

# 核心素养视阈下高校健美操课程教学改革路径探析

王红梅

(中南林业科技大学, 湖南长沙 4120007)

**摘要:** 核心素养视阈下, 积极促进高校健美操课程教学的改革与创新, 对于培养多元化的体育人才具有重要的意义和价值。基于此, 本文通过分析现阶段高校健美操课程教学的现状, 具体探讨了如何在核心素养培养理念的引导下, 推动高校健美操课程教学的创新与改革, 以期深化学生的体育素养, 引领他们成长为德才兼备的高质量人才。

**关键词:** 核心素养; 高校健美操; 教学改革

自2014年我国颁布《关于深化课程改革落实立德树人根本任务的意见》以来, 核心素养已成为引领新时代深化高等教育领域综合改革的重要课题。基于学科核心素养建立、健全健美操课程教学的育人体制机制、构建学业质量评价标准, 以及全面落实“立德树人”根本教育任务, 成为高校健美操教师在新时代深化教学改革的核心任务。健美操在帮助学生强身健体、提升气质外, 还能促进学生团队合作、提升创编创新能力; 再者, 在挖掘健美操课程美育元素、培养学生审美意识基础上, 还可加强道德情操的陶冶与熏陶。因此, 在核心素养培育理念的引领下, 促进高校健美操课程教学的改革创造性发展, 可以引领学生在课程动态的学习中实现全面发展。

## 一、核心素养视阈下高校健美操课程教学现状分析

### (一) 教学理念的滞后性

重视技术教学、忽视知识能力培育是现阶段高校健美操课程教学普遍存在的一个痛点。部分教师片面地认为只要教会学生健美操套路, 提高学生技术水平, 学生的体育成绩提高了, 就达成了教学目标。在这种观念的影响下, 部分教师在进行成绩评定时, 过于关注学生对技术要领的掌握情况, 而忽视评估他们团队合作能力、创新能力等能力素养的发展情况。这种理念即不能体现以“学生发展为中心”的素质教育, 也不利于核心素养的培养, 进而制约了学生的全面、综合性发展。

### (二) 教学过程的断裂性

忽视课堂教学与课后练习的有效衔接, 也是限制学生体育学科核心素养发展的重要因素。通常情况下, 有教师认为只要完成课上的教学任务便是“大功告成”, 而未对学生课后的学习情况进行及时追踪。实际上完整的课程教学系统涵盖课前、课中、课后三个部分, 由于部分高校健美操教师对课后反馈环节的忽视, 致使部分自律性、自主性较差的学生难以在课后进行有效的自我管理, 进而影响到他们健美操学习能力的发展与提升。

### (三) 教学评价的不完善性

缺乏评价标准、单一评价方式是日前大部分高校健美操教师的教学评价状态。大部分教师的评价方式是以感官印象为主, 没有制定一定的评价细则, 也没有增加过程性评价和多元评价等元素, 评价行为依然处于传统、原始状态。这种“一考定输赢”的行为, 不能激发学生的挑战性, 也缺乏激活个性发展的过程, 不能有效反映学生在学习过程中的真实状态, 也难以及时纠正、指导他们存在的问题和不足, 最终影响到健美操课程教学的效率和质量。

## 二、核心素养视阈下高校健美操课程教学改革的必要性

### (一) 课程改革与学生综合素质的提升

在当前教育改革的背景下, 健美操课程的教学改革在提高学生综合素质方面具有显著的影响。健美操不仅是一项锻炼身体的运动, 其教学过程更是一个培养学生多方面能力的有效途径。通

过参与健美操课程, 学生不仅能增强体质, 提高身体素质, 还可以在情感、社会交往和心理素质等领域获得积极的提升。首先健美操课程强调集体活动和团队合作。在集体训练和表演中, 学生需要相互配合、增强团队协作能力和学习如何沟通与协调。这样的锻炼不仅有助于建立良好的人际关系, 更有助于培养学生的集体意识和责任感, 促进他们在未来社会生活中的适应能力。其次健美操课程能够有效提升学生的自我管理能力。在课程中, 学生需要制定练习计划、监测自身的进步, 并在过程中不断调整和改善自己的表现。这种自主学习的过程, 使学生掌握了目标设定、时间管理和自我评估等关键技能, 从而增强了他们的自我控制能力, 对未来的学习和工作都有重要的推动作用。

此外, 健美操课程还提升学生的自信心。健美操本身是一个自我体验、自我展示的运动方式, 通过健美操的练习, 学生能够有效释放学习和生活中的负面情绪, 提高心理韧性和自信心。在课程中, 学生们通过专注于套路动作和节奏感的把握, 可提升注意力和心理集中能力, 这对他们的学业表现和未来的职业发展都产生了积极的促进效果。健美操也为学生提供了展示个人魅力的舞台, 增强了他们的自信心同时, 也提高了对美的鉴赏能力。在参加比赛或表演时, 学生不仅要准备舞蹈动作, 还需要在公众面前展示自我, 这种经历极大地锻炼了他们的自信心和面对挑战的勇气, 帮助他们在今后的学习和职业生涯中主动迎接各种困难。

故, 核心素养视阈下高校健美操课程的改革不仅注重技能的提高, 更加重视学生综合素质的全面提升。

### (二) 课程改革与时代发展需求的适应

在当前全球化和信息技术迅猛发展的背景下, 体育教育的改革势在必行。高校健美操课程作为体育教育的重要组成部分, 面临着许多新的挑战与机遇。首先, 随着社会对健康和综合素质的日益重视, 传统的健美操教学已显得有些滞后, 无法满足新时代人们对身体素质和心理健康的双重追求。因此, 健美操课程需要与时俱进, 全面适应时代发展的需求, 以培养出既具备身体素质, 又拥有良好心理素质的高素质人才。其次, 现代社会中的学生不仅需要掌握健美操的基本技能, 更需要在课程中发展团队合作、沟通交流、自我管理核心素养。这就要求健美操课程的教学内容和形式创新, 从单一的技能训练转向综合素质的培养。此外, 随着信息技术的迅速发展, 数字化学习和远程教学的兴起, 为健美操教学提供了新的可能性。这要求高校在课程设计中, 充分考虑整合信息技术, 利用在线教学平台 and 应用程序, 使学生在享受健美操课程的同时, 也能够培养自学能力和自主探究精神。

## 三、核心素养视阈下高校健美操课程教学改革的路径

### (一) 深度整合与创新课程资源

在数字化时代背景下, 深度整合教学资源、创新教学方法, 完善健美操课程体系, 是高校教师深化健美操课程教学改革的重

要途径。对此,高校教师可以结合数字技术所提供的各种教育资源和教育工具,对传统的教学模式进行创造性发展,进而在激发学生课堂积极性的基础上,提高健美操课程教学的质量,促进学生在深度学习中养成核心素养。

首先,整合资源是核心素养视阈下高校健美操课程教学实现深化改革的关键举措。对此,教师可以依托数字技术构建统一、规范的信息资源管理系统,对各大多媒体平台的健美操学习资源进行优化与整合。这一举措不仅可以有效避免资源的重复建设与浪费现象,还能构建个性化的教学资源库,进一步促进高校健美操课程资源生态的优化调整。

其次,创新健美操课堂教学方法是提高教学质量的关键。核心素养视阈下高校健美操课程教学的创新要求教师摒弃以往灌输式、填鸭式的教学模式,通过引入案例教学法、构建翻转课堂,为学生打造更具开放性、互动性的、深度的健美操学习课堂。这不仅能够深化学生对课堂内容的理解和运用,还有助于发展他们的创造性思维,有效促进健美操课堂教学的转型升级。同时,在翻转课堂中,教师可以鼓励学生利用在线资源进行自主学习,以及通过讨论、分享学习成果,进一步提升他们运用理论知识解决技术难题的操作能力。

最后,完善健美操课程体系是深化教育教学的关键。这要求教师围绕核心素养理念,结合学生的个性化的学习需求和实际特点,对健美操课程进行动态调整与优化。为确保健美操课程教学的针对性和有效性,教师还应重视学生的课堂反馈,进而通过打造个性化、差异性的健美操学习课堂,给予他们更加便捷、高效的学习体验。这能为促进健美操课程教学的持续发展注入核心动力。

## (二) 强化课程思政与价值引领

在高校健美操课程中强化思政教育和价值引领是提升教学质量的关键,高校教师可以从以下两个方面入手:

一方面,融入思政理论专题。教师可以通过深入学习思想政治教育理论知识,深入理解并把握健美操课程中蕴含的思政元素。学习思政理论为高校教师推动健美操课程教学的创新与改革提供了正确的方向和方法,可以有效提升课程教学的效率和质量。对此,教师可以通过增设思政理论专题,引领学生在健美操课程学习中深刻领悟体育精神。例如,教师可以开辟融入爱国主义精神、苏区体育精神、新时代工匠精神的思政专题模块,以此让学生在体育精神的感染下积极投身到建设体育强国的伟大事业中。另一方面,挖掘健美操中的隐形思政元素。教师可结合健美操课程教学的基本原理,深入挖掘其中蕴含的隐性思政元素,对学生进行美育教育。高校健美操课程教学往往被分为三大类别,即大众健美操、竞技健美操和表演健美操,旨在引领学生通过技能学习获得美的塑造与提升。对此,高校教师可以从健美操的舞蹈精神、舞蹈动作等层面展示其中蕴含的美学元素,进而让学生在润物细无声的美学熏陶中获得全面发展。

## (三) 教学方式的根本性转变与学习方式的创新

在核心素养培养目标的指引下,高校健美操课程的教学方法亟需实现根本性的转变,并创新学生的学习方式,以促进学生的深度学习和全面发展。“深度学习”理念着重于激发学生的内在动机,而“以赛促教、赛教融合”的教学模式能够有效地吸引学生全身心地投入到健美操学习中,让他们深刻体验这项运动的价值和意义。将这一理念融入高校健美操课程教学中,积极构建“学、练、赛、评”一体化课堂模式,能够激励引导学生积极、主动全身心地参与到健美操学习活动中,从而充分感受健美操运动的独特

价值和深远意义。这不仅是核心素养视角对健美操课程教学途径地创新探索,而且能够有效地培养学生的自主学习能力和团队合作能力。为实现教学方式地根本性转变于学习方式的创新,可以采取以下措施:

首先,教师应提高教学内容的针对性,突破传统教学的固定性模式,引导学生进行自主性创编。创编是高校健美操课程教学中的重要内容,鼓励学生围绕自己的兴趣主题进行自主创编,可以有效调动他们的主观能动性。其次,引入多样化的教学形式。传统健美操课程教学以教师为主导,这导致学生长期处于被动的学习地位。因此,通过分组、分层、分项、分类等形式将“以赛促教、赛教融合”融入健美操课程教学中,既可以让学生在课上进行阶段性竞赛,也能够让他们在课后进行自主性学习,从而有效促进课堂学习内容的延续与巩固。最后,最大程度地为学生创造展示学习成果的机会和平台,教师可以定期组织多样化的健美操竞赛活动,引领学生在团队竞技中进一步提高自身的技术技能。

## (四) 构建多元立体的教学评价体系

构建多元立体的课程评价机制,对于促进高校健美操课程教学的深化改革至关重要。这不仅可以帮助教师进行全面客观的教学评估,深入分析学生的学习状况,还能让学生在正向反馈的激励下不断提升自身的综合能力。

第一,设定明确的评价目标。这是确保评价体系客观、公正、有效的基石。对此,教师应在分析学生个体差异的基础上,围绕他们的实际需求,制定具体而清晰的评价目标,以此确保课程评价能够充分激发学生的个体潜能。第二,采用多样性的评价方法。以往健美操课程评价通常由教师进行,这种单一的评价机制很难对学生的综合能力进行全面评价。对此,教师可以引入学生自评、小组互评等评价机制,进而让学生更好地认识自我。同时,教师还可以通过口头反馈、课堂观察等,全面评估学生技能与素养的发展与提升情况。第三,制定及时有效的教学反馈。通过课堂评价系统定期向学生进行评估反馈,既能够让学生明确自己需要改进的地方,也能够让教师结合反馈信息对教学策略、教学方法进行针对性调整,从而更好地满足学生的个性化学习需求。总之,在高校健美操课程教学中构建多元立体的评价机制,具有重要的现实意义,可以有效促进学生的全面发展。

总之,在深度学习思想的引领下,将核心素养培育融入高校健美操课程教学的知识整合、课程思政建设、教学方法和教学评价中,有助于推动高校健美操课程教学进入“全面深化”的阶段。这将使学生在具有挑战性的学习活动中形成正确的价值观念,关键能力和必备品格,为他们的后续的深度学习打下坚实的在核心素养基础。

## 参考文献:

- [1] 梁晓颖.体教融合背景下高校健美操教学研究[J].山东开放大学学报,2023(04).
- [2] 刘慧.高校公共体育健美操课程内容体系的构建研究[J].冰雪体育创新研究,2023(15).
- [3] 张瑞丽.新媒体时代高校健美操教学的创新改革探索[J].吉林工程技术师范学院学报,2023(07).
- [4] 辛悦,李秦瑞;曹紫胭.探究高校健美操教学的发展现状与发展策略[J].体育世界,2023(04).
- [5] 赵文红,吴岩.慕课背景下高校健美操课程的建设与创新研究[J].文体用品与科技,2020(19).

湖南省教改课题:HNJG-20230502 核心素养视角下高校健美操深度学习教学策略设计与实践研究