

新课标引领下中学体育德育融合的创新实践：个性化德育目标与家校社协同网络的应用研究

沈啟龍¹ 刘仁忠¹ 戴盛昌²

1. 丘北县天星乡中心学校 云南 文山 663212; 2. 丘北县教育科学研究所 云南 文山 663299

摘要：为了提升学生核心素养水平，在新课标所构建的框架下，中学体育健康教育和德育教育融合教学被视为核心策略，本研究采用行动研究的手段，探寻体育教学里德育教育的实践途径，目的是化解当前教学里技术教育与德育不平衡、融合意识欠缺以及数字化挑战等难题。研究突出教师主导模式的课堂实验，把数字化工具跟 AI 技术结合，构建个性化德育目标，依靠家校社协同网络，促进学生的社会情感培养及抗挫折能力，融合教学显著增进了学生的体育品德及综合素养，为新课标的实施提供了切实有效的实证支撑，研究将接着探讨 AI 与德育的深度整合，力图为教育工作者和政策制定者提供实践可借鉴的启示。

关键词：新课标；中学体育；健康教育；德育教育；融合教学

一、新课标下中学体育教学的特点

1. 核心素养与健康理念下的体育教学目标

体育教学围绕核心素养去实施，商定“运动能力、健康行为、体育品德”三位一体目标，支持学生成长，运动能力在乎实践解决问题的能力，健康行为鼓励积极生活，改善身心的综合水平，体育品德对责任感和规则意识进行培育，该目标期望教师打破传统技能训练的界限，融入德育。“健康第一”理念属关键，针对学生身体素质走下坡路、心理困扰日益加剧问题，体育教学应提升学生的体魄、培养心理素养，采用不同内容辅助学生降低压力、调整情绪状况，造就积极心态，采用数字工具实时获取学生身心状况，为个性化干预提供数据方面的支撑，促进体育对身心健康的正向推动。

2. 学科融合与数字化趋势下的教学创新

新课标着重学科融合与数字化运用，助力体育教学向综合育人进一步深化，体育跟德育、健康教育相互融合是核心，开展集体竞赛提高体能、养成规则习惯，把心理健康教育融入课程里面，提升面对挫折与自我约束的本领，教育数字化赋能教学创新，利用 AI 和运动 APP 去监测数据及身心状态，生成个性化德育引导语；实施虚拟团队合作游戏的数字化教学实践，培养

合作协同素养；当开展在线教学的时候，虚拟课堂行为的监控及反馈机制为德育渗透找到新路径，增进社会情感技能及自律能力，构建多样化育人场景。

二、中学体育教学中德育教育的价值与目标

（一）中学体育教学中德育教育的价值

1. 社会情感培养：团队协作、公正比拼

体育教学过程中社会情感培养是德育关键，通过团队配合与公平比拼活动，学生借助实践发展社会情感能力，增强集体的责任感与规则意识，诸如篮球、足球的集体项目，衡量运动本领，也离不开团队配合，可养成协作精神与沟通的本领。公平竞争规则使学生尊重对手、严守规矩，确立体育道德理念，诸如运动 APP 和 AI 技术的数字化手段推动这一过程，实时跟踪学生表现并给予反馈，增强培养的精准水平与效果，该融合式教学提升了学生运动水平，为学生社会情感成长打下基础。

2. 个人发展：应对挫折的能力、自我约束性

体育教学在促进学生个体成长这件事上有独特价值，尤其在增强抗挫折能力与培养自律性方面起到关键作用，新课标着重指出借助体育活动助力学生应对挑战、增强心理承受力，譬如长跑、跳远项目，学生得顶住身心承受的压力，增长自我调节本事。教师拿

基金项目：云南省文山州教育科研“十四五”规划课题“新课标下中学体育健康与德育教育融合模式研究”（课题批准号：文教体发〔2024〕9号）成果；云南省文山州 2025 年哲学社会科学课题——“家校社”共育模式对文山州青少年心理健康的干预效能研究（课题批准号：文社联〔2025〕4号）成果。

作者简介：沈啟龍，生于 1992 年 9 月，男，云南麻栗坡人，中小学一级教师，硕士研究生，研究方向为基础教育，运动训练。

刘仁忠，生于 1983 年 3 月，男，云南丘北人，中小学高级教师，本科，研究方向为基础教育，体育教学。

戴盛昌，生于 1986 年 1 月，男，云南丘北人，中小学一级教师，本科，研究方向为基础教育，体育教学。

运动 APP 等数字化手段实时监测学生表现,作出个性化反馈,协助其制定并实现合理目标,体育教学里面的规则意识和时间管理要求(如比赛计时、团队协同合作)能培育学生自律精神与责任担当,把心理健康教育加入体育活动里面,教师可规划抗压训练和情绪管理课程,增强学生心理综合素养,为其综合发展打下基础。

(二) 中学体育教学的德育目标

中学体育教学德育目标以培养学生“责任担当、规则意识”等核心素养为聚焦点,跟“运动能力、健康行为、体育品德”培养理念融合为一体,依靠体育活动促进社会情感能力与个人品质的形成,培养责任担当可借助篮球、足球等团队项目,使学生在角色的分工中履行义务;规则意识靠比赛与训练时严格遵守规矩,明白公平竞争跟纪律的重要意义,依靠运动 APP、AI 技术达成的个性化反馈,协助学生清晰目标、矫正行为,形成责任及规则意识。实际执行操作里,分项目目标结合运动特性去进行设计,如开展篮球运动增强责任与沟通能力,长跑能训练自律与面对挫折的能力;利用数字化工具记录数据再提建议,把心理健康教育嵌入情绪管理训练提升心理韧性,保证德育和体育教学相融合,为学生全面发展筑牢根基。

三、中学体育教学中德育教育存在的问题

1. 技术教育与德育失衡:看重技能训练,弱化品德渗透

目前中学体育教学里,技术训练跟品德培养的不平衡程度很明显,体现为看重技能练习、忽略品德培养的表现,即便新课标规划了“运动能力、健康行为、体育品德”三位一体的培养目标,但考核依旧主要看运动成绩,德育目标屡屡被忽略,教师教学看重技能与体能,看轻学生规则意识、责任担当等品德素养的培养工作,此种失衡降低了体育教育综合育人的价值,限制学生社会情感能力的长进,数字化工具多应用在技能训练和健康监测上,较少投入到品德培养方面,造成德育缺位问题变得更棘手,很难契合新课标针对学生核心素养全面培育的要求。

3. 融合意识不足:教师对德育融入的认知存在短板

新课标推行初始阶段,老师们对把德育融入体育课的理解程度不高、意识淡薄,虽说 2022 年版课标点明了培养方向,但不少教师还是把德育当作附加的板块,未理解核心要义,培训体系存在缺陷,老师缺乏把德育目标融入教学设计的相关指引,数字技术虽可为教学创新给予支持,但在德育维度的潜力未充分挖掘起来,老师在利用相关工具开展德育渗透上的认识

较浅,处于教学实践阶段,德育目标设定徒有其表,未结合学生个体差异与项目特点开展设计,成果难作评判,这种理解方面的欠缺影响新课标实施,耽误学生核心素养的成长。

3. 针对性缺乏:忽略学生的个体差异

中学体育课开展德育教育效果欠佳,核心症结是忽略掉学生个体差异,不同年级、性别的学生,加上身心发展水平不同,德育需求不一样,教学多数采用“一刀切”方案,低年级学生适合用游戏化活动培养规则意识与协作精神,高年级学生需借助挑战性项目培养抗挫能力与责任担当。性别间的差异往往被忽略掉,男生参与团队运动可把重点放在竞争意识训练上,女生活动需聚焦于情绪调节与自我认同的确立,数字技术虽为个性化教学搭建了条件,但在德育目标的设定与实践落实里未充分发挥效力,老师欠缺对学生特点的系统性剖析,导致德育内容融入课堂障碍多,妨碍学生核心素养的进步。

4. 资源支持薄弱:学校政策跟家庭的协同有所欠缺

如今中学体育教学的德育教育面临学校政策跟家庭协作不充分的障碍,新课标着重突出“运动能力、健康行为、体育品德”三位一体培养目标,但学校政策支持未做系统的规划,未拿出充足的资源,家庭和学校未形成互助机制,德育教育在课外延伸的范围不大,数字化工具虽显现出家校协作的潜力,但缺少可统一的平台,数据共享跟反馈机制存在缺陷,教师在家校沟通方面角色定位含混,难以引导家长参与到学生德育培养里,学校政策跟家庭协作不强影响德育教育开展,阻滞学生核心素养的进步。

四、中学体育教学中德育教育的融合路径

1. 提高重视:落实顶层设计强化

新课标实施的背景下,做好顶层设计是促进体育健康教育与德育教育深度融合的核心,学校管理层应从政策方面明确融合教学的重要意义,制定规划实现三维目标,校领导带动新课标实施开展,提供政策跟资源的保障支持,如划拨专项经费、改进教师培训体系,学校构筑多部门协作架构,整合各类资源产生协同效果,借助评估反馈改良顶层规划,保障融合教学顺利推进并维持可持续性,学校促进家校社协同联动,依托数字化平台进行数据共享与监测,为德育目标个性化设计提供科学层面的支撑。

2. 强化针对性:按照学生特质设计活动

在设计体育课德育活动时需顾及学生个体差异,结合不同年级、性别及心理特性,拟定分层次、多式

样的德育目标,就低年级学生而言,采用趣味接力赛、集体跳绳等游戏化活动培育规则意识与团队协作能力;就高年级学生而言,实施长跑、篮球比赛等挑战性项目强化抗挫折能力和责任观念。顾及到性别的差异,女生借助舞蹈、瑜伽项目培养自律性,男生借助参与足球、攀岩增强团队合作精神,采用运动 APP 和 AI 技术等数字化工具,老师可实时掌握学生所呈现的表现,给予个别化反馈并引导调整方针,把心理健康教育引入体育活动里面,像实施情绪管理训练、开展抗压体验游戏,增进学生心理韧性水平,依托精准化谋划,切实把德育教育融入体育教学,推进学生核心素养全面进步。

3. 发挥教师职能:教师培训及角色的转型

处于体育健康教育与德育教育相融合的背景之中,教师的转型跟培训是实现新课标目标的关键,教师要从仅传授单一技能转为引导综合素养的教师,需要接受系统性培训,改善德育意识与数字水平,培训内容应包含新课标核心要义、德育目标设计以及数字化工具的运用技巧,以协助教师把德育融入教学实践。教师要在课堂展现示范榜样作用,体现规则认知与责任担当,诸如运动 APP 和 AI 技术的数字化工具能为教师提供数据支撑,协助其精准评判学生表现,构建个性化德育方案,依靠这种转变,教师可实现新课标要求,又能推动学生核心素养的全面提升。

4. 重视沟通:构造多主体协同网络

于推动体育健康与德育教育融合的阶段,建立家校社协同网络是多方合作的核心点,学校凭借数字化平台(比如运动 APP、家校互动系统)创建即时数据同步机制,把学生体育表现、德育积分这类动态同步分享给家长和社会机构,家长利用平台查看孩子运动及品德的状况,一起商定个性化的德育目标,由社区的体育俱乐部、公益组织等资源提供课外实践项目,增强学生的规则责任意识,教师按时筹备家校互动活动,协助家长重视孩子心理韧性及抗挫折能力的培养,打造多主体协同体系,能冲破教育信息的壁垒,实现德育整体式融入。

5. 培养意志力:融入到心理健康教育里

为培养学生意志品质,把心理健康教育融入体育教学是实用途径,可设计像长跑、攀岩这种挑战性活动,让学生冲破困难阻碍,强化面对挫折的能力与心理韧劲,采用运动 APP 和 AI 等数字化器具,实时跟进学生心率及情绪数据,为教师规划个性化心理健康干预方案提供佐证。采用游戏化授课提升学生兴趣,让学生在团队协同中培养规则意识与自律水平,把心理健

康教育内容跟体育活动融合起来,好似开展情绪管控的训练,增长学生情绪调节本领,教师需营造积极的课堂心理环境,引导学生面对挑战,推动其心理健康跟意志力协同推进。

6. 树立行为示范:借助榜样的那股力量

处于体育教学阶段时,教师跟体育明星的行为示范对学生德育培养功效显著,教师充当课堂的组织者,其言行在学生规则意识和责任感的认知上有影响,为让学生内化掉这些观念,教师呈现出公平竞争、团队协作及自律精神,获得无声滋润般的教育成效。作为公众人物的体育明星,其成功经历与职业素养能引发学生的积极情绪和进取动力,诸如运动 APP 和 AI 技术的数字工具可记录分析榜样行为,为学生呈现直观的学习样本,跟心理健康教育相融合,榜样力量可提升学生抗压以及情绪管理的能力,助力其实现全面成长。

7. 整合信息技术:数字工具支撑着德育开展

就体育教学领域而言,数字化工具为德育工作增添新技术支撑,依靠运动 APP 以及 AI 技术创建个性化德育评估与反馈机制,系统凭借传感器实时抓取学生运动数据,采用 AI 算法分析行为表现形成德育积分,架构由数据采集层、分析层和反馈层构成,分析层借助深度学习模型,依靠卷积神经网络(CNN)抓取运动特征,结合长短期记忆网络(LSTM)鉴别行为模式。反馈层按照分析所得结论制定个性化德育目标,通过 APP 传递即时的指导意见,若系统发觉学生在团队运动方面有良好协作能力,会奖励给学生德育积分,并推荐其出任团队领袖,该机制具备家校数据互通的支持能力,家长可凭借 APP 查看学生德育表现,进而参与目标设定,该设计加大了德育精准性与实际效能,为教师配备科学的评估手段,促进达成新课标三维融合培养的相关要求。

8. 行动研究循环:实施—评定—改良

处于行动研究循环的实施—评估—优化阶段,研究团队按照学期周期开展课堂实验,核实融合教学效果,教师按照学生运动能力、健康行为和体育品德的基线数据去设定个性化德育目标,利用数字化工具对学生表现进行动态跟踪,配合心理健康教育的干预措施调整教学策略。团队对学生的体育品德、抗挫折本领及社会情感能力实施量化测评,实验组学生在规则意识、团队协作和自律性方面的进步幅度明显比对照组更大,这些评估结果用以指导下一轮行动研究进程,完善教学方案及资源分配方式,搭建闭环的运转机制。

五、结语

体育健康教育与德育融合教学提高学生核心素养的成效十分显著,学生的运动能力高低、健康行为好坏、体育品德优劣、规则意识强弱和团队协作能力大小都有进步,但推进时存在教师德育素养不足、数字化工具运用不合理、家校社协同机制不完善等毛病,部分教师所设目标针对性欠佳,技术限制了线上德育的渗透。应进一步加强技术与教育结合,依靠 AI 精准支持个性化德育,完备家校社协同平台,把心理健康教育融入以增强学生抗压能力,教育工作者应把“三位一体”目标融入实践里,留意个体区分;政策制定者要搭建健全框架、深化教师培训、推动多方协同,各方合作发力推动学生核心素养全面成长。

参考文献:

- [1] 李彩霞,张爱忠,胡海斌.体育课堂德育渗透教学心理环境的教育行动研究[C]//《教师教学能力发展研究》科研成果集(第十六卷).江西省赣州市大公路第一小学;江西省赣州市西津路小学,2018:373-377.
- [2] 陈星.行动研究:当代德育研究的新思路[J].中学政治教学参考,2020(15):27-29.
- [3] 吴玉云.运用体验式教学培育中学生道德修养的行动研究[D].西北师范大学,2024.
- [4] 潘俊玲.德育无痕,润物细无声——探索有效德育教育重在“体验”的行动研究[J].好家长,2017(3):1.
- [5] 李培忠.树立新的德育理念开展德育行动研究[J].中小学校长,2008(5):24-25.
- [6] 秦红.项目融合化实施的德育研修模式以“区域性中小学德育主题网络课程开发的实践研究”为例[J].上海教育,2021(15):52-54.
- [7] 王昌胜,杨静.实践性研究(一):让教师更会做教师[J].湖北教育(政务宣传),2019,(6):63-65.
- [8] 李国宏.初中德育活动管理现状与对策研究[D].广西师范大学,2014.
- [9] 孙晓椿.心理游戏在初中思想品德课教学中的应用研究[D].内蒙古师范大学,2011.