

基于智慧体育小学体育学科核心素养的“足球+” 教学模式探究

廖丽丽

江西省赣州市赣县区城关第四小学

摘要：在智慧体育蓬勃发展的时代背景下，小学体育教学正经历着深刻变革。本文聚焦于小学体育学科核心素养，深入探究“足球+”教学模式。通过对相关理论与实践案例的分析，阐述“足球+”教学模式的内涵、构建依据、实施策略以及实施效果，旨在为小学体育教学提供新的思路与方法，促进学生体育学科核心素养的提升，推动小学体育教学的创新发展。

关键词：智慧体育；小学体育学科核心素养；足球+教学模式

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2026.01.405

引言

随着信息技术的飞速发展，智慧体育应运而生，为小学体育教学带来了新的机遇与挑战。智慧体育借助物联网、大数据、人工智能等先进技术，实现了体育教学过程的精准化、趣味化和个性化，有助于提升体育教学质量和学生的运动体验。《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》明确了运动能力、健康行为、体育品德三大核心素养，给小学足球教学定了根本方向，而这些年逐步普及的智慧体育设备，刚好给我们破解教学痛点提供了抓手。本文就结合一线教学实践，谈谈怎么以核心素养为根本，以智慧体育为支撑，构建一套能落地、能见效的“足球+”教学模式，让足球课真正服务于每个孩子的成长。

一、核心概念的内涵厘清

在谈模式之前，得先把几个核心概念说清楚，不是为了堆理论，是为了避免教学里走偏。

首先是小学体育学科核心素养，这是我们所有教学的出发点和落脚点。说白了，它不是让孩子练出多高的足球技术，也不是拿多少比赛名次，而是三个实实在在的目标：一是运动能力，让孩子掌握足球的基本技能，提升体能，学会科学运动；二是健康行为，让孩子通过足球养成规律运动的习惯，懂运动防护、营养搭配，形成健康的生活方式；三是体育品德，让孩子在足球运动里学会遵守规则、团队协作、直面输赢、尊重他人，这也是足球运动最核心的育人价值。

然后是智慧体育，它不是我们公开课上用来炫技的道具，也不是买几个智能手环、装一套动作捕捉系统就完事了。对小学足球教学来说，智慧体育的核心是用数字化工具，解决我们一线教学里靠人力解决不了的问题：比如一个老师带40个孩子，没法同时纠正每个人的踢球动作，没法精准掌握每个孩子的运动强度，没法完整记

录孩子一学期的成长变化，而这些，智慧体育工具都能做到。它的本质是给体育老师当助教，帮我们减负增效，让教学更精准、更贴合每个孩子的需求。

最后是“足球+”教学模式，这里的“+”，不是简单地把足球和篮球、田径这些运动项目凑在一起，更不是给足球课加一堆花里胡哨的环节。它是以足球运动为载体，围绕三大核心素养，把技能教学、健康管理、品德培育、跨学科学习、家校协同这些内容融合在一起，打破传统足球课只练技术的局限，让足球课从“教孩子踢球”变成“用足球育人”。而智慧体育，就是把这些“+”的内容真正落地的支撑。

二、当前小学足球教学的现实困境

这些年接触了周边十几所小学的足球教学，发现大家面临的问题大同小异，这些问题不解决，再好的理念也落不了地，核心素养更是无从谈起。

第一，教学目标严重跑偏，和核心素养脱节。绝大多数小学的足球课，目标只停留在技术层面，一堂课下来就是教传球、射门、颠球，期末考核也只看颠球数量、绕杆速度，完全忽略了健康行为和体育品德的培养。很多老师教了一学期足球，没给孩子讲过运动前怎么热身、运动后怎么放松，没教过崴脚了怎么应急处理，更没在比赛里引导孩子怎么面对输球、怎么和队友配合。足球课变成了单纯的技术训练，完全丢掉了育人的核心。

第二，教学模式固化，一刀切的问题特别突出。同一个班级里，有的孩子在校外培训机构练过足球，基础很好；有的孩子连足球都没碰过，连球都控不住。但我们的足球课，往往是全班孩子练一样的内容，基础差的跟不上，越学越没信心；基础好的觉得太简单，越学越没兴趣。一个体育老师带40多个孩子，根本没法给每个孩子制定个性化的训练计划，只能照着中间水平教，最后两头都顾不上。

第三，教学评价单一，只看结果不看过程。现在的足球课评价，基本就是期末考几项技术指标，给个分数就完事了。孩子这一学期有没有养成运动习惯，有没有学会遵守规则，有没有从怕输变得敢直面挫折，体能有没有稳步提升，这些核心素养的内容，完全没有纳入评价。而且评价全靠老师的主观判断，没有客观的数据支撑，孩子也看不到自己的进步，慢慢就失去了对足球的兴趣。

第四，智慧体育设备闲置，和教学两张皮。现在很多小学都配了智能手环、动作捕捉一体机、智慧体育平台，但绝大多数时候，只有上级检查、上公开课的时候才拿出来用一下，平时根本不进课堂。一方面是很多体育老师年龄偏大，对数字化设备接受度低，不会用、不敢用；另一方面是不知道怎么把这些设备和日常足球教学结合起来，只会用它测个跑步速度、记个心率，完全没发挥出智慧体育的真正价值，花了不少钱买的设备，最后成了摆设。

第五，家校协同严重缺位，足球教学只局限在校园里。很多家长觉得，踢足球就是玩，会耽误孩子学习，不支持孩子课后踢球；还有的留守儿童，跟着爷爷奶奶生活，根本没人陪着孩子运动。足球课一周只有两节，孩子在学校学的内容，回家根本没法巩固，更别说养成规律运动的习惯了。老师和家长之间，关于孩子足球学习的沟通几乎为零，家校之间的壁垒根本打不通。

三、基于智慧体育与核心素养的“足球+”教学模式构建

结合这些年的一线实践，我们围绕三大核心素养，以智慧体育为支撑，构建了一套“五维融合”的“足球+”教学模式，这套模式没有复杂的理论，都是普通小学能直接落地的方法，核心就是让足球课回归育人本质，让每个孩子都能在足球运动里有所收获。

（一）“足球+”分层技能教学，夯实运动能力核心素养

运动能力是核心素养的基础，而分层教学，就是解决一刀切问题的核心，智慧体育则给分层教学提供了精准的支撑。

我们的做法是，每学期开学第一节课，先用智慧体育设备给孩子做一次全面的基础测评：用智能手环测孩子的静息心率、心肺耐力、体能情况，用动作捕捉系统测孩子的球感、基础传球、带球动作，再结合孩子的足球基础、运动兴趣，把孩子分成三个层级：基础组、提升组、精英组，每个组的教学目标、训练内容完全不同。基础组的孩子，重点练球性、原地传球、带球走这些基础内容，先让孩子敢碰球、会控球；提升组的孩子，重点练移动传球、绕杆带球、射门这些进阶技能；精英组的孩子，重点练团队配合、战术跑位、小型比赛。

在课堂教学中，智慧体育的作用更是无处不在。教传球、射门动作的时候，我们用动作捕捉系统，把标准动作和孩子的动作实时对比，哪里摆腿不对、哪里发力有问题，屏幕上一目了然，孩子自己能看到，老师也能精准纠正，不用再一个一个孩子去掰动作。训练的时候，每个孩子都戴着智能手环，我们在后台能实时看到每个孩子的心率、运动强度，避免基础弱的孩子运动过量受伤，也能提醒基础好的孩子达到足够的训练强度，真正实现了“练有所得”。

我们还会用智慧平台，把每个孩子每节课的训练数据、动作改进情况都记录下来，孩子随时能看到自己的进步，比如这个月颠球从5个涨到了20个，绕杆速度快了3秒，这种看得见的成长，比老师的一百句表扬都管用，孩子的运动兴趣自然就提上来了。

（二）“足球+”健康管理，落地健康行为核心素养

健康行为的培养，是传统足球课最容易忽略的部分，而“足球+健康管理”，就是把健康知识融入足球教学的全过程，用智慧体育让抽象的健康知识变得可感可知，让孩子真正学会科学运动，养成健康的生活习惯。

我们会在足球课里，融入运动营养、运动防护的内容。比如用智慧平台的动画，给孩子讲踢足球的时候怎么补水，运动前吃什么能补充能量，运动后怎么补充营养；用VR模拟运动损伤的场景，教孩子崴脚了怎么冷敷、怎么处理，摔倒了怎么保护自己。每学完一个知识点，我们会用智慧平台出简单的测试题，孩子做完就能知道自己哪里没掌握，老师也能及时补充讲解。

更重要的是，我们会用智慧体育平台，给每个孩子生成个性化的运动处方。比如体能弱的孩子，我们会给他们制定居家的辅助训练计划，比如每天10分钟的核心力量练习、协调性练习；体重超标的孩子，会结合足球运动，给他们制定运动和饮食的建议。孩子在家完成训练，用平台打卡，老师能实时看到，及时给孩子反馈，慢慢帮孩子养成规律运动的习惯，把健康行为从课堂延伸到日常生活里。

（三）“足球+”品德浸润，培育体育品德核心素养

体育品德是足球运动育人价值的核心，它不是靠老师在课堂上喊口号“要团结、要守规则”就能培养的，必须融入到足球教学的每一个环节里，而“足球+品德浸润”，就是把品德培养和足球运动结合起来，用智慧体育做过程性的记录和引导，让体育品德真正内化到孩子的心里。

我们的做法是，把每一节足球课都变成品德培养的场景。比如在团队训练里，我们不用进球数作为唯一的评价标准，而是用智慧平台记录每个孩子的传球次数、防守次数、给队友的帮助次数，让孩子明白，足球是团

队运动，不是一个人的表演。在小型班级联赛里，我们设置了专门的品德评分项，有没有遵守规则、有没有服从裁判、有没有主动扶起摔倒的对手、输了球有没有抱怨队友，这些内容，老师和同学都能在智慧平台上实时记录，纳入孩子的综合评价。

我们还会用VR技术，模拟各种比赛场景，比如裁判员判罚有误怎么办，对手故意犯规怎么办，比赛大比分落后怎么办，让孩子在模拟场景里做出选择，老师再引导孩子学会尊重、学会抗挫、学会正确面对输赢。很多以前输了球就哭、就抱怨队友的孩子，慢慢学会了赛后和对手握手，学会了给队友加油，这就是体育品德最直观的体现。

（四）“足球+”跨学科融合，拓展素养培育边界

小学教育是一个整体，体育从来不是孤立的学科。“足球+跨学科融合”，就是把足球教学和语文、数学、科学、美术这些学科结合起来，用智慧体育搭建融合的平台，让孩子在足球运动里，不仅提升体育素养，也能带动其他学科的学习，实现全面发展。

比如和语文结合，我们会让孩子写足球日记，记录自己的训练感受、比赛故事，写班级联赛的通讯稿，用智慧平台分享优秀的作品；和数学结合，我们会让孩子算射门的角度、带球跑的速度、班级联赛的积分排名，用动作捕捉系统记录球的飞行轨迹，让孩子直观理解速度、距离的概念；和科学结合，我们会给孩子讲足球里的力学知识，为什么弧线球会拐弯，为什么头球要注意发力角度，用慢动作回放给孩子看，让抽象的科学知识变得通俗易懂；和美术结合，我们会让孩子设计自己的队徽、足球海报，用智慧平板创作，然后贴在教室里，打造班级足球文化。

我们还会开展项目式学习，比如“我们的班级足球联赛”项目，让孩子分成小组，分别负责赛事策划、宣传推广、积分统计、裁判工作，全流程用智慧平台协作，孩子在这个过程中，不仅练了足球技能，也提升了表达能力、协作能力、解决问题的能力，真正实现了五育融合。

（五）“足球+”家校协同，延伸素养培育场景

足球核心素养的培养，不能只靠学校里的两节课，必须打通家校之间的壁垒。“足球+家校协同”，就是用智慧体育平台，搭建起学校和家庭之间的桥梁，让家长参与到孩子的足球学习里，改变家长的观念，让足球运动走进孩子的家庭生活。

我们会设计亲子足球游戏，比如亲子颠球、带球绕障碍、家庭足球挑战赛，用智慧平台发布任务，家长和孩子在家完成，拍视频打卡，老师会给每个家庭点评，定期组织线上亲子足球赛。就算是留守儿童，爷爷奶奶也能陪着孩子完成简单的任务，不用有专业的足球基础，

就能让孩子在家庭里感受到足球的乐趣。同时，我们还会在平台上给家长推送足球教育的相关内容，告诉家长足球运动对孩子性格、体能、专注力的好处，教家长怎么陪孩子运动，怎么引导孩子正确面对输赢，真正形成了家校协同的育人合力。

四、模式的配套评价体系

教学模式要落地，必须有配套的评价体系。我们打破了传统只看技术结果的评价方式，围绕三大核心素养，结合智慧体育的过程性数据，构建了“多维度、全过程、多元化”的综合评价体系。

在评价维度上，我们分成了三大板块，完全对应核心素养：运动能力维度，占比40%，包括基础技能、体能提升、课堂训练完成情况，数据全部来自智慧平台的过程性记录，不是只看期末一次考试；健康行为维度，占30%，包括热身放松的完成情况、健康知识掌握情况、居家运动打卡情况、运动习惯的养成；体育品德维度，占30%，包括规则意识、团队协作、抗挫能力、尊重他人的表现，来自老师评价、同学互评、家长评价。

在评价方式上，我们用的是过程性评价和终结性评价结合，多元化评价主体结合。智慧平台会完整记录孩子一学期的所有学习数据，期末的时候，会生成一份个性化的成长报告，不仅有各项数据的变化，还有老师的针对性建议，孩子能清晰看到自己一学期的成长，而不是只看到一个冰冷的分数。

结语

用足球这个载体，让每个孩子都能爱上运动，提升核心素养，养成终身运动的习惯，成长为身心健康、品格健全的人。基于智慧体育的“足球+”教学模式，技术只是工具，育人才是根本。我们会继续立足孩子的成长需求，用好智慧体育这个抓手，让足球课真正走进每个孩子的心里，让每个孩子都能在足球运动里，收获健康、收获快乐、收获成长。

参考文献

- [1] 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.
- [2] 季浏. 体育与健康学科核心素养培养的基本思路与策略[J]. 体育学刊, 2018, 25(03): 1-7.
- [3] 王健. 智慧体育背景下学校体育教学改革的路径与实践[J]. 体育学研究, 2021, 35(02): 78-85.

基金项目: 本文系2024年度赣州市教育信息技术研究2024年度课题《智慧体育背景下基于小学体育学科核心素养的“运动+”教学模式创新与实践研究》(课题编号: 2024-GZ-12209)的研究成果。