需和必备的体育情感与品格、运动能力与习惯、健康知识 with 行为。”<sup>[3]</sup>本研究沿用笔者先前提出的上述概念与三维度六要素划分方式,探讨一体化课程建设背景下的体育素养培育这个核心问题。

#### 1 体育素养是体育学科育人目标的体现

体育素养与体育学科核心素养关系密切,从某种程度上讲,几乎可以画上等号,是体育学科育人目标的集中价值体现。由于体育学科核心素养包含体育精神(体育情感与体育品格)、运动实践(运动能力与运动习惯)和健康促进(健康知识与健康行为)<sup>[3-4]</sup>,所以,体育素养也等同于包含这些维度和要素。体育素养可以通过接受体育学科教育和自主参加体育锻炼过程中逐渐形成,且体育学科育人在

收稿日期:2019-02-16;修回日期:2019-03-10

基金项目:中国教育科学研究院2016年度基金科研业务费专项资金项目(课题编号:GYH2016013)。

作者简介:于素梅(1969—),女,研究员,博士,博士研究生导师,主要研究方向为学校体育、体育教学、体育课程。

体育素养培育方面有着明确的指向性。

### 1.1 体育学科育人注重情品双育:体育情感与体育品格不可或缺

在大教育体系中,体育这一特殊的学科究竟能够发挥哪些作用?围绕体育素养的培育,体育学科育人首先注重的是“情品双育”。所谓情,是指情感,这里特指体育情感;所谓品,是指品格,这里特指体育品格。为什么要注重“情品双育”?体育情感与体育品格缺一不可,任何接受体育教育或从事体育活动者,都需要热爱体育,对体育产生兴趣,否则就很难真正地拥有体育。通过体育锻炼能够锤炼意志,健全人格。越是对体育具有浓厚兴趣,参加体育锻炼的热情越高,良好体育品格的形成也会随之加速。相反,已经形成了良好体育品格的人,这种品格会影响到日常工作与生活,人格就会变得逐步完善。体育学科育人首先注重“情品双育”,既是体育育人的开始,也贯穿着育人的全过程。达到“情品双育”是最重要的育人,但也是最有难度的育人。

### 1.2 体育学科育人体现能习相随:运动能力与运动习惯互为促进

体育学科在发挥育人作用方面,除了情与品,还要体现在能与习上,即达到“能习相随”。所谓能,即能力,这里特指运动能力;所谓习,即习惯,这里特指运动习惯。接受体育教育要能够掌握一定的运动能力,既包含基本运动能力,如走、跑、跳、投、钻、翻、爬等;还有专项运动能力,如游泳、篮球、足球等。基本运动能力有利于维持基本生活所需,专项运动能力有助于终身体育锻炼或参与自己喜爱的运动竞赛。所以,运动能力的掌握是体育学科育人的目标要求,也应该是必然结果。接受体育教育并非都能自然养成运动习惯,运动习惯养成是需要教师引导和学生自觉锻炼意识和行为的。同时,运动能力与运动习惯既相互影响,又不可分割。只有运动能力而未养成运动习惯,这种能力无法很好地为人的健康促进服务;相反,具有运动习惯,但缺乏运动能力,这种运动习惯也会渐行渐远,甚至消失。因此,培养运动能力并非唯一目的,做到“能习相随”方能体现出理想的体育学科教育。

### 1.3 体育学科育人做到知行合一:健康知识与健康行为相得益彰

体育学科育人还指向对健康的促进程度,通过体育促进健康就是要能够做到“知行并举”。所谓知,即知识,这里特指健康知识;所谓行,即行为,这里特指健康行为。“知行并举”本身意味着健康知

识与健康行为不可分割,共同发挥作用。只有健康知识没有健康行为,再多的健康知识也仅仅是有用但并不能发挥作用的理论知识。只有健康行为而缺乏健康知识指导,也仅仅是有限的健康行为,并不能长期发挥对健康的促进作用。因此,健康知识和健康行为是相得益彰的,体育学科育人强调“知行并举”,既注重健康知识的传授,又强化健康行为的引导,只有知与行形成合力方能真正发挥健康知识的作用,体现健康行为的价值。因此,体育学科课程不可忽视健康教育,之所以将体育课程名称更名为体育与健康,一定意义上也表明了健康教育的重要性。

### 2 一体化课程是体育学科期待的课程

长期以来,体育学科在育人作用发挥方面不容乐观,各学段尽管都开设体育课程,学生接受了各个学段的体育教育,但多数学生并未对体育产生浓厚的兴趣,用于终身参与体育锻炼的一两项运动技能尚未形成,体育锻炼的习惯更是缺乏。一体化体育课程能够更好地发挥体育学科的育人价值,并集中指向体育素养的培育,建构一体化体育课程自然成为体育学科的期待。

#### 2.1 一体化课程强调纵向衔接:注重系统性

体育学科的核心是课程,课程又分布在各个学段之中,但多年来一直存在着的最突出问题是各学段课程缺乏衔接性,哪个学段学什么有要求,但各自为战,结果出现内容的低级重复,如前滚翻小学、初级中学,有些高中、大学也在学。尽管有各学段都学前滚翻的现象,但学生们依然没有真正掌握前滚翻,遇到跌倒时依然不会用滚翻动作自我保护。上下学段不衔接,学生就得不到系统的体育学习,所以,很难熟练掌握所学过的运动技能,甚至1~2项运动技能也难以掌握,自然也就无法服务于终身体育锻炼,体育促进健康的作用也难以发挥。运动技能的掌握与运用是运动能力的体现,也是体育素养的关键要素。一体化课程建设强调各学段乃至各年级之间体育学习内容等的衔接,注重系统性的学习,上下学段和年级之间所学内容可以呈现螺旋式进阶,由易到难的学习,由少到多的积累,体育学习的效果就会更加明显,体育素养尤其是运动能力就会日渐提高。

#### 2.2 一体化课程提倡横向一致:把握规律性

体育课程的实施不分地域,也就是说,无论分布在哪里,东部、中部或西部,城市或农村等,各个学段都开设体育课程。目前各区域相同学段体育教学的内容多为因地制宜灵活确定,缺乏相对的一致性。但相同学段学生具有相对一致的发展规律,无论是

动作发展规律、认知发展规律,还是身体发育规律都具有明显的相似性特征。例如,小学阶段的学生,基本动作技能处于初级并逐步向中级发展阶段。认知发展方面,控制注意能力增强,语言交流能力提高,在思维方面能够恰当地运用逻辑等。身体发育方面,小学生骨逐渐骨化,肌肉力量尚弱,心肺功能逐渐增强。身体素质的发展,小学低年级阶段柔韧素质发展处于敏感期,小学高年级灵敏和反应速度处于敏感发展阶段。这些发展规律明确显示出相同学段无论分布在什么区域,都要遵循这些规律,安排相对一致的符合学生发展特点并有利于学生发展的内容。一体化体育课程建设是在充分把握这些规律等的基础上,注重不同区域同一学段之间的横向相对的一致性。学生的体育学习在不同阶段既有利于打好基本运动能力基础,又便于进一步提高综合能力,体育素养的形成也有助于发挥推动作用。

### 2.3 一体化课程要求内在统一:趋于稳定性

多年来,学生的体育学习存在蜻蜓点水现象,学生有时学了甚至是能够作为终身体育的某项运动,对其也仅仅是略知一二,缺乏全面而系统的把握。例如,多数学生学了篮球,仅仅知道并体验过什么是运球、传接球、投篮等个别基本技术,部分学生掌握了这些基本技术,但更多的学生都缺乏对篮球运动的全面把握。有些是学会了某项运动如会游泳,但缺乏相关的游泳安全知识,也未能养成经常通过游泳健身的习惯等。综合分析发现,运动项目的学习缺乏内在统一性要求,未建立稳定的目标体系,不利于学生更有效地学习。一体化体育课程建设提出,无论学习哪项运动,都要集中把握知、能、行、健4个核心要素,即知识、能力、行为和健康促进<sup>[5]</sup>。这是一个趋于稳定的目标要求,也是体育素养的具体化。有了这样的目标指向,学生在体育学习的时候都会围绕这4个方面掌握体育相关知识,提高运动能力,建立健康行为与良好品行,并最终促进身心健康。

### 2.4 一体化课程重视形式联合:体现多样性

体育课程的主阵地是课堂,但绝非只有课堂。课内外、校内外有机联合的体育才是大课程视野下的体育,也是我们建构一体化体育课程所倡导的大课程观。但以往体育课程的实施课内外有所脱节,尤其是在“学”“练”“赛”多种形式的联合方面,“学”与“练”在课堂上常被重视,但课外与校外的“练”与“赛”存在一定程度的缺失。多数学生未养成锻炼习惯,课堂以外的体育锻炼不系统、不规律、不经常。大部分家长也缺乏对学生正确的体育锻炼

引导,有些只是到了初中为了中考体育拿高分,才参与带有一定功利性的被动锻炼。初中体育课堂尤其是到了初三,更是考什么、学什么、练什么。这种现象不是体育学科育人希望看到的,体育课程的实施希望学生能够通过系统的内容、多样化的形式的学习不断形成体育素养。一体化体育课程建设重视多种形式的联合,瞄准体育素养的培育,在完善体育课程理论的基础上,促进学生的全面发展。

### 3 一体化课程建设注重体育素养培育

#### 3.1 一体化课程建设瞄准更好地服务于学生发展需求

教育要培养全面发展的人。学生发展有着多样化的需求,德智体美劳五育在服务学生全面发展方面各自都发挥着重要作用。体育如何更好地发挥作用?一体化体育课程建设瞄准的就是更好地服务于学生发展需求,总体上来讲,是服务于学生对体育素养形成的需要。具体来看,一方面体现在对终身体育运动技能掌握的需求,另一方面是直接指向身心健康的需求。实际上,一体化体育课程建设的逻辑主线也正定位在了学生的终身体育与身心健康发展需求上。那么,如何才能满足这样的需求呢?终身体育运动技能的掌握是要经过系统而连贯的学习,一体化课程从幼儿到大学都为体育学习做了较为准确的定位:幼儿启蒙期、小学基础期、初中发展期、高中提高期、大学应用期。从这5个阶段的体育学习定位来看,学生在各阶段有着相对稳定的特征,这样的一体化定位等于初步规定了不同学段的体育学习所处的递进性阶段,各学段采用与其对应的方式方法学习才有利于运动技能的掌握。身心健康的促进既是体育课程的目标指向,也是贯穿体育学习全过程的事情,要求每一学段的体育课程实施都要将其贯穿始终。就身体健康而言,从健康知识的传递,到运动中预防伤害事故,再到引导健康行为与养成良好的锻炼习惯,无一不渗透着身体健康。关于心理健康促进,更是体育学科特有的价值体现,无论是拼搏意识、奋斗精神,还是规则意识、团队精神,或是胜不骄、败不馁的从容,既是学生发展所需,也是一体化体育课程建设重点考虑要达成的目标之一。

#### 3.2 一体化课程建设聚焦更好地发挥学科育人功能

发挥好体育的育人功能,一直是体育领域专家、学者们共同思考并想极力回答的问题。每个学科都在边教书边育人,但体育学科的育人方式和效果与其他学科截然不同。体育属于操作性知识,它的育

人渗透在体育活动之中;体育是把双刃剑,正负影响作用的把握要恰到好处;体育是件坚持的事儿,半途而废难奏效;体育应是大学科,排挤忽视难达标。因此,体育学科要真正发挥好育人功效并非易事。因为育人包含的内容之广泛、影响之深远、意义之重大,过去的非一体化的课程未能充分发挥好育人作用可以想象。体育育人是个全面而系统的工程,是个复杂而艰难的历程。谈育人方法容易,做育人工作难,但不讲究方法的育人工作更难达到应有的效果。一体化体育课程建设在如何更好地发挥体育学科育人功效方面做了充分的思考和相对系统的规划。首先,依据学生发展规律做更加科学的育人。一体化课程体系建立,哪个学段学什么、先学什么、后学什么,对于科学育人至关重要。其次,做好学段衔接把握更加系统的育人。育人是讲究系统化的,育人也是长期一贯坚持实现的,一体化评价体系的建立能够及时了解和系统把握育人进程。第三,实现课内外、校内外学、练、赛一体化达到更加全面的育人,体育育人并非局限于课堂,也不仅限于校园,应是一个全方位、多区域形成合力的全面育人,一体化所倡导的形式联合有利于达到全面育人效果。

### 3.3 一体化课程建设注重更好地培育学生体育素养

体育素养培育是体育教育工作者一贯坚持的并面向全体学生的教育重任。国务院办公厅《关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》(国办发[2016]27号)中明确提出“面向全体学生,广泛开展普及性体育活动,有序开展课余训练和运动竞赛,积极培养体育后备人才,大力营造校园体育文化,全面提高学生体育素养。”<sup>[6]</sup>但无论是谁培养、培养谁,都需要完善、系统又科学的体育课程体系。因为,首先,体育素养的培育不是一个学段或某几个学段所能实现的,而是贯穿体育学习的全过程,甚至更长时间。系统的一体化课程建设更有利于促进体育素养的培育。其次,体育素养的培育不是某一方面或某几个方面的事情,涉及体育情感与品格的塑造、运动能力与习惯的培养、健康知识和行为的引导等,完善的一体化课程建设在全方位培育体育素养方面将能发挥重要作用。第三,体育素养的培育不是仅限于体育课堂或学校体育工作的开展,而是学校、家庭、社会相互联合协同发力的结果。国务院办公厅转发教育部等部门《关于进一步加强学校体育工作若干意见》的通知中提出“确保学生体育课程和课余活动时间,切实提高学校体育质量,完善

学校、家庭与社会密切结合的学校体育网络。”<sup>[7]</sup>一体化体育课程建设强调课内外、校内外的联合能够更有利于促进体育素养的培育。然而,如何能够使一体化体育课程真正地发挥促进体育素养培育的作用?具体可以从以下几个方面做起:一是合理分布不同学段体育素养培育内容和进度。学生体育素养的形成如同接力棒一样,是各学段相继叠加培育的结果。各学段应该有其侧重点,下一学段所要完成的培育内容和达到的程度,是在前一学段培育基础上的补充完善。二是严格按照一体化体育课程内容分学段逐步实施。一体化课程内容的顶层设计充分考虑到哪个学段学什么,先学什么、后学什么等都会有科学论证,所以,只有按照规定的内容学习,方能掌握相应的体育与健康知识、运动技能等。三是重点把握体育情感与品格的塑造方式和效果。在体育素养诸要素中,最难培育的无外乎是情感与品格。体育情感的建立、良好体育品格的塑造比掌握运动技能更有难度,因此,有效培育方式的选择至关重要。而且通过一些方式的培育是否达到了应有的效果,仍然需要做出准确判断,便于进一步优化培育方式。

### 4 结束语

学生接受体育教育的效果可以用体育素养培育情况来衡量,一体化体育课程建设既是学科的期待,也助推体育素养的培育。一体化体育课程从理论建设到具体实施,如何更好地培育体育素养贯穿于一体化课程理论与实践之中,全面发挥作用培育体育素养尽管有一定难度,但也要知难而进,因为体育素养培育的效果反映着体育教育的结果,更关系到学生全面而健康的发展水平。

### 参考文献:

- [1] 中华人民共和国教育部. 普通高中体育与健康课程标准(2017年版)[M]. 北京:人民教育出版社,2018.
- [2] 姜勇,王梓桥. 对体育与健康学科核心素养内涵特征与构成的研究[J]. 中国学校体育,2016(10):39-43.
- [3] 于素梅. 中国学生体育学科核心素养框架体系建构[J]. 体育学刊,2017(4):5-9.
- [4] 于素梅. 学生体育学科核心素养及其培育[J]. 中国学校体育,2016(7):29-33.
- [5] 于素梅. 论一体化课程建设对学校体育发展的促进[J]. 体育学刊,2019(1):9-12.
- [6] 国务院办公厅《关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》(国办发[2016]27号)[EB/OL]. (2016-05-06)[2018-06-10]. [http://www.gov.cn/zhengce/content/2016-05/06/content\\_5070778.htm](http://www.gov.cn/zhengce/content/2016-05/06/content_5070778.htm).
- [7] 国务院办公厅转发教育部等部门《关于进一步加强学校体育工作若干意见》的通知[EB/OL]. (2012-10-29)[2018-12-28]. [http://www.gov.cn/jzwgk/2012-10/29/content\\_2252887.htm](http://www.gov.cn/jzwgk/2012-10/29/content_2252887.htm).

责任编辑:刘红霞