

# Research on the Teaching Strategy of Junior Middle School Physical Education Unit Based on the Subject Core Accomplishment

Xiaofeng Zhang

Baoji Shilipu Middle School, Baoji, Shaanxi, 721300, China

## Abstract

Physical education is the basic course of junior high school. Through physical education teaching, we teach students' physical education knowledge and skills, and cultivate students' excellent sports quality, healthy psychology and tough character. Based on the core quality of the junior high school physical education unit teaching scientifically determines the unit objectives, carefully organizes the teaching content, plans and designates the learning path to implement the cultivation of students' core literacy of physical education. The large unit teaching of physical education effectively solves the problems of repetition, coherence and extension of traditional physical education classroom, promotes the deep learning of physical education and shapes the student standard. In this study, the teaching connotation and core essence of the physical education unit were defined, and then the teaching path and strategy of the junior middle school physical education unit based on the core accomplishment of the subject were explored.

## Keywords

subject literacy; junior high school physical education; large unit teaching strategy

# 基于学科核心素养的初中体育大单元教学策略研究

张小凤

宝鸡市十里铺中学, 中国·陕西 宝鸡 721300

## 摘要

体育是初中阶段的基础课程, 通过体育教学传授学生体育知识和技能, 培育学生优秀体育品质、健康心理和坚韧品格。基于学科核心素养的初中体育大单元教学科学确定单元目标, 精心组织教学内容, 规划设计学习路径落实学生体育学科核心素养培育。体育大单元教学有效解决了传统体育课堂教学内容重复、连贯性和延展性不足的问题, 促进体育深度学习, 塑造学生本位。本次研究中首先就体育大单元教学内涵与核心要义进行界定, 就基于学科核心素养的初中体育大单元教学路径和策略进行探究。

## 关键词

学科素养; 初中体育; 大单元教学策略

## 1 引言

大单元教学是新时期教学改革的重要课题, 体育大单元教学以核心素养为核心, 以发展学生学科素养和增进学生身心健康为目的<sup>[1]</sup>。当前初中体育教学存在着以考试项目为重点, 忽视学生兴趣, 教学内容组织缺乏顶层设计的问题, 导致学生体育兴趣培育、身体素质发展等无法实现进阶性提升。体育大单元教学整合教学内容, 坚持立德树人、以育人理念, 打破传统教学内容, 转变传统教学方式, 转变传统教学观念, 促进学生体育学习从浅层学习转入深度学习。

## 2 体育大单元教学的内涵与核心要义

### 2.1 大单元教学

大单元教学打破传统单个知识点的壁垒, 以大主题或大任务为中心, 对学习内容进行分析、整合、重组和开发, 形成具有明确的主题、目标、任务、情境、活动、评价等要素的一个结构化的、系统性的课程资源的统筹规划和设计。相较于传统的知识点教学, 大单元教学更多的是强调知识块和知识链的教学。

### 2.2 学科核心素养导向下的体育大单元教学的核心要义

体育学科核心素养导向下的体育大单元教学具备以下几个核心要义: 一是培育完整的人, 体育不仅锻造体力, 更锻造脑力。通过体育大单元教学提升学生的体能, 提升学生

【作者简介】张小凤(1980-), 女, 中国陕西宝鸡人, 本科, 一级教师, 从事体育教育教学研究。

的身体素质,培养学生顽强拼搏精神。二是坚持学习者中心,以学生为中心,尊重学生兴趣爱好和发展特点,因材施教,实现学生学有所获,学有所成。三是内容统筹兼顾,系统化、结构化,教师尊重学生发展特点,在此基础上根据教材逻辑、内容结构和运动技能形成规律等科学编排学习内容。四是注重学生体育情感培养,基于学科核心素养的初中体育大单元教学要培养学生对运动的喜爱,激发学生的运动兴趣。

### 3 基于学科核心素养的初中体育大单元实施路径

#### 3.1 运用逆向思维,确定单元学习目标

综合新课标、体育中考和学科核心素养要求进行单元设计,确定单元目标。教师需全面掌握体育学科核心素养内涵进行单元学习目标设计<sup>[2]</sup>。明确单元学习效果“做什么”“知道什么”“学会什么”,逆向倒推科学确定单元学习目标。立足学科核心素养的教学目标设计,要包括技能目标、情感目标等多维度目标,在确定单元学习目标后,老师还应该制定具体、清晰、可观察、可测量的目标测量措施。

#### 3.2 注重核心素养,科学组织教学内容

大单元重点打破传统教学中体育教学内容的壁垒,科学组织教学内容。内容应该具有连续性和连贯性,能够将体育知识、体育技能、体育精神和活动进行整合,从而促进学生运动能力、健康行为与体育品德三个方面的协调发展。为了科学组织教学内容和落实教学目标,除了传统教学方法,还应该配合游戏、比赛、探究活动等多种教学方式。

#### 3.3 创设学习情境,培育学生体育品格

基于学科核心素养的初中体育大单元教学其教学目标之一在于培育学生良好的体育品格,为此,老师需结合学生现有体育水平、体育实践技能以及单元学习内容等创设真实的、具有挑战性的学习情境,在真实学习情境中培育学生的探究思维、创新思维和解决问题能力,激发学生参与体育学习的积极性和主动性,促进学生全面发展。

## 4 基于学科核心素养的初中体育大单元教学策略

#### 4.1 了解学生个性差异,诱导提升兴趣

老师要结合学生个性特点,尊重学生兴趣特点,以此来组织教学内容和选择教学活动,实施教学策略。基于学科核心素养的初中体育大单元教学尊重学生差异,注重学生体育兴趣培育。在教学过程中发挥学生的自我效能,启发诱导、提高兴趣,发挥学生效能。基于学科核心素养的初中体育大教学策略以了解学生为基础,充分调动学生的兴趣。老师应该充分地了解学生的心理认知特点、个性、兴趣,以及体育水平等,以此来激发学生的体育学习兴趣。初中学生抽象思维能力逐渐占据主导地位,且思维的独立性增强,越来越倾向于独立的认识事物。初中生处于心理发展的关键时期,这一时期,学生的心理矛盾较为突出,自尊心在成长中得到了

强化,且初中学生很多步入了青春期,叛逆、张扬,容易感情用事。老师要结合学生的个性特征,来诱导学生的体育学习兴趣。有的学生体内代谢旺盛,精力充沛,喜欢在体育竞技中表现自己,对于此类学生可以组织竞技性体育活动,来激发学生的兴趣。有的学生性格内向,胆子较小,体育学习存在一定的难度,老师应该给予学生鼓励和支持,重在帮助学生树立体育学习的自信心,老师可以组织开展技能和强度较小的趣味性体育游戏活动,让学生在体育游戏中感受成功的喜悦,以此来强化学生的自信心<sup>[3]</sup>。

#### 4.2 考虑平均运动水平,明确学习方向

在组织、开展体育教学中,必须充分地考虑学生的运动能力,以确保体育教学强度和丰富度符合学生需求,确保体育大单元教学的递进性和连贯性。体育教学中,老师要结合初中生心理认知特点和身体发展特征确定体育整体方向和强度。初中学生身心处于发展阶段,骨骼肌肉还不够成熟,在此阶段老师要注意体育运动的量和度,例如初中“立定跳远”重点在于跳远距离提升,男同学目标距离1.8m,女同学目标距离1.6m。另外在设计体育教学时充分考虑学生的个体差异,过低的学习目标容易降低学生的热情,而过高的学习目标则容易使得学生遭受打击,应结合学生的实际情况,科学地设计目标。例如,在立定跳远教学时,老师可以检测班级学生立定跳远的距离,然后结合学生现有跳远距离,为学生制定个性化训练计划和目标<sup>[4]</sup>。个别学生的弹跳能力较差,现有跳远距离为1.4m,可以以1.5m为计划目标;个别学生的弹跳能力较好,轻轻松松达到1.8m,对于此类学生可以以1.9m为目标,以此来激发学生的潜力。个性化目标帮助学生明确学习方向,在个性化教学任务的帮助下,激发学生的血性,以此来提升体育教学质量。

#### 4.3 适时调整教学内容,开展分层教学

体育教学中,要综合地考量学生的体育能力、体育天赋、爱好等调整教学内容,开展分层教学,满足初中学生的个性化运动需求。在体育教学中可以采用分层分组教学。一是以性别分组,男同学多青睐于强度大、竞技型体育运动,如篮球、足球等,而女同学则倾向于强度小、柔性运动,如健美操、太极拳等,可以以性别划分小组进行教学,以此来选择最佳的教学内容,开展分层教学,以学生兴趣爱好为基础,融合课程标准和体育中考要求进行课程内容组织和设计,便于学生选择。再如,可以采用兴趣分组,结合学生的兴趣爱好调整教学内容。体育授课时,可以以初一、初二、初三为三个行政组,每个行政组一齐开展体育课程,改变行政班级一起上课的传统,按照学生的兴趣划分兴趣班级,如足球班、篮球班、田径班等,学生结合自己的兴趣选择学习内容。在兴趣班级中,学生能够尽情地享受体育学习的乐趣。体育班教学中打破传统教学模式的皮毛式教学,开展深度教学。例如足球教学中,具体内容共分为基础知识与基本技能、技战术运用、体能、展示或比赛、规则与裁判方法、观赏与评价

六大维度，“学练赛”为主线，对学的内容、练的要点、赛的形式进行“整合链接”。再者，可以结合学生的技能水平进行分组，进行分层教学，在完成统一教学后，老师可以结合学生的技能水平划分小组，为小组成员制定个性化目标和内容，适当地加大或者削减训练难度，实现全体学生的进步发展。在小组内部，成员之间体育技能水平相同，有助于维护学生的自尊心<sup>[5]</sup>。

#### 4.4 设置合理评价目标，实施多元评价

基于学科素养的体育大单元教学下，教学评价不宜采取一刀切，而是应该坚持多元化评价<sup>[6]</sup>。教学评价其目的在于促进学生的发展，体育教学评价中应该坚持发展的评价观，只要尊重学生的差异，满足学生个性需求，每个学生都能够得到发展。教学评价在于通过测评反映每个学生的学习进步情况，而不在于学生之间的优劣对比，老师可以结合学生的实际情况和教学纲要来划分不同层次学生的考核“合格线”。在评价过程中，注重对学生的全面评价，包括学生的情感态度、心理健康素质、运动技术、技能和体能等，通过教学评价，学生能够看到自己努力的成果，老师可以结合评价来优化体育教学方式和内容。多元化评价中坚持定量评价和定性评价的有机结合，对学生的技能、体能等进行量化评价，融合老师评价、学生自我评价以及学生互评等对学生体育学习过程中的参与度、情感等进行定性评价。其次，注重过程性评价，加强对体育学习前后的变化情况进行对比，肯定学生的努力和进步，以此对学生进行科学的评价。例如，在“立定跳远”教学评价时，老师可以结合学生的能力差异，划分1.8m、1.6m、1.5m等合格线，另外将学生的学习、练习过程纳入评价范围，教学中注重观察学生立定跳远练习情况，针对学生的进步情况、技能掌握情况、学习态度等进行多元化评价。

#### 4.5 多措并举，厚植学生体育情怀

体育教学过程中，借助多种举措，培育学生的体育情怀。健康体育意识和观念，健康教育是中学教育的重点同时也是体育教学的重要内容<sup>[7]</sup>。中学生心理不够成熟，生活经验较少，一些学生由于饮食问题等会存在着身体肥胖问题，从而导致学生的灵活性和协调性较差。老师可以通过体育课程来加强健康教育，例如可以开展铅球投掷运动，铅球投掷运动是一项全身性的体育活动，对学生的身体素质要求较高，同时要求学生具有一定的力量和协调性，老师可以通过健康游

戏、竞争的方式，实现对学生的健康教育。提升学生的体质是中学体育教育的重要目标之一，通过体育活动来改善形体和提升体质。中学生身心处于发展阶段，骨骼肌肉还不够成熟，在此阶段老师要注意体育运动的量和度。太极是我国的文化瑰宝，太极拳的动作要领在于“松”“柔”以及“去僵化求圆润”，老师结合中学生的体态选择适合其动作开展教学，坚持“精讲多练”的教学原则，适当地减少老师的讲课和示范时间，增加学生的练习时间，提升学生的体质，同时加强学生体育精神的培养。体育属于竞技型活动，在体育竞赛中，培育学生坚韧、乐观、顽强的精神。老师要科学设计竞技型体育教学，在竞赛中调整规则，加强引导，帮助学生能够更好地遵守规则，学习公平正义的体育道德。开展竞技教学不仅能够发挥中学生的积极性和主动性，在此过程中老师还能够通过激励、纠错等方式引导学生正确的胜负观，培育学生健康的心理。

## 5 结语

体育大单元教学是一场新的教学变革，实现教学内容的连贯组织，有利于学生体育知识、技能和精神的发展。核心素养下的体育大单元教学要注重目标确定，科学组织教学内容，在实施过程中坚持学生中心原则，注重激发学生兴趣，加强实践教学，构建多元评价机制，促进学生知识、技能、精神的全面发展。只有这样才能真正实现新课标所倡导的教育教学理念并为学生的健康成长奠定坚实基础。

### 参考文献

- [1] 张伯伦. 体育与健康核心素养下的初中篮球大单元教学设计研究[D]. 郑州: 河南大学, 2023.
- [2] 陈菊芬. 基于核心素养视域下的初中体育篮球大单元教学实践研究[J]. 体育画报, 2022(15): 201-202.
- [3] 林琳. 核心素养导向的初中体育大单元教学的现实价值与推进策略探析[J]. 运动·休闲, 2023(10): 67-69.
- [4] 杨叶婷. 基于人格教育的初中速度性项群教学设计研究——以短跑项目为例[D]. 石家庄: 河北师范大学, 2023.
- [5] 王威. 基于核心素养的初中体育大单元教学策略研究[J]. 全体育, 2023(6): 53-54.
- [6] 曹翔, 张帆. 核心素养指向下初中体育大单元教学策略研究[J]. 全体育, 2023(9): 167-168.
- [7] 程小龙. 基于核心素养的初中体育大单元教学实践策略[C]. // 教育理论与教学研究论坛论文集, 2023: 1-6.