

# 核心素养视域下生存教育融入体育教学实践研究

王庆妍, 李永胜, 周 华, 孙明月

(济南高新区第一实验学校, 山东济南 250014)

**摘要** ▶ 文章运用文献资料法、行动研究法等方法, 对生存教育融入体育教学的原因、可行性与策略进行了分析。研究认为: 生存教育融入体育教学是新课标下体育教学内在需求, 是新时代背景下学生成长必备要素; 同时, 在体育品德方面二者具有相融性、在运动能力方面二者具有一致性、在健康行为方面二者具有同质性。建议: 体育品德方面使用体育德育渗透法; 运动能力方面使用情境导入法; 健康行为方面使用体验式教学法。

**关键词** ▶ 核心素养; 生存教育; 体育教学

DOI: 10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2025.04.026

## 1 生存教育融入体育教学原因

### 1.1 新课标下体育教学内在需求

2022年4月, 教育部颁布《义务教育体育与健康标准(2022年版)》(以下简称“新课标”)提出体育课程围绕核心素养开展, 在核心素养视域下, 开展了五大课程板块, 其中健康教育板块包含健康行为与生活方式, 生长发育与青春期保健, 心理健康, 疾病预防突发公共卫生事件应对、安全应急与避险<sup>[1]</sup>。而安全应急与避险就是本课题中生存教育的主要内容, 更是“新课标”规定的主要课程内容之一。

目前, 对于生存教育内容, 学校一般会通过学校讲座的方式, 为学生开展几场简单的报告, 如火灾救援, 身体急救等。由于听讲学生太多, 专家不能耳提面命, 学生最终的学习效果甚微, 大多流于形式; 抑或者因室内课时有限, 校内体育教师不能系统完整地将生存教育内容深入贯彻, 最终学生并未得到全面系统的健康教育。“新课标”坚持“健康第一”教学理念, “健康第一”的前提是生命安全, 生命是一切活动的保障, 学生的生命安全关系着国家的未来, 因此在体育教学中深入贯彻生存教育是当前体育课程的重中之重。

### 1.2 新时代背景下小学生成长必备要素

2014年教育部在《关于全面深化课程改革 落实立德树人根本任务的意见》中明确提出“新时期我国学生应当具备适应终身发展和社会发展需要的必备品格和关键能力”<sup>[2]</sup>。

生命是学生进行一切活动的保障, 因此, 生存教育是学生成长中必备的一课, 是有力贯彻“健康第一”理念的前提<sup>[3]</sup>。同时在客观方面, 人类生存的自然环境发生恶劣变化, 社会环境日益复杂, 而现代化社会下的学生缺乏对危险事件的判断意识, 当面临生存危机时, 处理应急事件的知识、技能相对匮乏。安全与应急事件时刻潜伏于学生日常生活中, 教会学生如何正确自救与他救是学生成长过程中必备的一课。

## 2 生存教育融入体育教学可行性分析

### 2.1 体育品德方面——二者具有相融性

体育品德指学生在体育运动中应当遵循的行为规范和体育理论, 以及形成的价值追求和展现的精神风貌。从这一概念角度来讲, 生存教育与体育教学的最终归宿就是形成良好的体育品德, 将正确的行为和价值追求内化为学生日常行为准则<sup>[4]</sup>。从体育品德角度分析, 二者具有相融性。

具体可从体育品德的三个维度详细阐述。体育品德分为体育精神、体育道德和体育品格。首先, 从体育精神维度看, 日常体育教学主要培养学生吃苦耐劳、勇敢顽强、团队合作等精神, 这些精神在学生面对生存危机时尤为重要。当学生在户外面对生存危机时, 强大的心理素质正需要吃苦耐劳、坚持到底的体育精神作为支撑。其次, 从体育道德维度看, 学生要遵守规则、尊重对手、诚信自律, 这些能力在生存教育中也是重要的, 如在日常生活中要懂得遵守交通规

基金项目: 济南市高新区2024年度教育科学规划重大课题项目《核心素养视域下生存教育融入体育教学实践研究》(GX202401)

作者简介: 王庆妍, 女, 二级教师, 研究方向: 体育教育; 李永胜, 男, 一级教师, 研究方向: 体育教育; 周华, 女, 二级教师, 研究方向: 体育教育; 孙明月, 女, 二级教师, 研究方向: 体育教育。

则,在日常交流中要学会尊重同学,自信自律,避免校园欺凌事件的发生。最后,从体育品格维度看,学生要有责任意识,自尊自信,生存教育也要求学生具有爱护自己及他人生命的责任。因此,从体育品德角度看,二者具有共同的品德培养目标,生存教育完全可以融入体育教学中。

## 2.2 运动技能方面——二者具有一致性

生存教育是指学生在面对生存危机,安全应急事件中所具有的规避风险、自救与他救的能力,如遇到火灾、地震如何逃生的教育。例如人体遇险时,学会正确使用人工呼吸、心肺复苏、海姆立克等急救措施。生存教育要求学生掌握的技能,除了专业知识外,更需要基本运动能力的支撑,这与体育教学的要求是不谋而合的<sup>[5]</sup>。体育教学中要求学生掌握的基本运动技能,如跑跳、钻越、躲避、攀爬,这些能力在生存教育中同样适用;体育教学中要求学生掌握的体能如800米、1000米等耐力跑,在生存教育中正是锻炼学生坚持不懈品质的有效手段;体育教学中的专项运动技能如体操类,正是生存教育中应急躲闪要学习的滚翻等专项技能。将生存教育融入体育教学,为体育课融入现实情境<sup>[6]</sup>,做到理论联系实际,让学生的学习更具有目的性,更能调动学生学习的积极性,因此生存教育融入体育教学是可行的,更是必然的。

## 2.3 健康行为方面——二者具有同质性

生存教育要求学生保证生命安全,体育教学要求学生养成健康行为,从概念上看,健康行为是在保证生命安全前提下对学生更细化的要求,同时也是生命安全的有力保障。因此,二者是具有统一性的。

健康行为包括体育锻炼意识与习惯、健康知识与技能掌握和运用、情绪调控、环境适应四个维度。首先,在体育锻炼意识与习惯方面,生存教育要求学生应对一切的前提是有一个良好的身体素质,因此,体育锻炼习惯是必不可少的;其次,是健康知识与技能的掌握和运用方面,在生存教育中,面对安全应急事件,学生应精准的掌握逃生技能、自救与他救技能<sup>[7]</sup>;再次,良好的情绪调控能力能让学生保持强大的心理素质,临危不乱、沉着冷静;最后,体育教学中对环境适应能力的要求也是生存教育中的学习内容,只有提升学生的环境适应能力,与他人、社会和谐相处,才能让学生在社交中免受校园霸凌事件<sup>[8]</sup>。因此,体育教学中要求的健康行为同样适用于生存教育,二者是具有同质性的。

# 3 生存教育融入体育教学策略研究

## 3.1 体育品德角度——体育课德育渗透法

德育渗透法即将德育贯穿整堂体育课,主要以教师说教和学生总结体会的方式进行,目的是通过德育渗透法提升学

生对生命的保护意识,树立爱护自己及他人生命的责任<sup>[9]</sup>。生存教育首先是意识先行,生活在现代化社会,学生危机意识相对淡薄,面对危机状况时应对能力不足。因此,体育课德育渗透法是生存教育意识先行的有效方法。在体育课中我们可以从课前、课中、课后三个时间段对学生开展生存教育<sup>[10]</sup>。首先,在课前,一般是课堂常规部分,教师可以以安全运动为主题开展,如让学生养成正确的运动着装习惯,在运动中若出现擦伤、扭伤等状况,首先要停止运动,学会求救,对自身受伤状况要有一定的自我判定意识,若骨折则原地不动求救,若擦伤、扭伤将进行正确的后续处理;其次,在课中要为学生树立规则意识,让学生明白不管是在学校还是社会,所有人必须在规则范围内活动,不可越线,如生活中要严格按照交通法规行进,不可乱闯红灯和逆行,在比赛中要诚信自律,要尊重对手;最后在课后总结中,要善用竞赛结果来提升学生的团队精神,让学生明白团队的力量,从而提升学生的社交能力,使学生能与同学和谐相处,规避校园霸凌现象。体育课德育渗透法是用一种潜移默化的方式将生存教育融入其中。

## 3.2 运动能力角度——情境导入法

情境导入法是指在体育教学中,引入安全应急情景,引导学生开展学习活动。在日常体育教学中,引入火灾、地震等模拟情境,不仅能丰富体育教学手段,还能提高学生学习兴趣,提升学习效果。因此,根据“新课标”中规定的课程内容,首先处于水平一的学生在体育课中主要学习移动性技能的内容和练习方法,如追逐跑、钻越、躲避、攀爬。生存教育方面主要引导学生形成判断危机情境及拨打求救电话的意识。那么在水平一课程中可引入躲避蜜蜂的情景,既能锻炼学生移动性技能,认识会对自身产生危害的动物如蜜蜂、猫狗等,还能学习动物蜇伤,咬伤后的简单处理方法。若遇到自己处理不了的情况时,要熟知急救电话。其次,水平二的学生处于体能发展敏感期,要重点发展学生柔韧性、协调性、灵敏性等身体素质。生存教育中,主要培养学生面对危险情景时学会逃生及运动伤病的简单处理方法,可以在水平二课程中引入火灾逃生情景,通过设置障碍逃生锻炼学生体能,同时让学生了解火灾地震情景如何正确逃生,逃生后出现运动损伤,如扭脚、擦伤等如何进行简单处理。最后,处于水平三的学生,主要学习了解并运用体能发展的基础知识和多种练习方法。如发展肌肉力量可用跳台阶等方法,发展反应能力进行变向跑等方法。在生存教育中,主要让学生掌握并运用一些情绪调控方法,知道骨折和心肺复苏的处理方法<sup>[12]</sup>。那么在水平三可以引入校园欺凌情景,在体育课中通过“耍猴”抢球游戏,具象地建立“多对一”这样的校园

欺凌事件的模型,提升学生对校园欺凌事件的认知能力,当出现校园欺凌事件时,引导学生进行正确的处理<sup>[13]</sup>。

### 3.3 健康行为角度——多维评价法

多维评价法指学生在课中、课后对自身的安全意识、生存知识与技能的掌握、情绪调控、生活应用四个维度进行评价。从健康行为角度看,生存教育融入体育教学旨在将学生学习到的知识、技能真正内化于日常健康生活中,因此,从健康行为的角度找到了这四个维度对学生学习状况进行评价。

评价方法主要以过程性评价与终结性评价为主,并与课后的反馈性评价相结合<sup>[14]</sup>。例如在课例教案《折返跑——消防小卫士》中,过程性评价主要以折返跑动作技能学习为主要评价内容,如起跑速度快慢、是否能启动;终结性评价主要以消防知识掌握为主进行评价;在课后的反馈性评价中主要以学生在实践活动中学习并运用的消防知识为主,例如学生是否能教授家人消防栓灭火方法,是否能为家人展示火灾逃生方法。通过课中、课后的及时性评价了解学生本课的学习效果,通过反馈性评价了解学生学以致用用的效果,通过多元评价方法对学生学习起到激励和反馈作用<sup>[15]</sup>。

## 4 结语

总之,在核心素养视域下,生存教育融入体育教学是正确诠释课程改革与创新的一种有效途径,生存教育的融入可以更好地培养与提升学生的生命保护意识、应急与避险能力、社会适应能力,具有现实意义。通过结合一线体育教学实践案例,采用具体有效的方式将生存教育融入体育教学,使二者共生、共存、共发展,不管是从核心素养视角还是现实应用视角来看,生存教育融入体育教学都是极具可行性的方式。

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,2022:5-10.

[2] 中华人民共和国教育部.关于全面深化课程改革,落实立德树人根本任务的意见[EB/OL].[http://www.moe.gov.cn/srcsite/A26/jcj\\_kcjcgh/201404/t20140408\\_167226.html](http://www.moe.gov.cn/srcsite/A26/jcj_kcjcgh/201404/t20140408_167226.html).2014-04-08.

[3] 联合国教科文组织,国际教育发展委员会.学会生存:教育世界的今天和明天[M].北京:教育科学出版社,1972.

[4] 韦建桦,中共中央马克思恩格斯列宁斯大林著作编译局.马克思恩格斯选集.第二卷[M].北京:人民出版社,2012:422.

[5] 吴冬杰.学会生存:应急生存教育融入体育课程的思考[J].教育视界,2020(34):64-67.

[6] 郝篆香,蔡敏.美国中小学安全教育的实施及其启示——以南卡罗来纳州为例[J].外国教育研究,2011,38(11):31-36.

[7] 尹艳秋.培养“生存能力”——21世纪日本教育的基本走向[J].外国教育研究,2000,27(1):26-29.

[8] 吴小玮.美国童子军训练及对我国青少年生存教育的启示[J].教育科学文摘,2016(1):57-58.

[9] 柏铁山,邱程.生存教育:国外理论与实践思考[J].连云港师范高等专科学校学报,2017,34(1):59-62.

[10] 张戈瑜.学科核心素养视域下高中体育教师教学行为优化策略研究[D].济南:山东师范大学,2019.

[11] 张焕卫.核心素养要求下中小学体育课堂教学的困境与改进探究[J].当代体育科技,2023,13(24):150-153.

[12] 郭洪亮,谢磊,张琪,等.生成性体育教学:体育学科核心素养培育的应然路径[J].沈阳体育学院学报,2021,40(2):44-51.

[13] 黄隽,张绣亮,关鹏.渗透“三生教育”理念的高校公共体育课程架构探析[J].体育文化导刊,2018(7):101-106.

[14] 裴彩利.学校体育融入生存教育理念的策略[J].山西师大体育学院学报,2009,24(3):66-68.

[15] 李冲,史曙生.新时代生存教育融入学校体育的原因及实践策略[J].体育文化导刊,2019(1):100-104.