

“立德树人”融入体育课堂实践研究

——基于学科核心素养

高源 艾想 朱迪 刘松岩 范晓迪

河北省唐山市古冶区金山实验学校

摘 要：本文对立德树人融入体育学科素养进行课堂实践研究，旨在提升体育课堂德育能力落实立德树人，结合体育核心素养促进学生的意志品质，致力于帮助学生扣好人生的第一粒扣子，在课堂中感受优秀品德的重要性，为立德树人融入体育课堂提供范本，提高教学成效推动立德树人在体育课堂中全面落实。

关键词：立德树人；体育核心素养；体育课堂

一、研究背景

2012 年首次提出要把“立德树人作为教育的根本任务”，2014 年立德树人根本任务首次明确写入我国的《关于全面深化课程改革 落实立德树人根本任务的意见》。立德树人既是中华优秀传统文化的传承，又是立足中国培养民族复兴新一代的教育，对教师队伍建设、新时代育人、形成良好社会风气有着重要作用^[1]。而体育作为一门重要学科需要坚持德育为先的指导思想，与传授理论知识和体育技能任务并驾齐驱，借助体育课堂的核心素养培养学生良好生活习惯，养成规则意识与法治观念，引导学生践行社会主义核心价值观，提高个人素养成为优秀的社会建设者和接班人^[2]。

查阅国内外相关文献其中关于核心素养的研究较多，在我国明确并细分核心素养后有关德育的文献也有不少。国内学者辛涛等提到我国的核心素养能够发展学生的终身素养，促进学生终身发展^[3]。而国外作者 Peter J. Aenold 在《Sport and Moral Education》的研究中进一步表明了体育运动作为道德教育不可或缺的一部分^[4]。目前将立德树人概念融入体育课堂的实践研究较少，本文发挥立德树人在教学中的核心作用，进一步提升德育融入体育教学，对实际教学效果以及问题进行剖析，对立德树人融入体育核心素养相关研究提供可借鉴的经验。

二、立德树人融入体育核心素养的意义

教学中常提到五育并举德育为先，体育核心素养中体育品德正是体育的德育切入口。掌握基本运动技能，为未来身体发展和日常生活运动打下基础为主，而立德树人的融入更深层地发掘出体育教学中的德育功能，在义务教学阶段正是学生观察、模仿、学习能力的重要阶段，德育的教育在此阶段有着必要性。依据《义务教育体育与健康课程标准（2022 年版）》（以

下简称《课标》）体育核心素养包括：运动能力、健康行为、体育品德。^[5]体育课堂的开展紧密围绕体育核心素养开展，设定其核心素养能够更加明确教学设计环节的意义，核心素养与立德树人融合的注重在运动中塑造积极的价值观念，令社会责任感并贯穿于学生体育学习的全过程，旨在培养适应终身发展的必备品格与关键能力。

三、体育的育人的特性

体育育人可以通过课堂融入生活，例如篮球的学习会在专门的篮球运动场地，场地设有中长线、端线、边线、三分线，通过了解场地布局来学习篮球比赛规则，而遵守规则正是体育品德中的内容之一。体育课程的游戏环节深受喜爱，游戏也被认为是体育的前身，如常见的老鹰捉小鸡游戏，在体育教学角度是“小鸡”在有限的范围内快速提升加速跑躲避“老鹰”，又如跳皮筋锻炼了四肢协调性与弹跳能力，在游戏中学生即可以通过自己努力拼搏获得好成绩，也能通过团结协作作为集体拿下荣誉，无论是奋勇拼搏还是团结友爱都是体育游戏中的重要组成。通过体育课让学生了解基本体育常识、养成体育锻炼习惯、健全人格品质，从而发展认知、情感、社会学等方面，体育运动技能和德育教育使人终身受益。

四、立德树人融入体育核心素养教学案例

本案例教学对象为水平二学生。通过跨学科结合提高学生对历史的了解，把融入立德树人的体育品德内容通过课上提问、交流、纠错等贯穿其中引导教学，在竞赛环节将技术动作进行复习与提升，并让学生感受到团结互助，顽强拼搏，培养其人格与爱国知识。

【教学目标】

运动能力：通过本节课学习使 85% 的学生掌握立定跳远动作要领，15% 的同学能够流畅完成动作，同

时发展腰腹及腿部的力量。

健康行为：通过本节课学习激发学生对跳远的兴趣，树立安全意识以及热爱运动的习惯。

体育品德：培养学生团结协作、吃苦耐劳、乐于助人、自尊自信的品质。

【教学重点与难点】

教学重点：双脚蹬地，收腹轻轻落地

教学难点：上下肢协调配合

【教学内容与过程】

（一）导入部分

1. 集合整队：师生问好，检查着装与人数，强调课堂纪律和安全事项。

2. 情景导入：教师激情讲述：“同学们，今天我们要化身小红军，重走长征路！在这段征程中，我们会遇到重重难关，需要用立定跳远技能跨越障碍，大家有没有信心完成任务？”激发学生斗志，随后以“行军”步伐进入场地。

（二）热身部分

1. 长征行军热身跑：学生模仿红军行军，绕操场慢跑，过程中穿插“躲避敌人空袭”（快速变向跑）、“穿越草丛”（高抬腿跑）等动作活动身体关节。

2. 战地热身操：配合《红星闪闪》音乐，开展“枪支保养”（肩部绕环）、“战地侦查”（转颈运动）、“跨越壕沟”（弓步压腿）等热身动作，充分活动全身肌肉，为训练做准备。

（三）基本部分

1. 长征第一关：四渡赤水（动作讲解与分解练习）

动作示范：教师化身“指挥官”，讲解：“红军战士们，四渡赤水需要灵活跳跃，我们先学习立定跳远动作！”随后进行完整示范，强调预摆时手臂后摆、屈膝降重心，起跳时手臂前摆、蹬地有力，腾空时收腹举腿，落地时脚跟先着地、屈膝缓冲。

分解练习部分：

预摆练习：学生原地站立，双臂前后摆动配合屈膝，体会发力节奏，教师喊口令“一摆二蹲三起”，纠正错误动作。

起跳练习：学生在垫子上练习起跳，目标跳过标志线，重点感受蹬地力量，教师指导蹬地角度和力度。

2. 长征第二关：飞夺泸定桥（完整动作练习）

情景设置：用体操垫模拟“河流”，间隔摆放的标志盘作为“桥板”，学生需立定跳远依次通过“桥板”。

分组练习：学生分成4~5人小组，依次挑战“飞夺泸定桥”，组内成员相互观察、提醒动作要领，教师巡回指导，对动作规范的小组授予“先锋队”称号。

3. 长征第三关：翻雪山（强化训练）

难度升级：在“飞夺泸定桥”基础上，增加“雪山高度”，设置不同距离标志线，学生根据自身能力选择挑战，跳过对应距离可获“勇敢小红军”贴纸。

个别指导：针对动作不规范或成绩不理想学生，教师单独辅导，分析问题并提供改进方法，如加强摆臂练习、调整起跳角度等。

（四）巩固提高部分

1. 长征接力赛

规则讲解：将学生分成若干小组，每组学生依次完成“四渡赤水”（立定跳远过垫子）、“飞夺泸定桥”（跳过标志盘）、“翻雪山”（挑战远距离跳远）任务，完成后击掌接力下一位同学，率先完成的小组获胜。

比赛进行：教师担任“战地记者”，实时播报比赛进程，营造紧张氛围，鼓励学生为团队荣誉拼搏，赛后为获胜小组颁发“长征胜利勋章”。

2. 长征知识问答穿插

在比赛间隙，提问长征相关知识，如“长征起点和终点在哪里”“长征途中还有哪些著名战役”，答对可为本组加分，实现体育与历史知识融合。

（五）结束部分

1. 战地放松：播放舒缓音乐，教师带领学生进行“战地休整”放松活动，如“伤员包扎”（拉伸手臂）、“营地休息”（仰卧抬腿放松腿部），缓解肌肉疲劳。

2. 课堂总结：教师总结：“今天大家都是英勇的小红军，用立定跳远技能克服了长征路上的困难，更重要的是体会到了红军坚韧不拔的精神。希望大家在今后学习生活中，也能发扬这种精神，战胜一切挑战！”

3. 布置作业：鼓励学生回家后与家人分享长征故事，继续练习立定跳远，下节课展示成果。师生道别，组织回收器材。

五、如何将立德树人融入核心素养

（一）教学设计结合《课标》立德树人

教学设计根据《课标》体育教学核心素养要求设计融合立德树人的目标，其内容既要符合社会主义核心价值观，还能够实现体育与德育、智育、美育、劳动教育的结合。在核心素养的体育品德方面强调顽强拼搏的个人意志、遵守规则、尊重对手、公平竞争，同时具有团队意识。课程环节上还要根据其学段学生的生理特点、心理特点、社会发展特征进行合理安排。在案例中依据《课标》要求合理设计教学目标，动作技术与国防教育跨学科融合，使学生在练习过程中体会红军长征精神热爱祖国，教学过程加强练习密度，竞赛强调团结一致增强集体荣誉感。

（二）把握教育机智引导立德树人

通过设计的核心素养根据不同项目进行有针对性的教学渗透。体育分类众多，既有团体项目的足、篮、排球，也有个人竞技的田赛和径赛。立德树人在不同项目中可以根据项目特点进行融合，例如在篮球教学中体育品德设计为：能够在练习和比赛中增强团队凝聚力，学会克服困难的品质。篮球作为多人参与项目强调团队意识，鼓励学生相互配合提升社交属性，同时篮球作为复杂技战术的对抗性体育项目，会出现身体触碰和错失投篮时机现象，这就需要在教学过程中教师对其进行正确的引导，使学生能尊重对手对抗而不是产生负面情绪，对错失的机会激励自己更加专注而不是怨天尤人，明确团队集体精神通过行动将立德树人在日常学习过程中结合实际情况渗透。

（三）走进生活实践感受立德树人

教育没有空间限制，从课堂内学习的内容带入到生活中体会，令学生感受会更加深刻。体育课堂中积极认真练习的同学、乐于助人的同学、维护比赛规则力求公平的同学都是教学中值得其他同学学习品德优良的榜样，可以让学生在课堂中评选“道德风尚小队长”，鼓励学生向其看齐。课堂外可以让学习寻找生活中的体育榜样，可以是坚持锻炼跳广场舞的中老年人，也可以是在奥运会上顽强拼搏的健儿，还能是不畏艰难过雪山的红军。让学生在课堂内外接触的事物感受到体育品德对生活的影响，让生活中处处有体育处处有素养。

六、结语

目前将理论层面的学科核心素养转化为体育课堂实践的案例较少，同时因学生个体差异、环境差异等不能一裹论，所以需要从实际出发因材施教调整教学设计。将立德树人融入体育学科素养是教学实践中的一次新尝试，通过对《课标》的深度学习结合实际在体育教学中结合跨学科进行教学，将立德树人落实到体育核心素养中，使立德树人的目标得以实现。同时积极探索与学科核心素养相适应的新的教学策略与方法，让立德树人与体育教学有机融合，从而提升体育课堂效果。

参考文献：

- [1] 赵洁. 习近平“立德树人”教育观研究 [D]. 新疆师范大学, 2021.
- [2] 汪丽萍. 立德树人背景下小学体育教育中渗透德育教育的途径研究——以贵阳市观山湖区为例 [D]. 西南大学, 2023.
- [3] 辛涛, 姜宇, 刘霞. 我国义务教育阶段学生核心素养模型的构建 [J]. 北京师范大学学报 (社会科学版), 2013(1): 5-11.
- [4] Peter J. Aenold. Sport and Moral Education [J]. Journal of Moral Education, 1994, 23(1): 75-89.
- [5] 中华人民共和国教育部. 《义务教育体育与健康课程标准》(2022年版) [M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2022.