

# 中学体育教师核心素养的内涵及培养路径

钱芳芳

(泰安望岳中学, 山东 泰安 271600)

**摘要:** 本文探讨了中学体育教师核心素养的重要性、内涵、不足以及培养路径。中学体育教师核心素养包括教育教学知识和能力、体育技能和健康素养、心理素质和师德修养、教育教学研究和创新意识、综合素质和自我提升等方面。当前中学体育教师核心素养存在不足, 主要体现在教学方法单一、专业知识和技能不足、心理素质和师德修养不足、缺乏教育教学研究和创新意识以及缺乏综合素质和自我提升能力等方面。因此, 中学体育教师需要加强教育教学知识和能力的培养、注重体育技能和健康素养的提升、注重心理素质和师德修养的培养、加强教育教学研究和创新能力的培养、注重综合素质和自我提升能力等方面的培养和提高。

**关键词:** 中学体育教师; 核心素养; 内涵及培养

【中图分类号】G807.3

【文献标识码】A

【文章编号】ISSN1002-879X(2023)12-090-03

中学体育教育是中小学教育体系中的重要组成部分, 中学体育教师作为中学体育教育的主要承担者, 其素质和能力直接影响着学生的身心健康和全面发展。中学体育教师核心素养是中学体育教育事业的重要支撑, 包括教育教学知识和能力、体育技能和健康素养、心理素质和师德修养、教育教学研究和创新意识、综合素质和自我提升等方面。然而, 当前中学体育教师核心素养存在不足, 需要采取针对性的培养措施。

## 一、中学体育教师核心素养的重要性

随着社会的发展, 体育教育逐渐受到人们的重视, 特别是中学体育教育。中学体育教师是学生体育素质提高的重要推动力量, 具有较高的社会责任和使命感。要成为一名优秀的中学体育教师, 需要具备丰富的教育教学知识、优秀的体育技能、良好的心理素质等诸多方面的素质, 其中核心素养尤为重要。

### 1. 促进学生全面发展

中学体育教师的核心素养是促进学生全面发展的关键。在教学过程中, 中学体育教师不仅要注重学生体育技能的培养, 还要注重学生身心健康的培养。只有当学生的身心健康达到一个良好的状态时, 才能更好地学习、生活和工作。因此, 中学体育教师需要具备丰富的体育教育知识和方法, 以及丰富的体育教育经验, 才能够更好地指导学生的体育锻炼和身心健康的培养。

### 2. 提升学生综合素质

中学体育教师的核心素养还包括提升学生综合素质的能力。在中学阶段, 学生身心发展尚未成熟, 各种综合素质的培养尤为重要。中学体育教师需要不断提高自己的专业能力, 积极参加各种培训和学习, 从而更好地指导学生的体育锻炼和综合素质的培养。同时, 中学体育教师还要通过培养学生的体育精神、团队合作精神、竞争意识等, 提高学生的综合素质, 使其具备良好的品德、健康的身体和积极向上的心态。

### 3. 提高学生生活质量

中学体育教师的核心素养还包括提高学生生活质量的能力。在教学过程中, 中学体育教师不仅要注重学生的体育锻炼和技能的培养, 还要注重学生的生活质量的提高。中学体育教师需要通过开展各种形式的体育活动和比赛, 让学生在健康快乐的环境中享受体育的乐趣。同时, 中学体育教师还要通过体育教育的方式, 传递健康、积极、阳光的生活态度, 引导学生树立正确的价值观和生活观, 提高学生的生活质量。

### 4. 增强学生自信心和自尊心

中学体育教师的核心素养还包括增强学生自信心和自尊心的能力。在体育教育中, 学生面临着各种挑战和困难, 需要有足够的自信心和自尊心去应对。中学体育教师需要通过体育教育的方式, 培养学生的自信心和自尊心, 让学生在比赛和锻炼中获得成就感和自豪感, 提高学生的自我肯定和自我认

知。

## 5. 提高教育教学水平

中学体育教师的核心素养还包括提高教育教学水平的能力。中学体育教师需要不断提高自身的教育教学水平, 不断更新教育教学理念和方法, 不断探索适合自己和教育模式, 提高教育教学质量和效果。同时, 中学体育教师还要积极参与教育教学改革, 不断推动体育教育的改革和发展, 促进学生全面发展。

## 二、中学体育教师核心素养的内涵

中学体育教师是学生体育素质提高的重要推动力量, 具有较高的社会责任和使命感。要成为一名优秀的中学体育教师, 需要具备丰富的教育教学知识、优秀的体育技能、良好的心理素质等诸多方面的素质, 其中核心素养尤为重要。本文将从以下几个方面阐述中学体育教师核心素养的内涵。

### 1. 专业知识和教育教学能力

中学体育教师需要具备扎实的体育理论知识和丰富的体育实践经验, 能够熟练掌握教育教学方法和技巧, 灵活运用多种教学手段, 设计出富有吸引力和针对性的教育教学方案。同时, 中学体育教师还需要具备良好的组织管理和沟通协调能力, 能够有效地组织和管理班级体育活动, 与学生和家长进行良好的沟通和交流。

### 2. 优秀的体育技能和健康素养

中学体育教师需要具备优秀的体育技能和健康素养, 能够为学生树立良好的榜样和激励。中学体育教师需要具备扎实的体育基本功和综合运动能力, 熟悉各种体育项目的规则和技术, 具备教授各种体育项目的的能力。同时, 中学体育教师还需要注重自身的身心健康, 通过积极参加体育活动和锻炼, 维护良好的身体状况, 养成健康的生活习惯。

### 3. 良好的心理素质和师德修养

中学体育教师需要具备良好的心理素质和师德修养, 能够为学生提供优质的教育教学服务。中学体育教师需要具备较强的心理韧性和适应能力, 能够应对各种复杂的教育教学情境和问题。同时, 中学体育教师还需要遵守职业道德和教育法律法规, 具备高度的责任感和使命感, 为学生的身心健康和全面发展负责。

### 4. 积极的教育教学研究和创新意识

中学体育教师需要具备积极的教育教学研究和创新意识, 能够不断提高自身的教育教学水平。中学体育教师需要持续关注教育教学研究的前沿动态, 积极参加各种教育教学培训和学习, 了解最新的教育教学理念和方法。同时, 中学体育教师还需要在实践中不断探索适合自己和教育模式, 尝试创新教育教学方法和手段, 提高教育教学质量和效果。

### 5. 综合素质和自我提升

中学体育教师需要具备优秀的综合素质和自我提升的能力, 能够在职业发展过程中不断提高自身素质和水平。中学体育教师需要具备广阔的文化素质和人文修养, 具备较高的综合素质和领导能力, 能够胜任多种职业角色和职

**作者简介:** 钱芳芳(1983.12-)女, 汉族, 山东省泰安市人, 一级教师, 硕士研究生, 研究方向: 体育教育训练学。

业岗位。同时,中学体育教师还需要持续自我提升,通过不断学习和实践,提高自身教育教学能力和综合素质,实现个人职业发展和社会价值的最大化。

### 三、目前中学体育教师核心素养的不足

中学体育教师作为学生体育素质提高的重要推动力量,具有较高的社会责任和使命感。然而,在现实生活中,我们也不难发现,中学体育教师核心素养存在着一些不足之处。本文将从以下几个方面阐述中学体育教师核心素养的不足。

#### 1. 教学方法单一

在现实生活中,我们可以发现部分中学体育教师教学方法单一,过度依赖传统的教学方式,缺乏对于多种教学方法和手段的了解和运用。这会导致教学效果不尽如人意,缺乏吸引力,让学生难以积极参与体育课程。

#### 2. 专业知识和技能不足

部分中学体育教师缺乏较为扎实的体育理论知识和丰富的体育实践经验,缺乏教授各种体育项目的的能力。同时,一些中学体育教师在体育技能方面也存在不足,无法为学生树立良好的榜样和激励。

#### 3. 心理素质和师德修养不足

部分中学体育教师心理素质和师德修养不足,无法有效地应对教育教学中的各种复杂情境和问题,无法有效地与学生和家长进行良好的沟通和交流。

#### 4. 缺乏教育教学研究和创新意识

部分中学体育教师缺乏积极的教育教学研究和创新意识,无法及时关注教育教学研究的前沿动态,也无法灵活运用多种教育教学手段和方法。这会导致教学内容过于单一和传统,缺乏创新性和实用性。

#### 5. 缺乏综合素质和自我提升能力

部分中学体育教师缺乏较高的综合素质和自我提升能力,无法胜任多种职业角色和职业岗位。同时,也无法不断提高自身教育教学能力和综合素质,无法实现个人职业发展和社会价值的最大化。

### 四、中学体育教师核心素养的培养路径

中学体育教师核心素养是指具备专业知识和教育教学能力、优秀的体育技能和健康素养、良好的心理素质和师德修养、积极的教育教学研究和创新意识、综合素质和自我提升等方面的素养。这些素养不仅是中学体育教师必备的职业素质,也是提高学生身心健康水平的重要保障。

#### 1. 加强教育教学知识和能力的培养

中学体育教师在教育教学知识和能力的培养方面,应该注重理论知识的学习和实践操作的训练。教育教学理论方面,教师应该了解教育教学的基本理论、方法、原则以及中学体育课程标准,掌握科学合理的教育教学方法和手段,以便能够针对不同学生的需要进行教学。同时,教师还应该熟悉教材内容、掌握课堂管理技巧、理解评价标准等方面的知识,确保能够高效地完成教学任务。

除了理论知识的学习,中学体育教师还需要注重实践操作的训练。教师应该熟悉各种体育运动项目,掌握专业技能,能够熟练运用器材和设备。教师还应该注重体育课堂的组织和管理,掌握不同年龄段学生的心理特点和行为规律,制定适当的教学计划和课程安排,保证教学质量。同时,中学体育教师还应该加强教育教学新技术的学习和应用。在当前信息化时代,教师需要掌握使用多媒体技术和互联网资源进行教学的技能,能够灵活运用教育教学新技术,提高课堂效率和教学质量。可以通过参加教育教学新技术的培训和研究、阅读教育教学相关的书籍和杂志、与同行交流等方式提高教育教学新技术的应用能力。

#### 2. 注重体育技能和健康素养的提升

中学体育教师注重体育技能和健康素养的提升,是为了更好地为学生树立榜样,激励学生积极参与体育活动,促进学生身心健康的全面发展。在体育技能方面,教师应该不断提高自身的体育技能水平,熟练掌握各项体育

运动技能,了解运动规则和技巧,并能够灵活运用这些技能为学生服务。同时,教师还应该积极参加各种体育比赛和活动时,不断挑战自我,提高自己的体育竞技水平,为学生提供更好的指导和帮助。

在健康素养方面,中学体育教师需要注重自身身心健康,通过积极参加体育活动和锻炼来维持良好的身体状况。教师还需要树立正确的健康观念,倡导健康的生活方式,培养学生养成健康的生活习惯。同时,教师还应该了解学生的身体状况和特点,根据学生的实际情况制定适宜的体育锻炼方案,帮助学生增强身体素质,保持身心健康。

#### 3. 注重心理素质和师德修养的培养

中学体育教师注重心理素质和师德修养的培养,是为了能够更好地应对教育教学中的各种情境和问题,为学生提供优质的教育教学服务。在心理素质方面,教师需要注重自身心理调适和适应能力的提升,以应对教育教学过程中的各种压力和挑战。教师可以通过各种途径提高心理素质,例如参加心理辅导、练习冥想和瑜伽、学习心理学等,从而提高心理健康水平,增强心理韧性,更好地应对工作中的各种情境和问题。

在师德修养方面,中学体育教师需要注重职业道德和行为规范养成,为学生树立良好的榜样和行为规范。教师应该尊重学生的人格和权利,注重与学生的沟通和交流,制定科学合理的教育教学计划和课程安排,树立正确的人生观和价值观。同时,教师还应该注重职业道德的学习和实践,了解师德标准和职业道德规范,积极参加师德师风培训和学习,不断提高职业道德和行为规范。

#### 4. 加强教育教学研究和创新能力的培养

中学体育教师需要加强教育教学研究和创新能力的培养,以提高自身的教育教学水平和能力,为学生提供更优质的教育教学服务。教师需要具备积极的教育教学研究和创新意识,关注教育教学研究的前沿动态,灵活运用多种教学方法和手段,从而提高自身的教育教学水平和能力。在教育教学研究方面,中学体育教师可以通过参加教育教学研讨会、学术会议、开展教育教学研究项目等方式,了解教育教学的最新研究成果和动态,了解行业趋势和未来发展方向,从而更好地指导自己的教育教学实践。此外,教师还可以开展教育教学研究项目,深入探究一些教育教学难题和热点问题,开展实证研究和实践探索,提高自己的研究水平和能力。

在教育教学创新方面,中学体育教师可以通过创新实践、设计新的教学方案、运用新的教学手段等方式,探索新的教学方法和教学模式,提高自己的教学质量和效果。教师可以利用现代科技手段,例如智能化教学、网络教学、移动教育等,创新教学模式和手段,提高教育教学的质量和效率,满足学生的个性化需求和多样化需求。

#### 5. 注重综合素质和自我提升能力的培养

中学体育教师需要注重综合素质和自我提升能力的培养,以提高自身的综合素质和领导能力,为学生提供更优质的教育教学服务。教师需要具备广阔的文化素质和人文修养,能够胜任多种职业角色和职业岗位,具备较高的综合素质和领导能力。在文化素质方面,中学体育教师可以通过积极阅读、学习语言和文学、参加文化活动等方式,拓宽自己的文化视野,提高自己的文化素养和修养。这可以为教师的教育教学工作提供更多的文化支撑和启示,让教师更好地领悟教育教学的本质和意义,提高自己的综合素质。

在人文修养方面,中学体育教师需要注重对人文精神和价值观的学习和实践,注重个人品德和修养的养成。教师可以通过读书、旅行、交流等方式,了解不同文化背景和社会习惯,增强自己的人文修养,从而更好地面对教育教学工作中的复杂情境和问题。在综合素质方面,中学体育教师需要注重领导能力和综合素质的培养。教师可以通过积极参加学科竞赛、学术交流、多种培训、自我提升等方式,提高自身综合素质和领导能力,为学生提供更优质的教育教学服务。此外,教师还应该注重自我反思和自我提升,及时发现自身的不足和问题,并积极采取措施进行改进和提升。

#### 结语

中学体育教师核心素养是中学体育教育事业的重要支(下转第93页)

友伴分组练习是让学生自己去找较亲密的小朋友练习,这种分组对那些学生之间合得来的小朋友来说会练习得很认真,可以提高他们练习的兴趣。可是,一些不大合群的小朋友或者一些较内向的小朋友就会显得很孤单,打击他们的练习兴趣。我记得有这样一个案例:在一节篮球课上,我说:“今天我们进行分组学习,自己去找小伙伴组合,共同学习篮球运球,小组中技能掌握好的同学,要帮助其他小伙伴学习。”学生们都纷纷找到了自己的小伙伴并开始了练习,结果有一位学生愣愣地站在了原地,找不到小伙伴,很显孤单,没有一位小朋友愿意找他练习。本案例中的小朋友就是如此,性格决定了他不能很好地使他和其他学生一起交流,融入到集体当中去。学生之间应该互帮互助,团结友爱,不是一天两天就能做到的,教师应该关注到每一位学生,尤其是落单的学生,鼓励他融入到班级中去,鼓励其他小朋友去帮助他,要注意营造一个良好的学习气氛。

#### (四) 异质分组易忽视“优等生”的学练标准

异质分组,是指分组后同一小组内的学生在体能和运动技能方面均存在差异。异质分组不同于随机分组,是人为地将不同体能和运动技能水平的学生分成一组,但是这样的分组形式也存在着很大的盲区。如:在教学跳过低障碍物的内容时,我把学生进行分组,根据技能水平好坏进行掺杂着分组,让学生们分组自由练习,发现部分学生在练习时提不起兴趣,后来和学生交流发现:跳过30厘米的高度的障碍物对于掌握技能较好的学生来说没有挑战性,这样的教学目标对他们来说太容易了,导致他们没有学习的积极性。分组的不合理,是导致学生练习投入不足的直接原因,让一些学生不能很好地发挥出他们的真实水平,对他们的身心发展都受到了限制。

### 五、适时调整分组模式是开展小组合作学习的前提

体育教学中教师可根据不同的教学内容、不同的学练标准、不同的学生身心健康水平采用不同的分组模式。

#### (一) 根据学生的不同身心健康水平进行阶段分组

即分组后保持较长时间,按照学生的心理、基础、体能状况等因素,划分为较为稳定的小组,可一个教学单元教学中采用,一旦单元教学结束,小组也随之解散。这种分组的特点是技能基本相同,爱好可能不同,但便于对同一组采用相同的计划,又便于对不同小组的区别对待。如在一年级跳绳教学中,由于部分学生在幼儿园已基本掌握,而有些学生则一点都不会。于是我在课堂教学中开设“登山”团、“牵手”团、“苗苗”团。“登山”团主要解决会跳学生。每次课中教师都制定不同的山峰——跳绳次数,要求学生间合作、竞赛,勇登高峰;“牵手”团主要给学生创设合作交流、互帮互助的场所,让跳得较好的学生做小老师协助初学者,从而减轻教师负担;“苗苗”团主要在教师的引导下,不会者间自主加强练习,尽快掌握动作。这样的分组是不是会更有利于每位学生的身心发展呢?

#### (二) 根据学生学练标准的不同进行分组

教师在进行教学时,根据学生掌握技能水平的不同,而采用的分组模式。这种分组模式中就如一个三角形,a代表的是学练标准较高的学生,b代表的是学练标准较低的学生,c代表的是学练标准中等的学生。这样的分组模

式适用于像体操课中技能要求较高、动作水平较难的内容。如:上述案例跳过低障碍物的课中,原来教师采用异质分组教学,发现部分成绩较好的学生提不起学习的兴趣,不能更好地发挥他们的水平。那么,如果这节课采用学练标准教学分组,根据学生不同的学练标准进行合理的分组,把技术动作掌握较好的学生分在一起,让他们体验更高的教学任务;而把教学技能掌握较低的学生分在一组,让他们体验难度较低的教学目标。这样的分组是否更好地解决了学生之间由于水平差异而导致的学习矛盾呢?这也是《课程指导纲要》中提出的基本理念:以学生发展为中心,重视学生的主体地位,关注个体差异与不同需求,确保每一位学生受益的真正体现。

#### (三) 根据整体感知进行分组

这种小组分组模式是指先采用同质分组,根据学生以往的成绩先分组,再进行随机分组,使每组学生可以达到各组间整体实力基本相同局面,便于开展组间的教学比赛或竞争游戏。如:在上述案例100米跑的教学中,原先教师根据同质分组,将好的学生分在了一组,暂差的学生分在了一组,直接影响了学生的心态和学习的积极性,加重了学生的心理压力,引起负面的影响。那么,如果在这种情况下,我们将采用整体感知进行“三角分组”,就会比较容易解决这个问题。先把学生分成较好的、暂差的、中等的,然后再在这三组中,随机进行分组,使每一组的学生整体水平差不多,那么对学生来说更公平和合理。

### 六、结语

总之,兴趣是学生最好的老师,只有学生对所学的知识 and 技能有了兴趣,感受到上课是件快乐的事情,学生学习才会有主动性和内驱力。学生在合作小组中,通过与同伴共同努力来完成老师布置的任务,并在小组展示中获得老师的好评,这增加了学生与老师之间的交流,学生获得表现的机会要比传统的教学方法多很多。小组合作学习是一种行之有效的学习方式,它能使学生的思维得到碰撞,从而迸发出火花,创造性地解决问题;它能使学生在合作的过程中体会到集体的力量;它通过同学之间、小组之间等的交往,培养学生与人合作、与人竞争,交往沟通等现代意识,形成良好的心理素质和个性品质,最终达到主动发展,提高学习效益的目的。在小组合作学习中,学生组织分配、合作交流、公平竞争,它既促进了学生的个性发展。又激发了学生团结协作的精神,让学生产生了不仅为个人荣誉,更为集体荣誉而战的感受最后,需要强调指出的是:教师之间应注意结合体育学科的本质特征以及当前我国体育教学的实际,经常地开展小组合作学习教学策略的学术探讨,不断反思和改进,并在实践的过程中不断挖掘小组合作学习的有效形式,只有这样才能使体育合作学习真正成为教学变革的推动力量。

#### 参考文献

- [1] 邱松林.初中体育教学中小组合作学习分组探析[J].中学课程辅导(江苏教师),2011(9):68.
- [2] 李以练.初中体育教学中小组合作学习的分组原则与实施策略[J].中学时代,2013(4):184.
- [3] 郑春华.体育教学中合作学习的常见问题及对策[J].课程教材教学研究(教育研究),2016(5):37-39.
- [4] 焦胜峰.小学体育课分层教学模式的运用研究[J].新教育时代电子杂志(教师版),2020(25):17.
- [5] 杨正伟.关注差异 巧妙分组[J].中国学校体育,2013(2):89-89.
- [6] 莫瑛.谈“教学分组”在体育课中的应用[J].六盘水师专学报,2001,13(4):4-5.
- [7] 李琪森.浅谈体育课的分组教学法[J].数码设计(上),2018(6):254.

(上接第91页)撑,具备这些素养的教师能够为学生提供更好的教育教学服务,促进学生身心健康的全面发展。然而,当前中学体育教师核心素养存在不足,需要采取针对性的培养措施。通过加强教育教学知识和能力的培养、注重体育技能和健康素养的提升、注重心理素质和师德修养的培养、加强教育教学研究和创新能力的培养、注重综合素质和自我提升能力的培养等方面,可以有效提升中学体育教师的核心素养和教育教学水平。中学体育教师的工作是充满挑战和机遇的,我们期待着更多的中学体育教师能够充分发挥自身的优势,创造更好的教育教学成果,为中小学教育的发展做出更大的贡献。

#### 参考文献

- [1] 任文宁.课程思政背景下高校体育教师核心素养的提升策略研究[J].当代体育科技,2023,13(06):141-144.
- [2] 尹志华,付凌一,孙铭珠,刘皓晖,汪晓赞.体育教师发展核心素养的结构探索:基于扎根理论的质性研究[J].体育学刊,2022,29(04):104-111.
- [3] 王馨博,李在军.课程思政视域下体育类专业教师核心素养的培育[J].体育教育科学,2022,38(03):8-13.
- [4] 余信林,陈浩楠.新时代高校体育教师核心素养发展现状与对策研究[J].运动精品,2022,41(04):23-24+33.
- [5] 周运远.体育学科核心素养视阈下高中体育教师的课堂角色定位[J].科学咨询(教育科研),2022(02):76-78.