

核心素养视域下大学体育课程重构的理论逻辑 与体系构建

单杰

天津职业技术师范大学体育部, 天津 300222

DOI: 10.61369/VDE.2025270014

摘要 : 当前体育教学已经成为高校教育教学中的重要组成部分, 是促进大学生全面发展、落实立德树人根本任务的关键。在教育范式从知识本位向素养本位转型的背景下, 运动能力、健康行为与体育品德三大素养已经成为大学体育课程改革的核心导向。当前, 我国大学体育教学还存在很多问题, 加快推进课程教学改革创新尤为重要。本文基于核心素养导向, 分析大学体育课程重构的必要性, 并探究新的课程体系的构建, 期望能推动大学体育教育高质量发展, 助力健康中国建设与体育强国的建设。

关键词 : 核心素养; 大学体育; 课程重构; 理论逻辑; 体系构建

Theoretical Logic and System Construction of College Physical Education Curriculum Reconstruction from the Perspective of Core Competencies

Shan Jie

Department of Physical Education, Tianjin University of Technology and Education, Tianjin 300222

Abstract : Currently, physical education has become an important part of higher education, serving as a key link in promoting the all-round development of college students and fulfilling the fundamental task of moral education. Against the backdrop of the educational paradigm shift from knowledge-oriented to competency-oriented, three core competencies—motor ability, healthy behavior, and sports morality—have emerged as the central guiding principles for the reform of college physical education curricula. However, there are still numerous problems in college physical education teaching in China, making it particularly crucial to accelerate the reform and innovation of curriculum teaching. Based on the orientation of core competencies, this paper analyzes the necessity of reconstructing college physical education curricula and explores the construction of a new curriculum system, aiming to promote the high-quality development of college physical education and contribute to the construction of a Healthy China and a leading sports nation.

Keywords : core competencies; college physical education; curriculum reconstruction; theoretical logic; system construction

引言

随着核心素养理念的提出与深化, 体育课程育人功能得到更进一步的重视, 以体育教育促进学生在知识、能力、素质的全面提升已经成为教育者的探索方向。尽管我国高校体育课程建设如今已经取得一定成就, 但是课程教学重技能轻素养、教学模式固化、传统项目占比较高问题依然存在。这些问题导致大学体育课程育人功能未能得到充分发挥, 与国家育人要求以及大学生的期盼存在一定差距。本文着重探究核心素养导向下大学体育课程重构的理论基础、现实困境与构建路径, 对于提升大学生体育综合素养, 促进其身心健康全面发展具有重要意义。

一、核心素养视域下大学体育课程重构的理论逻辑

(一) 以国家战略引领课程改革方向

教育政策为大学体育课程重构提供了发展方向与制度保障。我国先后出台《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》《教育强国建设规划纲要(2024—2035年)》等一系列政策

文件, 推动大学体育课程向开放化、综合化、育人化方向发展。进入新时代, 中共二十大报告提出的科教兴国战略、人才强国战略, 进一步明确了高等教育改革的核心方向。大学体育课程必须突破传统学科边界, 将核心素养培育融入教学之中。国家体育教育相关政策的出台, 推动了高校体育教学的改革, 其既明确了课程重构的目标要求, 也为资源配置、机制建设提供了政策支持,

确保体育课程的重构紧跟国家人才培养战略^[1]。

（二）融合传统思想与现代教育理论

大学体育课程重构有着深厚的理论根基，是传统教育思想与现代教育理论的有机融合。中国古代“六艺”教育中所蕴含的身心统合理念，与当代全人教育思想契合，为课程重构提供了文化基因。全人教育理念强调教育的宗旨是促进学生体质、情感、认知等多方面综合素质发展，同时这也是核心素养理念所提倡的^[2]。换言之，高校体育课程不仅要关注运动技能的培养，更要注重学生健全人格与意志品质的培养。另外，运动科学、教育神经科学、体育心理学等学科的发展为体育课程重构提供了科学依据，使体育课程的重构向科学化、规范化方向发展。

（三）立足国家发展与个体成长的双重诉求

课程重构的根本逻辑起点是满足国家培养人才之需与大学生身心全面发展之需。从国家层面看，随着健康中国战略深入推进与体育产业高质量发展，社会对体育领域人才的需求更为迫切，需要学生具备运动能力、健康服务、团队协作等多方面素质。

而从个体层面看，大学生群体在体能基础、运动兴趣、职业规划等方面有所差异，体育课程已经不能停留在学生完成学业要求即可的层面，而是以帮助学生的终身发展为目标。目前，部分大学生体质健康状况较差，缺乏良好的锻炼习惯与科学的健身知识，需要重构体育课程帮助学生改善^[3]。同时，大学生就业市场对学生团队协作、抗压能力等非认知技能的重视，也要求体育课程创设相应实践情境，提升学生的社会适应能力。

二、核心素养视域下大学体育课程的现实困境

（一）课程目标与核心素养适配断层

当前，大学体育课程培养目标与核心素养培育理念存在一定偏差，难以达到理想的育人目标。现有课程往往侧重单一的技能训练，对于学生迁移应用能力与运动品质的培养有所忽视，学生也很难形成自主选择、灵活运用的视野格局。同时，对于健康行为的培养，很多学校是以理论教学的形式开展的，缺乏对健康方式践行的有效引导，难以帮助学生养成良好的健康行为习惯^[4]。体育品德的培养也缺乏有效的载体，规则意识、尊重对手、承受挫折等品质的培养流于表面。这种育人目标上的偏差，使得大学体育课程的育人功能被弱化，难以达到核心素养培育的要求。

（二）课程内容体系封闭固化

长久以来，体育课程更加侧重技能训练，在健康管理、体育文化等方面一直有所忽视，理论教学与实践教学脱节，学生难以将抽象理论转化为解决问题的能力。体育课程内容篮球、足球等传统项目占比较高，滑板、飞盘、攀岩等新兴项目以及运动康复、体育经济等交叉领域内容缺失^[5]。课程内容也缺乏层次性与个性化，难以满足不同体能基础、运动兴趣与职业规划学生的差异化需求，影响学生参与积极性。

（三）教学模式与方法创新不足

体育课程教学方式主要是由教师讲授，学生进行练习，课堂互动性较差。尽管随着数字技术的发展，大学体育课堂也开始引

入新兴技术，以提升教学质效。但是，数字化教学的应用不够深入，如有些学校配备了在线教学平台，但却主要用在了考勤、作业布置等基础环节，教师如何将其与教学结合，用于技能示范、情境模拟、个性化指导等仍有待进一步探索^[6]。此外，课内外教学的衔接也值得重视，目前部分学校体育课堂教学与课外体育活动、运动竞赛、社团活动缺乏有效联动，未能形成“教会、勤练、常赛”的一体化育人格局。

三、核心素养视域下大学体育课程重构的体系构建

（一）重构课程目标，确立“三维一体”的核心素养目标体系

课程目标是大学体育课程育人的灵魂，也是核心素养培育落地的关键抓手，课程目标脱离核心素养导向，必然难以发挥体育课程的综合育人效能^[7]。因此，课程目标的重构需要立足核心素养的培育，逐步建立三位一体的核心目标体系。该体系可以运动能力、健康行为、体育品德三大核心素养为核心，注重引导学生掌握多项运动技能，理解基本运动规则，运用运动战术，使学生可以根据自身情况制定科学合理的运动计划；同时，着力培养学生的健康生活意识，引导学生形成规律锻炼、合理膳食、情绪调适等良好生活习惯，掌握科学健身的知识与方法，提升自主健康管理能力；聚焦规则意识、竞争意识、团队协作精神与抗挫折能力的培育，弘扬爱国主义与集体主义精神，帮助学生形成尊重对手、诚信友善、顽强拼搏的体育品格。在此基础上，教育者需结合学生的年级、专业、体质等方面的差异，制定分层目标，满足学生的个性化发展需求。

（二）重构课程内容，构建“基础+特色+跨学科”的模块化体系

课程内容是核心素养培育的重要载体，原有课程内容单一化、碎片化，影响了核心素养的落地。因此，课程内容的重构可遵循“基础+特色+跨学科”的模块化理念，打造贴合学生发展与时代需求的内容体系。

基础核心模块要聚焦运动能力与健康行为基础培养，设置体育基础理论、基础体能、健康管理等内容；特色选修模块旨在满足学生个性化与兴趣发展需求，构建多元化项目体系^[8]。为此，需保留田径、篮球、足球等传统优势项目，同时引入滑板、飞盘、攀岩、瑜伽、普拉提等新兴项目，挖掘武术、龙舟、舞龙舞狮等民族传统体育项目，形成“传统+现代+民族”的多元项目格局，允许学生自主选择学习内容；跨学科融合模块重点在于打破学科边界，设置运动康复、体育经济、体育文化、赛事组织等跨学科内容。如开设“运动医学导论”“体育心理实务”等课程，推动体育与医学、心理学、经济学、管理学等学科的融合；实践应用模块在于强化课内外融合，将课堂教学、课外锻炼、体育竞赛、社会实践联合起来。

（三）重构教学模式，创新“线上+线下+内外融合”的混合式模式

传统的教学模式难以满足不同学生的学习需求，也难以充分

发挥体育课程的育人效能，高校可基于线上线下与内外融合的教学思路，创新教学模式。

混合式教学模式整合线上与线下教学优势，线上平台提供体育理论知识、技能示范视频、健康管理课程等数字化资源，支持学生自主学习；线下课堂采用情境教学、案例教学、小组合作等方法，重点开展技能训练、战术演练与互动交流。同时，利用VR等现代技术模拟运动情境，提升学生技能学习效果。

课内外一体化模式可以专项体育俱乐部为核心载体，打通课堂教学、课外锻炼、运动训练与体育竞赛的壁垒。课堂教学重点传授核心技能与理论知识，体育俱乐部组织课外专项训练与交流活动，学校定期举办各类体育赛事^[9]。学校与社区体育中心、健身机构、体育俱乐部合作，拓展学生运动空间与实践平台。

（四）重构课程评价，建立“多元+过程+发展”的综合评价体系

课程评价是课程重构的指挥棒，传统单一的考试评价标准，往往以结果为导向，忽视学生长期的进步与素养的发展，难以反映核心素养的培育成效。因此，课程评价的重构需打破传统评价的局限，建立综合评价体系。

评价要从运动能力、健康行为、体育品德等维度展开，如评价学生的技能掌握程度、锻炼频率、膳食习惯、团队协作、竞争

态度等内容，全面反映学生素养发展状况^[10]。采用定量评价与定性评价相结合、过程性评价与结果性评价相结合的方式。定量评价涵盖体能测试、技能达标、锻炼时长统计等量化指标；定性评价通过教师观察、学生自评互评、社团反馈等方式，对学生体育品德、参与态度等进行综合评定。过程性评价关注学生学习过程中的进步幅度、创新表现等，进行综合考量；结果性评价采用期末测试、技能展示等形式，衡量学生学习成效。评价主体不再局限于教师这一单一主体，设置学生自评、同伴互评、社会评价的多主体评价机制，确保评价结果客观全面。

四、结论

核心素养视域下的大学体育课程重构是应对教育现代化趋势、满足国家人才培养与学生终身发展需求的必然选择。高校可构建“基础+特色+跨学科”的内容体系、创新“线上+线下+内外融合”的教学模式、建立“多元+过程+发展”的评价体系，有效提升学生的运动能力、健康行为与体育品德核心素养，促进学生身心健康全面发展，彰显体育的教育价值。这不仅是对大学体育教学改革的深化，更是对健康中国与体育强国建设战略的积极响应。

参考文献

- [1] 徐继超. 核心素养视域下大学体育课程内容重构的理论逻辑与体系构建[J]. 南京体育学院学报, 2025, 24(09):58-63.
- [2] 付敬博, 王诚民. "全程育人"理念下的大学体育课程体系构建与实践研究[J]. 内江科技, 2024, 45(05):89-90+95.
- [3] 崔菱麟. 健康中国战略背景下高校体育课程的改革策略[J]. 体育科学研究, 2024, 28(02):75-79+85.
- [4] 徐丽萨, 殷鹏飞. 慎思与重构: 基于"融合育人"理念的高校体育课程混合教学模式探析[C]// 中国体育科学学会. 第十三届全国体育科学大会论文摘要集——专题报告(学校体育分会). 北京航空航天大学; 清华大学附属中学; , 2023:820-822.
- [5] 唐颖婷, 董伦红, 朱强. 高校体育课程体系"四位一体"综合改革方案与实施[J]. 新体育, 2023, (10):73-76.
- [6] 于东洋. 新时代立德树人视域下高校体育课程体系构建的研究[J]. 体育风尚, 2023, (02):134-136.
- [7] 康倩, 崔金贤. 科学、合理、有效的大学体育课程体系构建研究[J]. 体育视野, 2022, (15):36-38.
- [8] 杨杰. 基于核心素养的高校体育课程模式重构分析[J]. 体育风尚, 2021, (10):265-266.
- [9] 宁科, 文艺, 郑权良. 高校体育课程中身体素质培育的理论与实践研究[J]. 青少年体育, 2021, (07):97-99.
- [10] 王晓倩. 关于高校大学生体育素养的缺失与重构探讨[J]. 冰雪体育创新研究, 2021, (05):112-113.