

智慧体育背景下基于小学体育学科核心素养的 “运动+”教学模式创新研究

杨建荣

赣州市赣县区稀金第二小学

摘要: 随着《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》全面落地,核心素养成为小学体育教学的核心导向,同时教育数字化转型推动智慧体育在中小学场景广泛普及。但当前小学体育教学仍面临核心素养落地悬浮化、教学模式同质化、智慧设备应用形式化、学科育人孤立化等现实痛点。本研究结合智慧体育的技术优势,构建以核心素养培育为根本目标的“运动+”教学模式,从跨学科融合、个性化分层、场景化延伸、多元化评价四个维度实现教学创新,破解传统体育教学的固有局限,为小学体育教学高质量发展提供可落地的实践路径。实践表明,该模式能有效提升学生运动兴趣与体能水平,推动运动能力、健康行为、体育品德三维核心素养的全面落地,真正实现体育学科的育人价值。

关键词: 智慧体育; 小学体育; 核心素养; 运动+; 教学模式

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2026.01.396

引言

2022年版义务教育体育与健康课程标准明确提出,体育课程要以核心素养为导向,落实“健康第一”的教育理念,凸显“以体育人”的根本功能。与此同时,教育数字化转型持续深化,物联网、大数据、人工智能等技术逐步融入校园体育场景,智慧体育从概念走向实践,为小学体育教学改革提供了全新的技术支撑。

但从一线教学实际来看,多数小学的体育教学仍未跳出传统框架。很多课堂依然沿用“教师示范—学生模仿—集体练习—一期末考核”的固定模式,教学内容单一,无法兼顾学生的个体差异;不少学校配备的智能手环、智慧操场、AI动作识别系统,仅在体测、公开课中使用,日常教学中沦为“摆设”;更普遍的问题是,核心素养的培育停留在纸面,技能传授与体能训练仍是课堂的全部内容,健康行为与体育品德的培育被严重边缘化,体育学科的育人价值无法充分发挥。

在此背景下,打破传统体育教学的边界,探索贴合小学生身心发展特点、契合核心素养培育要求、适配智慧体育技术优势的新型教学模式,成为当前小学体育教学改革的迫切需求。“运动+”教学模式的创新研究,正是以体育运动为核心载体,以智慧体育为技术支撑,以核心素养培育为根本目标,打破学科、时间、空间的限制,构建一体化的体育育人体系,让小学体育教学真正回归育人本质。

一、当前小学体育教学的现实困境

(一) 核心素养落地悬浮化,育人目标割裂

当前多数小学体育课堂,仍存在“重技能、轻素养”

的普遍问题。很多教师对核心素养的理解停留在纸面,教学的全部重心都放在运动技能传授和体能训练上,完全忽略了健康行为与体育品德的培育。比如教跑步,课堂上只反复纠正摆臂、蹬地的动作,只关注学生50米跑的最终成绩,却不教学生如何科学控制运动强度、如何预防运动损伤,也不通过长跑练习培养学生的坚持与毅力;组织班级比赛,只关注输赢,却不引导学生遵守规则、尊重对手、互帮互助。核心素养的三个维度被完全割裂,体育的育人功能被简化为体能提升,最终导致核心素养落地悬浮,无法形成完整的育人闭环。

(二) 教学模式同质化严重,学生兴趣不足

小学生活泼好动、好奇心强,同时体能基础、运动天赋存在明显的个体差异,但传统体育课堂普遍采用“一刀切”的同质化教学模式。从低年级到高年级,从田径到球类,几乎都是“教师示范、学生模仿、集体练习、期末考核”的固定流程,教学内容千篇一律,形式枯燥单一。有基础、体能好的学生,早已掌握课堂内容,只能反复进行无意义的练习,逐渐失去挑战的兴趣;体能弱、无基础的学生,跟不上集体教学的进度,反复的失败体验让他们产生挫败感,甚至对体育课产生抵触情绪。最终形成了学生“喜欢运动,但不喜欢体育课”的尴尬局面,更谈不上养成终身运动的习惯。

(三) 智慧体育应用形式化,技术价值流失

随着教育数字化的推进,很多小学都配备了智能穿戴设备、智慧操场、AI动作识别系统等智慧体育设备,但实际应用普遍存在形式化问题。一方面,多数设备仅在体测、公开课、上级检查时使用,日常教学中依然沿用

传统模式，设备沦为应付检查的“面子工程”，完全没有发挥应有的作用；另一方面，部分教师对智慧体育的认知，仅停留在“用设备测成绩、记次数”的层面，只会采集数据，却不会对学生的的心率变化、动作缺陷、体能曲线等数据进行深度分析，更不会用这些数据优化教学设计、开展个性化指导。海量的运动数据被闲置，技术赋能教学的价值完全流失，智慧体育成了可有可无的“点缀”。

（四）体育教学边界孤立化，育人空间受限

长期以来，体育学科都被视为独立的“副科”，与其他学科之间存在明显的壁垒，同时教学活动也被严格限制在课堂 40 分钟、学校操场的固定时空内，形成了严重的孤立化问题。从学科融合来看，体育与语文、数学、科学、道德与法治等学科几乎完全脱节，学生无法理解运动与其他学科知识的关联，也无法将其他学科的知识运用到体育运动中；从时空延伸来看，体育教学与学生的课外生活、家庭生活、社会实践完全脱节，很多学生觉得体育就是上课跑跳，下课之后就与自己无关，既不会主动参与课外锻炼，也不会将课堂上学到的健康知识运用到生活中。体育的育人空间被严重压缩，无法实现“五育融合”的育人目标。

二、智慧体育背景下“运动+”教学模式的创新构建

（一）运动+跨学科融合，筑牢核心素养的知识根基

核心素养的全面培育，需要打破学科壁垒，实现知识的融通与迁移。智慧体育的技术优势，为体育与其他学科深度融合提供了支撑，让“运动+跨学科”不再是生硬的内容拼接，而是自然的育人融合，让体育课堂成为承载多学科知识、培育综合素养的综合载体。

在教学实践中，可结合不同学段的教学内容，设计贴合学生认知水平的跨学科教学案例。比如三年级跳绳教学中，教师通过智能跳绳设备，同步采集学生每分钟跳绳个数、实时心率、动作频次等数据，课后结合语文习作教学，引导学生围绕“我的跳绳成长记”撰写观察日记，学生结合自身运动数据，记录自己的进步过程，分析动作中的不足，既锻炼了文字表达能力，也在复盘过程中深化了对运动规律的认识，建立了科学运动的意识，推动健康行为素养的形成。五年级 50 米跑教学中，借助智慧操场的计时系统，采集学生的跑步成绩、步频、步幅等数据，结合数学教学，引导学生计算平均速度、统计班级成绩分布、对比自身与优秀同学的步频差距，让学生在数据分析中理解运动的科学原理，同时提升数学应用能力，也为运动能力的提升提供了理论支撑。

六年级立定跳远教学中，用 AI 动作识别系统拍摄学生的起跳动作，生成慢动作回放，结合科学课的力学知识，为学生讲解起跳角度、蹬地力度对跳远成绩的影响，

让抽象的力学知识变得直观可感，学生不仅快速掌握了动作要领，还培养了科学探究的精神。各类球类大单元教学中，结合道德与法治课程，讲解体育赛事中的规则意识、公平竞争、团队合作精神，引导学生在班级联赛中尊重对手、遵守规则、互帮互助，让体育品德的培育不再是空洞的说教，而是落到具体的实践中。

（二）“运动+”个性化分层教学，精准匹配核心素养的培养梯度

传统“一刀切”的教学模式，无法兼顾学生的个体差异，也无法实现核心素养的精准培育。智慧体育的大数据技术，能够为每个学生建立完整的体能与技能成长档案，为个性化分层教学提供精准的数据支撑，让“运动+”教学模式真正做到以学生为中心，让每个学生都能在自身能力范围内获得成长。

在教学实践中，教师可先通过智能手环、AI 动作识别系统，对学生的基础体能、专项技能进行全面的前置测评，根据测评结果，将学生分为基础层、进阶层、提升层三个层级，为每个层级制定差异化的教学目标、训练内容与评价标准，同时通过智慧系统实时记录学生的成长数据，实现分层的动态调整。比如篮球大单元教学中，针对基础层的学生，核心目标是掌握基础的运球、传球动作，培养运动兴趣，教师借助地面智能投影系统，在地面投射运球轨迹，让学生跟着轨迹练习，系统实时捕捉动作，及时纠正错误，同时用智能手环监测学生心率，控制运动强度，避免学生产生挫败感；针对进阶层的学生，核心目标是提升动作规范性，学习简单的战术配合，通过小型班级联赛，让学生在实战中练习传切配合，提升运动能力；针对提升层的学生，核心目标是培养战术思维与团队领导能力，让学生自主设计战术、组织赛事、担任裁判，在实践中培养规则意识与责任担当，落实体育品德的培育。

这种个性化分层教学，彻底打破了“唯成绩论”的评价逻辑，学生的进步不再以“和别人比”为标准，而是以“和过去的自己比”为核心。比如部分肥胖学生，初期无法完成完整的 400 米跑，教师通过智能手环监测其心率，制定从快走结合慢跑开始的个性化训练计划，逐步提升其体能。一学期后，即便该学生的 400 米跑成绩仍未达到优秀标准，但只要实现了自我突破、养成了坚持锻炼的习惯，就能获得较高的评价，真正让核心素养的培育覆盖到每一个学生。

（三）“运动+”场景化延伸，拓展核心素养的培养边界

体育核心素养的培育，不能局限于课堂 40 分钟的固定时间，也不能局限于学校操场的固定空间。智慧体

育的技术优势,能够打通课堂内外、学校与家庭的壁垒,让“运动+”教学模式突破时空限制,延伸到学生的校园生活、家庭生活与社会实践,构建全场景的育人闭环,让体育育人无处不在。

在“运动+家庭”场景中,教师通过智慧体育平台,为学生布置个性化的家庭运动作业,针对不同学生的体能短板,制定差异化的训练内容。比如上肢力量弱的学生,布置靠墙俯卧撑、轻物负重练习;下肢力量弱的学生,布置深蹲、蛙跳练习。学生在家练习时,可通过手机AI动作识别系统实时纠正动作,录制练习视频上传至平台,教师在线进行点评与指导。同时设置亲子运动打卡活动,鼓励家长与学生共同参与亲子跳绳、障碍跑等运动,既培养了学生日常锻炼的健康行为,也增进了亲子关系,让家长真正参与到学生的体育教育中,形成家校协同的育人合力。

在“运动+校园生活”场景中,借助智慧体育系统,将体育教学融入大课间、课间十分钟、课后服务的全场景。比如大课间,根据学生的体能数据,设计不同强度的课间操,避免体能好的学生“吃不饱”、体能弱的学生“跟不上”;课间十分钟,设置AI趣味运动挑战区,学生可参与摸高PK、跳绳闯关、敏捷梯挑战等趣味运动,系统实时记录成绩,生成班级排行榜,让学生从课间的无序追跑,转变为主动参与运动;课后服务中,开设篮球、足球、武术、轮滑等体育社团,用智慧设备辅助教学,提升社团教学质量,让每个学生都能找到自己喜欢的运动项目。

在“运动+社会实践”场景中,组织学生走出校园,参与多元化的体育实践活动。比如组织学生观看本地青少年体育赛事,学习运动员的拼搏精神;邀请传统体育非遗传承人进校园,教授武术、舞龙舞狮等项目,培养学生的文化自信;组织学生走进社区,教老年人简单的健身操与养生运动,让学生在实践中提升运动能力,培养社会责任意识与奉献精神,让体育品德的培育走出校园,落到实处。

(四)“运动+”多元化评价,完善核心素养的评价体系

传统的体育评价,以期末体测成绩为唯一标准,是单一的终结性评价,无法全面反映学生的核心素养发展情况,也无法有效激发学生的运动积极性。智慧体育背景下的“运动+多元化评价”,以核心素养为导向,借助大数据技术,实现过程性评价与终结性评价相结合、多元主体评价相结合,构建全面、客观、科学的评价体系,让评价真正服务于学生的核心素养培育。

在评价内容上,彻底打破“唯成绩论”的局限,涵盖运动能力、健康行为、体育品德三个维度的全部内容。其中,运动能力维度,不仅看期末的技能与体能测试成绩,还包括学生整个学期的技能进步幅度、课堂参与度、战术运用能力;健康行为维度,包括学生的课外运动打卡情况、作息习惯、运动安全与健康知识的掌握情况、日常锻炼的坚持性;体育品德维度,包括学生在课堂与赛事中的规则意识、团队合作、拼搏精神、尊重对手、互帮互助等表现。智慧体育平台会全程记录学生的各项数据,形成完整的体育素养成长档案,期末综合所有数据给出评价,而非只看一次考试的结果。

在评价主体上,打破“教师单一评价”的局限,构建“教师评价+学生自评+同学互评+家长评价”的多元评价体系。学生可对自己一学期的运动表现、进步情况进行自我评价,培养自我反思的能力;同学之间互相评价团队合作、互帮互助的表现,强化集体意识;家长评价学生在家的运动习惯、健康行为,让评价延伸到家庭。所有评价内容都上传至智慧平台,与教师的专业评价相结合,形成最终的综合评价。

这种多元化的评价模式,让评价从“甄别选拔”转向“激励成长”,能够全面、客观地反映学生的核心素养发展情况,引导学生关注自身的进步,而非与他人的差距,最终帮助学生建立正确的体育价值观,养成终身运动的习惯。

结语

在教育数字化转型与新课标全面实施的背景下,智慧体育为小学体育教学改革提供了全新的技术支撑与发展方向。基于小学体育学科核心素养的“运动+”教学模式,打破了传统体育教学的诸多局限,通过跨学科融合、个性化分层、场景化延伸、多元化评价四个维度的创新,构建了全流程、全场景的体育育人闭环,让体育教学从单一的技能传授,转向了运动能力、健康行为、体育品德三维核心素养的全面培育。让智慧体育真正服务于教学,让“运动+”真正赋能学生的成长,最终帮助小学生养成终身运动的习惯,实现身心健康、全面发展。

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的内涵与培养路径[J].体育学刊,2021,28(02):1-8.
- [3] 王家宏,王维.智慧体育:体育产业高质量发展的新引擎[J].体育科学,2020,40(09):3-10.