健康中国背景下大学生体育核心素养的培养研究

耿红霞 白彩琴 刘春霞 杨杰 马娇

(山西大学商务学院体育学院 山西 太原 030031)

摘要：本文基于《“健康中国 2030”规划纲要》的核心思想，采用文献资料、逻辑分析等方法，对当前大学公共体育课开展的现状和今后发展的趋势进行分析。并结合核心素养的具体内容，从大学公共体育课开展的现状和发展趋势以及大学生体育核心素养的培养研究两大方面进行分析，得出：应建立和完善大学公共体育教学目标；构建具有体育核心素养的教学内容；积极提高大学体育教师自身核心素养；并完善大学公共体育考核评价制度。为今后培养具有体育核心素养的大学生，提供一些理论依据。

关键词：健康中国；大学生；体育核心素养；培养；

1.研究目的

2016 年10月，中共中央、国务院发布了《“健康中国2030”规划纲要》。从出台的《“健康中国 2030”规划纲要》中我们能够看出，健康促进工作已经上升到了国家层面。这份文件体现了党的十八届五中全会精神，体现了党和国家对人民健康的重大关切,体现出了我国为全球健康治理、争取实现可持续发展贡献力量的决心[1]。纲要中明确指出，把健康放在优先发展的战略地位，将健康教育纳入教育体系，把健康教育作为所有教育阶段素质教育的重要内容[2]。2016年10月，中国学生发展核心素养正式发布，意味着我国课程与教学改革即将进入新的发展阶段。核心素养是对素质教育内涵的丰富和发展，它贯穿于各学段，体现在各学科，最终落实到学生身上[3]。大学生要想以后能够适应社会发展的步伐，必须具备较强的核心素养能力。因此，大学公共体育课如何教学，值的我们深思，它不仅要提高学生的运动技能，还要培养学生的健康行为和不怕吃苦、勇于挑战、自尊自信和坚韧不拔的体育品德精神。所以，大学公共体育课要改变以往的传统教学方式，将体育核心素养的内容纳入到教学目标、教学内容和考核评价中。不仅要“育体”，更要“育德”，在增强学生体质和运动技能的同时，还要增强学生健康行为和体育品德的养成，真正落实学校体育的育人价值。

2.大学公共体育课开展的现状和发展趋势

2.1大学公共体育课开展的现状

大学公共体育是学生接受学校体育的最后一个阶段，也是培养学生自主学习、健康行为和终身体育意识最重要的阶段。而目前，大学公共体育课开展的并不完善，受传统学校教育机制的影响，大学体育的教学定位主要是以大学生体质健康、体育公共基础课、体育选项课和课外体育活动为主。总的来说，这样的教学定位，只是让学生学会了不同运动项目的技术和战术动作，和小初高的体育教学形式没什么两样，不一样的是在不同的阶段学习运动项目不同。大学体育应该是一个质和量的升华，不是只停留在运动技术的学习上，在当前健康中国战略不断推进的时代背景下，大学公共体育的教学目标和教学内容，不仅要注重学生的各项运动技能的培养，还要重视大学生形成自主学习、文明礼貌和勇敢挑战的精神。

2.2 大学公共体育课发展趋势

我国发布的《中国学生发展核心素养》中明确指出了，学生应具备能够适应终身发展和社会发展需要的必备品格和关键能力[4]。核心素养一提出，引起了各大学科的广泛关注，学者们对核心素养也给出了明确解释，是个体在日益复杂的信息社会中，面临多变的生活情境时，能够用自身掌握的知识、能力等着实解决问题的一种必备品格。核心素养是一个终身持续发展的过程，它培养于学校，完善于生活和工作中。而体育核心素养是核心素养的一个重要学科分支，是指学生通过学校体育和参加日常身体锻炼，形成终身体育锻炼的意识，符合和适应社会发展需求的体育品格和能力，主要包括运动技能、健康行为和体育品德三个方面的内容体系[5]。既追求学生运动技能的掌握，还要重视学生在参加比赛时，做到团结合作、尊重对手和尊重裁判等的品德精神。从以上核心素养和体育核心素养的概念里，我们可以把大学生体育核心素养理解为大学生在接受大学公共体育课程的学习中，形成能够适应个人终身发展和社会发展所需要的必备品格和关键能力。发展学生核心素养是今后大学公共体育教学内容改革的必然趋势，不仅要改变运动技术与知识的传授，还要强调学生运动参与体验和尊重学生情感需求的体育教学，弥补传统体育教学的不足，加大对体育核心素养能力的培养。

3.大学生体育核心素养的培养研究

3.1建立完善的大学公共体育教学目标

近年来，发展学生核心素养已成为教育改革的趋势，培养大学生体育核心素养也是大学公共体育课程改革的必然趋势和关键内容，把学生的自主学习、积极锻炼、体育文化和品德精神作为教育的核心内容。随着教育理念的变化和国家政策的发布，我国大学公共体育的发展，应向培养学生体育核心素养目标去发展。大学公共体育要严格依据健康中国2030规划纲要的内容和高等院校人才培养的目标，改变以往的传统教育方式，深化课程教学目标的改革，实现素质教育的理念，培养学生通过体育课的学习，获得运动知识和技能掌握；从运动技能学习上，获得体育情感和体育道德的提高；并让学生与社会生活建立联系，为他们今后形成终身体育打好基础。

3.2 建立具有体育核心素养的教学内容

当前大学公共体育课的教学内容，主要是以体育基础课和体育选项课为主。体育基础课是学校体育科室的领导和老师在人才培养方案里具体设定的课程，每个学校开设的课程都不一样，体育基础课一般是在大学一年级完成；而体育选项课是，根据学校体育教师的专业特色，在同一时间，不同的老师，开设多门体育课程，学生按照自己的兴趣和爱好，自主选择上课的时间和项目，这样的体育选项课一般是在大学二年级完成。这种“基础”+“选项”课的教学模式，看上去教学内容即丰富又人性化，满足了学生的不同喜好。但是，却忽略了学生体育核心素养的培养，在我国提倡学生核心素养的培养后，大学公共体育课应完善教学内容，在“基础”+“选项”课的教学模式上，增加社会责任的教学模式，如：自主学习、健康行为和体育品德等，真正把素质教育和体育核心素养落实到位。

3.3提高大学体育教师的核心素养

在大学公共体育教学中，体育教师是教育的核心支柱，是学生的引路人，要提高学生的核心素养首先应该先提高教师自身的核心素养，体育教师只有不断提升自身的素养，并在体育核心素养目标导向下创设一系列不同于以往的教学方法和教学情景，才能促进对学生体育核心素养的培养。教师课堂教学设计和教学内容创新，才能培养学生核心素养的形成，教师在课堂中多引导和帮助学生创设丰富的课堂情境，让学生在参与运动中体现自尊自信和自主学习的行为；在比赛中体现不怕失败、勇敢挑战、尊重队员和尊重比赛的品德素养。可见，教师核心素养在很大程度上决定了教学目标和教学内容的最终实现，是发展学生体育核心素养的根本保障。所以，体育教师除了应具备体育教学的专业知识和技能教学外，还应具有终身学习的观念和高尚的核心素养。

3.4 完善大学公共体育考核评价制度

教育的最终目的是让学生更好的成长，大学公共体育教育也不例外。根据发展学生体育核心素养的要求，把体育教学目标和教学内容构建成一个理论与实践，技能与身体素质相结合，从而更好地促进学生按照体育核心素养的方向来提高自己的能力和终身体育意识。所以，在整个考核评价中，不能单单局限于某一项运动的技术和套路动作是否规范流畅，更不能因为考试中有小小的失误，而影响考试成绩。大学公共体育应全面考核学生的身体素质和品德意识，把良好的体育品德精神和健康的行为习惯放在首要位子，考核大学生在体育学习中是否丰富了体育文化知识；在比赛中是否有不怕失败、积极进取、勇敢拼搏和团结合作的品德精神；是否对比赛中，激烈对抗产生的身体碰撞，能够以宽容大度的心态去面对；是否能够形成自主学习和终身体育锻炼的习惯；是否促进学生体育核心素养的形成和发展，这些都需要体育教师认真仔细的观察，并制定考核标准。

4.大学公共体育课的不足之处和改进措施

4.1不足之处

目前，大学公共体育课开设的课程非常丰富，但受传统教育的影响，从教学目标、教学内容、教学方法和考核评价上都偏离了素质教育，还是只停留在教师的教和学生的学的教学状态上。所以，这样的教学很难适应社会的发展。

4.2 改革措施

发展大学生体育核心素养是今后大学公共体育教学改革的必然趋势，不仅要改变运动技术与知识的传授，还要强调学生运动参与体验和尊重学生情感需求的体育教学。针对目前大学公共体育课受传统体育教学的影响，结合政策要求，培养具有体育核心素养的大学生，是目前教育的发展趋势，需要从教学目标、教学内容和考核评价中进行全面改革。

5.参考文献

[1]黎志容.“健康中国 2030”背景下学校体育教育的优化方略[J].广州体育学院学报,2019,39(1):122-124.

[2]王建伟.健康中国背景下我国学校体育发展的困境与出路[J].广州体育学院学报,2019,39(4):1-4.

[3]张细谦,张仕宜.核心素养导向下体育与健康课程实施路径的优化[J].体育学刊,2018,25(2):76-80.

[4]核心素养研究课题组.中国学生发展核心素养[J].中国教育学刊,2016(10):1-3.

[5]尚力沛,程传银.超越技能：基于发展学生核心素养的体育深度教学[J].沈阳体育学院学报,2018,37(3):96-103.

[6]彭国强,舒盛芳.美国国家健康战略的特征及其对健康中国的启示[J].体育科学,2016,36(9):10-19+27.

[7]刘国永.实施全民健身战略,推进健康中国建设[J].体育科学,2016,36(12):3-10.

[8]龙佳怀,刘玉.健康中国建设背景下全民科学健身的实然与应然[J].体育科学,2017,37(06):91-97.

[9]钟启泉.基于核心素养的课程发展:挑战与课题[J].全球教育展望,2016,45(01):3-25.

[10]谢燕歌,洪浩.普通高校公共体育课程教学指导思想探索与思考[J].北京体育大学学报,2014,37(01):94-99.

[11]张华.论核心素养的内涵[J].全球教育展望,2016,45(04):10-24.

[12]李承伟.我国中学体育教师核心素养研究[D].北京体育大学博士学位论文,2018,6.

[13]康喜来,李德武.“健康中国”背景下陕西省高校体育教育专业学生健康素养的培养策略[J].西安体育学院学报,2019,36(4):500-505.

[14]汤利军,蔡 皓.基于“立德树人”的我国青少年体育品德评价指标体系构建研究[J].武汉体育学院学报,2019,53(10):75-80.

[15]刘斌,张戈.“健康中国 2030”背景下学校体育的困境与对策[J].体育文化导刊,2019,4(4):6-11.

[16]Suroto,Khory,F.D.Core Competency Measurement Model for Prospective Physical Education Teacher[C].IOP Conference Series:Materials Science and Engineering,2017,180(1):12-181.

[17]Zhu,C,Wang,D.What key competencies are related to teachers' innovative teaching?[J].Asia-Pacific Journal of Teacher Education,2013,41(1):9-27.

[18]陈向明.教师最需要什么素养[J].中国教育学刊,2018(8):3.

[19]季浏.《“健康中国2030”规划纲要》的颁布为未来中国提供无限的想象空间—体育教师未来不再是“教书匠”[N].中国教育报,2017-01-06.

[20]吴海尧.教师的五大核心素养[N].中国教师报,2017-03-15(014).

基金项目：2018山西省教育科学规划课题,编号:GH-18177。

作者简介：耿红霞 (1981.02.20), 女,籍贯：山西省浑源,副教授，硕士。

研究方向: 体育教学、全民健身理论与实践。

工作单位：山西大学商务学院 单位所在城市： 山西太原 邮编：030031

通讯地址：山西省太原市武宿机场南山西大学商务学院体育学院

电话：13603564727 E-mail：[genghongxiajob@126.com](mailto:genghongxiajob@126.com)