

# Research on large unit teaching of junior high school track and field events based on new curriculum standards

Ning Li

Guangxi Baise Jingxi City Teaching and Research Office, Baise, Guangxi, 533800, China

## Abstract

Based on the new requirements of Compulsory Education Physical Education and Health Curriculum Standards (2022 edition), the large-unit teaching of junior high school track and field events is committed to cultivating students' athletic ability and comprehensive literacy through the implementation of four strategies: modular unit, contextualized teaching, multi-dimensional evaluation and interdisciplinary integration. Taking "Football - Dribbling around the pole" unit as an example, this paper analyzes how to apply these strategies in teaching practice to promote the dual improvement of students' technical ability and comprehensive quality, and provides an operable teaching strategy and implementation path for the reform of physical education under the new curriculum standard.

## Keywords

New curriculum standard; Junior high school; Track and field events

# 基于新课标的初中田径类项目大单元教学研究

黎宁

广西百色靖西市教学教研室，中国·广西 百色 533800

## 摘要

基于《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》的新要求，初中田径类项目的大单元教学通过模块化单元、情境化教学、多维度评价和跨学科融合四大策略的实施，致力于培养学生的运动能力和综合素养。文章以《足球—运球绕杆》单元为例，具体分析了如何在教学实践中应用这些策略，推动学生技术能力与综合素质的双重提升，为新课标下的体育教学改革提供了可操作的教学策略和实施路径。

## 关键词

新课标；初中；田径类项目

## 1 引言

传统的教学模式往往侧重于单一技能的训练，忽视了学生综合能力的提升和跨学科知识的融汇。如何打破这一局限，使田径教学不仅注重技术动作的练习，还能促进学生思维能力、情感态度及团队协作等方面的发展，成为了亟需解决的教学问题。因此，文章研究的思路是从教学策略的设计和实施入手，探索如何将理论与实践结合，帮助教师更好地应对新课标的挑战，提升教学效果。旨在通过具体的案例分析，旨在为田径项目教学提供新的思路和实践路径。

## 2 基于新课标的初中田径类项目大单元教学原则

### 2.1 系统整合原则

系统整合原则是基于新课标的初中田径类项目大单元

教学中最为关键的教学原则之一，其核心是将田径类项目的教学内容、教学目标、教学评价等多个要素进行有机整合，以实现教学内容的系统性、知识结构的整体性以及学科素养培养的全面性<sup>[1]</sup>。大单元教学的内涵决定了教学不能停留于碎片化的单课时目标达成，而需要在内容深度和广度上进行系统规划，以确保学生在多课时、多维度的学习中，能够全面掌握田径类项目的基本技术动作、核心知识以及相关的体育精神与健康理念<sup>[2]</sup>。该原则的理论基础源于新课标对体育与健康课程核心素养的培养要求，特别是“运动能力”“健康行为”“体育品德”三大核心素养的协调发展。新课标强调，初中田径类项目的教学不仅是技术动作的训练，更是知识技能的迁移、身体素质的提升与品德精神的塑造。系统整合原则以教育心理学中的建构主义学习理论为依据，认为学习者在一定的情境即社会文化背景下，借助学习是获取知识的过程其他人（包括教师和学习伙伴）的帮助，利用必要的学习资料，通过意义建构的方式而获得<sup>[3]</sup>。

### 2.2 情境实践原则

情境实践原则强调教学过程应以学生为中心，通过情

【作者简介】黎宁（1974-），男，壮族，中国广西靖西人，本科，高级教师，从事中小学体育教育研究。

境化的方式，充分调动学生的学习主动性和实践积极性，使其在多元化的运动环境中体验田径类项目的技术特点与运动魅力。情境实践原则的实施旨在将运动知识从理论层面迁移到实践层面，通过多样化的实践活动，增强学生对田径类项目的深刻理解与实际应用能力。情境实践原则的理论基础主要源于情境认知理论，认为学习与实践是不可分割的，意义正是在具体情境的实践过程中得到的<sup>[5]</sup>。在基于新课标的初中田径类项目教学中，跑、跳、投等运动技能的学习必须通过具体的实践情境来完成，才能让学生在真实的运动体验中将技能内化为长期记忆，形成对运动知识的深刻认知。此外，新课标要求体育与健康课程教学关注学生的“运动能力”“健康行为”和“体育品德”三大核心素养的培养，而情境实践原则为学生提供了丰富的实践体验平台，能够将体育核心素养的培养融入真实运动情境中。

### 3 基于新课标的初中田径类项目大单元教学策略

#### 3.1 构建模块化单

模块化单元教学的核心思想是将整体教学内容拆解成多个结构化、层次化的小模块，使得学生可以逐步掌握各项技能，从而在最终实现整体技能的整合和提升。模块化单元的设计不仅要保证内容的连贯性和递进性，还需要确保每个模块都有独立的教学目标和评估标准。例如，教师可以将整个田径类项目分为多个模块，如基本技能模块、应用技能模块和实战应用模块等。每个模块内容既要有针对性地训练学生的特定技能，又要为后续模块的学习打下基础。在模块化教学的过程中，学生能够获得多方面的能力提升。

在《足球—运球绕杆》这一单元的教学中，教师可以根据单元内容将教学划分为若干模块，并逐步提升学习难度。首先，教师可以设计一个基础运球技能模块，帮助学生掌握运球的基本技巧，例如控球、带球和传球等。这一模块的重点是帮助学生建立基本的技术框架，并通过反复练习让学生熟悉运球的基本动作。学生在这一模块的收获是能够稳定地控制足球，提高基础的技术掌握度。接着，教师可以引入一个绕杆练习模块，设置一些简单的障碍物和标杆，让学生进行绕杆练习。在这一模块中，学生不仅要巩固基本的运球技巧，还要锻炼自己的空间感和反应能力。教师可以通过不断调整练习的难度（例如减少间距、增加障碍数等）来逐步提高学生的技术难度。学生通过这一模块，能够在动态环境中提升技巧，培养快速决策和应对复杂情况的能力。最后，教师可以设计一个实战运球模块，让学生在小组对抗赛或模拟比赛中应用已学的运球技巧。通过这种实战演练，学生能够将技术运用到实际情境中，并通过比赛中的合作与对抗提升战术意识和团队协作能力。在这一模块，学生的收获不仅限于技术的运用，更在于其应变能力、心理素质和团队合作能力的提高。

#### 3.2 融入情境化教学

情境化教学是一种将理论知识与实际情境相结合的教学策略，它强调通过创造与现实生活或运动场景相似的学习环境，让学生在具体的情境中进行知识的应用与实践。在基于新课标的初中田径类项目大单元教学中，情境化教学尤其重要，因为它能够将抽象的运动技能与实际的体育活动结合起来，帮助学生在真实或接近真实的场景中理解并应用所学的技巧。情境化教学不仅能够增强学生对知识的理解深度，还能提高学生的实践能力。在情境化教学中，学生不仅是知识的接受者，还是积极参与者。情境化教学可以通过多种形式来实施。教师可以设计模拟比赛、角色扮演、情境挑战等活动，激发学生的参与兴趣，并让学生在多变的环境中学习技能。同时，教师还应注意根据学生的实际情况进行情境设计，确保情境的难度和挑战性适宜，以便学生能够在实践中不断调整自己、解决问题，最终提升技能水平。

在《足球—运球绕杆》单元的情境化教学中，教师可以设计一些模拟比赛或实际运用情境，使学生能够在实际运动场景中练习运球技巧。例如，教师可以设计一个“绕杆竞速赛”，让学生在设定的绕杆轨道中进行运球竞速，目的是让学生在竞争的氛围中增强专注力，并在压力下提高运球技巧。学生不仅需要在规定时间内完成绕杆任务，还要保持球的稳定性，避免失误。这种比赛情境能够激发学生的竞技热情，并帮助学生在紧张的比赛氛围中提高技术应用能力。另外，教师可以通过组织“运球接力赛”，让学生分成小组进行合作和对抗，体验运球技巧在团队协作中的应用。在接力赛中，每个学生需要运球通过障碍，然后将球交给下一个队员，队员之间的配合与协作对比赛结果至关重要。这一情境化教学活动不仅能提高学生的运球能力，还能加强学生的团队合作和战术意识。此外，教师还可以引入“模拟比赛”的情境，设置防守球员或对抗性活动，让学生在真实的比赛情境中练习如何快速运球突破防守、如何在紧张的局面下保持冷静、如何作出准确的判断等。这种实战演练可以让学生深刻理解技能的运用方式，也能帮助学生培养在复杂情境中的应变能力和心理素质。情境化教学的关键在于让学生置身于真实或接近真实的运动环境中，在面对挑战时进行思考、决策和实践。通过这种教学方式，学生能够将所学技能应用到更具挑战性的场景中，从而实现技能的内化和提升，同时也培养学生的运动意识、团队合作精神和解决问题的能力。

#### 3.3 设计多维度评价

在基于新课标的初中田径类项目大单元教学中，设计和实施多维度评价策略对于促进学生全面发展、提升体育素养具有重要意义。多维度评价不仅仅依赖于单一的考试成绩或技能水平的评估，而是从多个角度全面衡量学生的运动能力、行为习惯、情感态度及团队协作能力等方面。教师通过多维度评价，能够全面了解学生的学习进程和综合素质，帮助学生发掘自身优点，并针对性地进行改进，最终实现个

性化成长和技能提升。具体来说，多维度评价应该包括过程性评价和结果性评价两大层面。过程性评价主要关注学生在学习过程中的参与度、表现及进步，包括学生的努力程度、情感态度、学习方法等方面。结果性评价则着重考察学生在技能掌握、知识运用及最终成绩等方面的表现。过程性评价和结果性评价相辅相成，能够全面体现学生的成长轨迹。此外，评价标准应多元化，结合学生的个体差异，设置不同层次的目标和标准，确保评价能够反映出每个学生的发展状况。多维度评价还要注重自评与互评的结合。通过自评，学生可以反思自己的表现，明确自己的优势和不足，增强自我意识；通过互评，学生之间可以互相学习，彼此提供反馈，帮助提升技能和改进不足。此外，教师的评价应当综合学生的运动表现、态度、行为和团队协作等各方面，做到全面、公正、客观。最终，多维度评价不仅能帮助教师了解学生的学习情况，还能激励学生在各个维度上不断进步，提升其综合素质。

在《足球—运球绕杆》这一单元的教学中，教师可以根据多维度评价的原则，设计多样化的评价方式，全面了解学生的学习进展。首先，在过程性评价方面，教师可以通过观察学生在每次练习中的投入程度、技术动作的规范性、情感态度等来进行评估。例如，在运球绕杆训练过程中，教师可以关注学生是否认真参与、是否在练习中展现出积极的态度以及是否敢于挑战自己。对于这些方面，教师可以通过口头表扬、记录观察结果等方式给予反馈，并根据学生的表现进行适时的指导与激励。在结果性评价方面，教师可以通过定期的技能测试或模拟比赛来考察学生的技术掌握情况。例如，教师可以组织一次运球绕杆竞赛，设定时间限制和技术要求，考察学生的运球技能、反应速度和控制球的能力。测试结果不仅能体现学生的技术水平，还能反映学生在实战环境中的表现。根据测试结果，教师可以给予学生不同的评价，并为学生的后续学习提供具体的改进建议。在自评与互评方面，教师可以设计一些反思性活动，让学生对自己的练习过程进行评估。

### 3.4 拓展跨学科融合

跨学科融合是新课标中提出的一个重要教育理念，旨在通过跨学科的学习和探讨，促进学生知识的全面发展。在初中田径类项目的大单元教学中，教师应当充分利用跨学科融合的机会，将体育与其他学科的知识相结合，形成相互促

进、共同发展的教学模式。这种教学策略的核心是将体育与其他学科（如数学、科学、艺术、历史等）的内容结合起来，让学生在学习运动技能的同时，拓展视野，提升跨学科的综合能力。跨学科融合的一个关键要素是通过知识的迁移与融合，让学生在学习体育的过程中，不仅掌握运动技能，还能提升逻辑思维、创新能力和跨学科的理解力。

在《足球—运球绕杆》这一单元的教学中，跨学科融合的实施可以从物理学、数学、生物学等多个维度展开。例如，在物理学的融合中，教师可以通过运球的实际示范和运动视频分析，引导学生理解速度、加速度和摩擦力等力学概念在足球运动中的作用。教师可以设计一个小实验：让学生用不同力度的脚触球，观察足球在地面上运动的速度和距离，并引导学生分析力度、地面摩擦力和运动轨迹之间的关系。在实验过程中，学生不仅能够直观理解物理学原理，还能将这些理论应用到实际运动中，从而优化运球的力度和控制技巧。在数学的融合中，教师可以通过运球路径和绕杆设计来引导学生学习几何知识和空间测量。例如，教师可以要求学生计算出完成绕杆任务的最短路径，并引导他们利用几何图形来设计绕杆的运动轨迹。学生还可以通过分析转弯角度和运动半径之间的关系，进一步理解几何学在运动中的应用。这不仅能够提升学生的数学运算能力，还能让他们更精准地控制运球路径，提高运动效率。此外，教师还可以结合生物学知识，帮助学生了解运动时人体肌肉群的协调工作和能量消耗。

### 4 结语

研究进一步深化了大单元教学的系统性与层次性，强调了情境和跨学科融合对教学效果的提升。虽然研究提供了多种实施策略，但在实际应用中，如何因材施教、优化教学内容和方法，仍是未来进一步探讨的课题。未来的研究应关注策略实施中的具体操作路径和实际效果评估，为初中田径类项目的教学改革提供更多可操作的理论依据和实践指南。

### 参考文献：

- [1] 于素梅.体育与健康义务教育课程标准（2022版）课例式解读 [M].北京：教育科学出版社，2022.
- [2] 伍雪辉.大单元教学的内生逻辑与实践立场[J].教育研究与实验,2022(04):91-96.
- [3] 李修振.基于建构主义学习理论下的普通高校田径教学模式探究[J].运动,2014,(09):93+95.