

# “立德树人”理念下高职体育学科核心素养培养途径分析

张树勇

四川华新现代职业学院, 四川 成都

收稿日期: 2022年2月11日; 录用日期: 2022年3月11日; 发布日期: 2022年3月18日

---

## 摘要

“核心素养”是新时期素质教育模式对学科教学所提出的培养目标,而“立德树人”则是将德育渗透于学科教学当中,可以说是培养核心素养的一种体现。从“核心素养”和“立德树人”的角度来看,高职体育学科也在面临全新的转型。为了有效地促进教学改革目标的实现,推行“立德树人”理念下高职体育学科核心素养培养,本文特针对这一课题进行分析。从高职体育教学理念、教学模式等多个角度展开讨论,提供一些切实可行的方案。

## 关键词

立德树人, 高职体育学科, 核心素养, 培养途径

---

# Analysis of the Ways to Cultivate the Core Accomplishment of Physical Education in Higher Vocational Education under the Concept of “Cultivating Morality and Cultivating People”

Shuyong Zhang

Sichuan Huaxin Modern Vocational College, Chengdu Sichuan

Received: Feb. 11<sup>th</sup>, 2022; accepted: Mar. 11<sup>th</sup>, 2022; published: Mar. 18<sup>th</sup>, 2022

## Abstract

“Core literacy” is the training goal put forward by the quality education model in the new era for subject teaching, while “cultivating morality and cultivating people” is to infiltrate moral education into subject teaching, which can be said to be a manifestation of cultivating core literacy. From the point of view of “core literacy” and “cultivating morality and cultivating people”, higher vocational sports disciplines are also facing a brand-new transformation. In order to effectively promote the realization of the goals of teaching reform, and promote the cultivation of core literacy in higher vocational sports under the concept of “cultivating morality and cultivating people”, this article specifically analyzes this topic. Discuss from multiple angles such as higher vocational sports teaching concepts and teaching modes, and provide some practical solutions.

## Keywords

Cultivating Morality and Cultivating People, Higher Vocational Physical Education, Core Literacy, Training Way

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

在《中国学生发展核心素养》这个框架下，人才的核心素养受到极大关注[1]。对学生核心素养的培养，这也是教学改革的一个重要目标。在学科教学当中，落实德育方面的渗透，这体现了对核心素养的培养需要。高职体育教学承担着帮助学生强身健体，培养他们良好的身体素质、身体协调能力及团队合作精神等功能。在“立德树人”理念下，高职体育学科的核心素养培养应当怎样开展，以符合新时期的人才培养需要？本文接下来便谈论这个课题。

## 2. 高职体育学科核心素养的要点

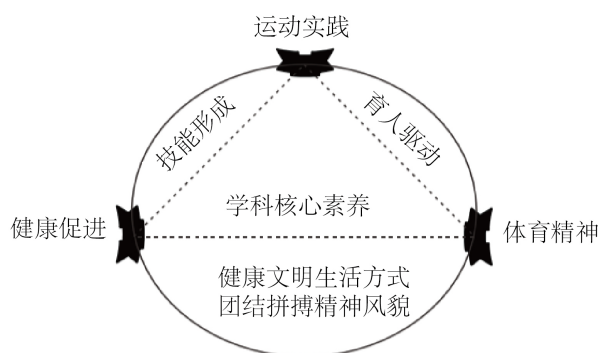
习近平总书记在十九大报告上，专门提出了以“全民健身”为中心的“大众体育”和以“健康中国”为中心的“体育强国”等体育发展战略。可以说，今后在高职体育学科的培养机制当中，也要围绕着“全民健身”及“大众体育”等目标来展开教学，以培养学生的核心素养。

体育核心素养的体系，主要囊括了体育知识、体育技能、体育过程、体育方法以及情感态度价值观等多方面。不论是在哪个学段，它对于学生的身心成长来说，体现了最为直接与显著的价值，是确保学生的身心得到正常、健康的成长的重要前提。它主要围绕着两方面的价值开展：

一是学生在身体形态、身体机能方面的成长完善。学生在教师的指导下参与体育锻炼，使他们的体能得到显著增强，提升他们的身体健康程度。

二是学生在体育意识、体育行为方面得到明显成长。学生在长期而持续的体育锻炼当中，对自己的身体发育产生正确的认知，对身体活动、身体健康树立起正确的观念。一方面提升他们的保健意识，另一方面将保健意识升华为正确的生活习惯与健康的生活方式。

在高职教学中，在“立德树人”教育要求的引领下，运动实践、健康促进、体育精神 3 大学科核心素养要点在促进学生综合素质提升进程中有着清晰的结构特征，如图 1 所示。



**Figure 1.** Structure of core quality of physical education for Higher Vocational Students

**图 1.** 高职学生体育学科核心素养结构

### (一) 运动实践

运动实践包括运动能力与运动习惯。运动能力是指学生在体育常识、运动技能以及健康常识等理论要素方面的获得及转化等。它需要学生具备一定的体育思维能力、体育理论理解能力和对体育学科的感悟。培养运动能力是提升学生身体素质必要条件。体育核心素养则要求学生建立运动习惯的意识，运动习惯主要是指通过体育锻炼从而产生良好的行为倾向，比如每天打一小时乒乓球，每天坚持跳绳跑步等，这些都是良好的运动习惯。

### (二) 健康促进

健康促进包括健康知识与健康行为。健康知识主要是关于体育运动的一些健康常识，包括在各类运动中常见的损伤以及预防措施、科学健身的方式方法以及安全防范和自我保护知识。健康行为主要是指有利于自身健康的良好习惯和行为举止等，例如在运动之前做好充分的准备活动，避免因突如其来的剧烈运动而让身体受伤等行为。

### (三) 体育精神

体育精神包括体育情感与体育品格。体育情感主要是指通过体育项目的学习而热爱体育。体育品格主要是指学生通过长期的、有效的体育锻炼而形成的良好精神品质，包括顽强拼搏的精神、善于合作的能力、遵守规则的意识以及坚持不懈的精神等。

## 3. “立德树人”理念对高职体育核心素养培养的重要价值

“立德树人”具体来说是在体育课程当中渗透德育，它需要教师在体育教学当中，做到“德育优先”，对学生的身心进行合理的塑造作用，使他们的身心得到健康成长，成为新时期合格的社会主义接班人。实际上，在体育教学当中有着很多对德育具有重要导向价值的资源，只是在过去的教学理念当中，这些资源的价值没能得到重视，没能得到充分的发挥。因此，根据教学改革的具体要求，今后在高职体育教学当中，需要充分地重视和利用其中的德育资源，把德育贯穿于高职体育的自始至终，真正意义上做到“立德树人”。

其实，根据本文第一节所进行的分析，“立德树人”与体育核心素养具有高度的契合性。既是体育核心素养的培养目标之一，也是培养体育核心素养的重要手段。比如，学生的运动认知、健身实践当中所包含的态度、动机和价值观等都需要对学生的思想观念和思维认知同步进行充分的塑造，才能够让他们懂得为什么要坚持体育锻炼，通过体育锻炼需要让自己的身心得到哪些方面的提高等。同时，在体育教学当中通过一定的价值观塑造，让他们真正地做到“野蛮其体魄，文明其精神”，以体育教学为载体

让学生的身心得到全方位的完善，让高职的体育教学发挥出更为重要的价值。

从上述角度来看，在高职体育核心素养培养当中，落实“立德树人”理念的重要价值在于：

### （一）帮助学生懂得坚持进行体育锻炼的重要性

在高中阶段，学校的管理比较严格。比如除了体育课程之外，基本上每天都有课间操和眼保健操，对于住校的学生还会安排早操等。因此学生一般来说都会参与到体育锻炼当中。而学生进入大学之后，管理上比高中要宽松了许多。一些自觉性较差的学生往往容易放纵自己，不再重视体育锻炼。一些学生沉迷于网络游戏，缺乏体育锻炼。一些学生习惯于睡懒觉，甚至连正常的课程都要逃课，更不用说去主动进行体育锻炼了。虽然学校也会安排体育课，但一方面想要光靠体育课来达到健身的效果是不够的，另一方面如果学生没有主动去进行健身的意识的话，那么体育课的教学效果也是难以得到保证的。

现在，不少年轻人的身体都亮起了“亚健康”的“黄灯”。有的年纪轻轻就出现“三高”，有的出现身体肥胖，体重超标……这种状况若是不得到改观的话，会影响到国民的整体身体素质。而“亚健康”现象的产生，这除了同当代的快节奏生活方式所带来的生活压力之外，也同不少人平时缺乏锻炼有关。而身体锻炼必须从学生时代开始抓起，从学生时代就要养成积极锻炼身体的意识。事实上，积极进行健身锻炼，帮助学生形成良好的身体素质，将来才他们才能够承担繁重的生活压力，胜任繁忙的工作，应对家庭的重担。尤其是从高职的培养目标来看，学生将来主要从事的是动手类、实操类的技术工人岗位。对比起白领来说，这类岗位更需要具有良好的身体素质才能够胜任。同时，当全民的身体素质都有了提高，还可以有效地减轻国家的医保负担。从以上角度来看，通过在职体育当中进行“立德树人”，渗透德育，能够帮助学生懂得坚持进行体育锻炼的重要性，使他们懂得体育锻炼不仅有利于自己阶段性的身体素质提高，而且同自己长远的发展来说也是密不可分的。从个人和家庭的角度来说一个良好的身体素质才能承担繁忙的工作压力和家庭事务；从社会和国家的角度来说，现阶段我国正处于中国特色社会主义新时代，需要一批朝气蓬勃、能吃苦耐劳的工业建设人才。良好的身体素质能够保证在工作中和事业上游刃有余。事实上，当学生懂得了进行体育锻炼对自身、对社会、对国家来讲的重要性，他们才能有充足的动力去开展体育锻炼，改变过去那种懒于进行体育锻炼的习惯。从而通过持之以恒的体育锻炼，使自己的身心得到全方位完善，成为一个身体健康、意志坚韧、敢于吃苦、勇于拼搏的人，以适应未来激烈的社会竞争。

### （二）帮助学生建立起团队精神

当代社会是一个倡导团队精神的社会。而体育运动很多是以团队合作的形式出现的。不论是以各种形式的团体长跑活动，还是各种球类运动，还是团体操运动……一切都离不开团队合作的开展。在这些团体性的体育活动当中，学生需要具备严明的纪律性，需要与他人取得密切合作，需要具有一定的集体荣誉感，才能够有效地完成运动项目，相比之下即使学生本人的水平再高，但光靠一个人的单打独斗是难以完成的。因此，这是一个对团队精神的有效建构过程，是对学生的合作能力和集体荣誉感的培养过程。这种意义甚至超越了体育运动本身的意义，对于学生的长远发展来说具有重要的价值。同时，在教学当中，教师还可以通过对正反两种案例的对比，让学生明白，一个集体荣誉感强，善于通力合作的团队，才是一个拥有战斗力的团队。相反，一个集体荣誉感差，不能通力合作，各行其是的团队，也是不可能拥有什么战斗力的。尤其是当代的大学生很多都是独生子女，由于从小在家比较娇生惯养等因素，很多都自我意识比较强，但往往遇事难以站在他人的角度进行着想，集体荣誉感比较淡薄。而当教师从“课程思政”的角度，通过团体性体育教学的开展，从德育方面进行课程导入，有助于培养他们的团队合作精神，形成集体荣誉感和与他人进行合作的意识。

### （三）对学生进行爱国教育

“爱国主义教育”是“课程思政”当中非常强调的一个方面。而体育课堂同样是开展爱国主义教育

的重要载体。因为体育运动具有竞技性的特征，体育运动水平也代表着一个国家的实力。爱国主义情怀能够推动一个国家的体育发展。而当一个国家的体育实力取得了提高，又反过来能够促进国民的民族自豪感。这方面的教学资源教师不可小视。事实上，在我国体育运动的发展历程当中涌现了不少可歌可泣的事迹。在建国初期，以荣国团为代表的体育前辈们，用自己那孜孜以求的进取精神，为新中国的体育事业的奠基，为新中国体育事业在国际上的扬眉吐气，立下了汗马功劳。改革开放以来以顽强战斗和勇敢拼搏为代表的“女排精神”，以及后来的“奥运精神”，更是爱国主义精神在民族体育当中的重要体现。可以说，在民族体育当中体现出的淋漓尽致的爱国精神，流露出了中华民族那源远流长的家国情怀。为此，在体育教学当中，教师可以从“课程思政”的视角，结合新中国体育发展史上的先进事迹，来培养学生的爱国主义精神。

#### 4. “立德树人”理念下高职体育学科核心素养培养的培养方案

为实现学校体育“立德树人”根本任务，强化思政元素在高职体育课程中的融合[2]，作为高职体育教师，可以从下列视角来开展教学：

##### (一) 教师应当具备的基本素质

在“立德树人”的视角下，体育教师也要首先注重提升自身的素质。首先，教师要做到关怀学生、理解学生，尊重每一个学生的个体差异。由于学生之间在身体素质、身体机能和心理素质等方面也是不同的，所以教师不要忽视或歧视任何一个学生，而是要积极帮助所有的学生进行提高。比如在体操双杠教学当中，一些学生由于比较胆小或身体协调性相对不足等因素，往往缺乏勇气去参加训练，或者动作比较迟缓等。此时，教师就要对胆小的学生给予帮助，进行语言鼓励，使他们相信自己能完成动作。事实上，教师在对学生的尊重，本身也是德育的一种体现，能够让学生从中懂得尊重他人的意识[3]。

##### (二) 革新教育理念，树立科学的教学目标

在高职体育教学中，教师首先要革新教育理念，根据体育核心素养内涵树立科学的教学目标。在传统高职体育教学中，教学目标主要是增强学生的身体素质，让学生通过有效的体育训练获得耐力素质、柔韧素质、力量素质等各个方面的提升，而这样的教育目标显然已经无法适应新时代的人才培养需求。新教育形势下，体育教师应结合体育核心素养的内涵重新树立科学的高职体育课堂教学目标：培养学生体育兴趣，让学生喜欢体育且积极锻炼；让学生掌握丰富的体育知识并形成良好的运动能力；让学生养成良好的运动习惯和精神品质。正确的教学目标，为高职体育教学的高效、有序开展奠定牢固的基础。

##### (三) 发挥学生的主体性

在体育教学过程中，必须充分发挥学生的主体性。学生的主体性包括三个方面：一是自主性。学生在学习运动技能的过程中，要调动学生的自主性。让学生明白自己是作为具有独立意识的个体，需要有明确的学习目标和积极的学习态度。在教师的指导下独立地感知知识、学习运动技能，对自己的学习活动进行自我支配、自我调节、自我控制，让学生从“要我学”变成“我要学”，主动去进行体育锻炼；二是能动性。调动学生的能动性，能让学生根据课程的要求积极参与课程，并且表现出一定的自觉性，积极、主动地参与学习活动。不仅在体育课上积极学习，认真练习，课后还会合理分配时间，主动去进行运动技能的练习；三是创造性。具有创造性的学生，能够更好地掌握所学运动技能，积极思考以更有效、更合理的练习方法来掌握运动技能。同时，在战术方面，充分发挥学生的创造性，便能创造出更实用、更有效的战术方法。因此，充分调动、发挥学生的主体性，更有助于学生体育情感的丰富、运动技能的掌握、健康成长的促进，进而培养学生的体育核心素养。

##### (四) 培养学生的爱国精神

教师可以通过在课堂上播放微课视频、幻灯片等，让学生从建国初期、改革开放后以及当代这三个

阶段，分别结合具体的案例，了解到新中国体育史上的拼搏事迹和取得的伟大成就，让学生从中受到感染，培养他们的爱国精神。

## 5. 结束语

高职体育教学当中，以核心素养为导向来开展“立德树人”，落实课程思政方面的需求，这是新时期对高职体育教学改革的重要要求。这也意味着教师需要转换教学理念，改善课堂教学的模式，真正地把思政方面的元素落实于教学当中。

## 参考文献

- [1] 徐帅, 李浪. “立德树人”理念下高职体育学科核心素养培养途径分析[J]. 公关世界, 2021(22): 115-116.
- [2] 刘元强, 景怀国. “立德树人”理念下高职体育学科核心素养培养实践[J]. 工程技术研究, 2020, 5(21): 220-222.
- [3] 赵富学, 王云涛, 汪明春. 体育学科核心素养的研究进展及其启示[J]. 北京体育大学学报, 2019, 42(1): 128-137.