

# 小学体育与健康教育跨学科融合和优化策略

张周龙

常州市新北区万绥小学, 江苏 常州 213100

DOI: 10.61369/SDME.2025180030

**摘 要 :** 随着教学改革的不断深入, 五育并举的育人理念深入人心, 体育是五育并举的重要组成部分, 在促进学生实现全面发展方面, 发挥着不可或缺的作用。体育是小学阶段的重要课程, 是培养学生良好身体素质、正确运动意识与健康观念的有效途径, 加强小学体育教学改革, 有助于提升学生综合素质, 是顺应五育并举教育理念的必然选择。在小学体育与健康教育教学当中, 教师应转换教学思维, 加强体育与其他学科的紧密结合, 打破学科界限, 进行跨学科融合教学, 充分发挥不同学科的优势, 形成育人合力。以期通过跨学科融合教学手段, 提升教学质量与育人成效, 为学生实现身心健康发展奠定良好基础。

**关 键 词 :** 小学教育; 体育与健康教育; 跨学科融合; 优化策略

## Optimization Strategies for Interdisciplinary Integration of Primary School Physical Education and Health Education

Zhang Zhoulong

Wansui Primary School, Xinbei District, Changzhou, Jiangsu 213100

**Abstract :** With the continuous deepening of teaching reform, the educational concept of "simultaneous development of moral, intellectual, physical, aesthetic, and labor education" has been deeply rooted in people's minds. Physical education is an important part of this concept and plays an indispensable role in promoting students' all-round development. As a key course in primary school, physical education is an effective way to cultivate students' good physical fitness, correct sports awareness, and healthy concepts. Strengthening the reform of primary school physical education teaching is conducive to improving students' comprehensive quality and is an inevitable choice to conform to the educational concept of "simultaneous development of the five educations". In primary school physical education and health education teaching, teachers should change their teaching thinking, strengthen the close integration of physical education with other disciplines, break down disciplinary boundaries, carry out interdisciplinary integration teaching, give full play to the advantages of different disciplines, and form a joint force in education. It is expected that through interdisciplinary integration teaching methods, the teaching quality and educational effectiveness can be improved, laying a solid foundation for students' physical and mental health development.

**Keywords :** primary school education; physical education and health education; interdisciplinary integration; optimization strategies

## 引言

在新课标背景下, 小学体育与健康教育教学应强调核心素养提升, 为达成这一要求, 小学体育教师应积极探索新型教学手段。跨学科融合教学打破学科之间的壁垒, 将小学体育与健康教育与语文、音乐等学科进行有机结合, 深度融合, 充分尊重学生在学习中的主体地位, 激发其学习积极性, 同时为学生带来更丰富的教学内容, 培养学生运用跨学科知识解决问题的能力, 是提升小学生综合素养、为未来生活与学习奠定基础的有效手段, 也为小学体育与健康教育改革指明方向<sup>[1]</sup>。

## 一、小学体育与健康教育跨学科融合的价值与意义

一方面, 有助于培养学生知识技能和体育精神。在小学体育

与健康教育教学中开展跨学科融合教学, 将语文、数学、音乐等多学科的知识技能融合在体育活动中, 明确学习主题, 启发和指导学生<sup>[2]</sup>。有助于拓展小学体育与健康教育教学内容, 实现知识

技能与体育精神共同培养，同时也能实现体育与其他学科的相互促进、相互补充，全面提升教学成效。基础教育体系中有多种学科，各学科教育教学的内容、方式、组织形式都不尽相同<sup>[3]</sup>。在跨学科主题学习活动中，还能陶冶学生的审美情操，强化劳动意识，培养学生科学的体育运动习惯，有助于维护学生的身心健康，促进学生综合素质的全面发展，培养更多优秀的中国特色社会主义建设者和接班人<sup>[4]</sup>。

## 二、小学体育与健康教育跨学科融合的教学策略

### （一）加大培训力度，提升师资素养

学校要定期组织教师参加跨学科教学的培训工作，请有关专家讲座，介绍跨学科融合的理念、方法和案例，并组织教师参加相关学术研究会，加强与同行的教学交流，拓宽教学的视野。同时促进教师自我成长，鼓励教师进行教学的实践与反思。教师自身要认识到跨学科教学意识，积极学习其他学科知识，丰富自身知识储存，可以通过阅读相关书籍、网络学习等方式，丰富自身数学知识、科学知识、文化知识，为实施跨学科教学工作打下基础<sup>[5]</sup>。教师要积极开展跨学科教学的实践探索活动，在教学的实践中不断探索和总结经验，教学结束后，及时进行反思，分析教学中所存在的问题，思考解决办法，使跨学科教学能力逐渐提高。

### （二）丰富教学主题，创设良好环境

在进行跨学科教学的过程中，教师应充分尊重学生在教学活动中的主体地位，依据学生年龄特点、兴趣爱好、学习实情等等，设计更符合学生需求且具有一定趣味性的教学主题，提升小学体育与健康跨学科融合的教学成效。教师可以从时政出发，引入当前热门话题，如大型体育赛事、体育趣闻等等，组织学生观看相关比赛，调动学生运动兴趣，还能让学生学习运动员的体育精神，激发学生对体育学习的潜力<sup>[6]</sup>。教师还可以以传统文化为主题，引入武术、太极拳等传统体育项目，向学生介绍其历史渊源、文化背景等，实现体育素养与知识水平的双重提升，推动中华优秀传统文化的传承、弘扬与发展。需要注意的是，在丰富教学主题的过程中，应充分重视其他学科与小学体育与健康之间的关联性，实现两者之间的自然融合、深度融合，让学生在不经意间提升综合素养，不因为了满足跨学科融合的教学需求而进行生拼硬凑，反而影响教学成效。基于此，教师可以为小学体育与健康教育实现化学科融合创设良好的学习环境，进一步实现其与其他学科的有机融合，提升育人的实效性<sup>[7]</sup>。一方面完善物质环境，为体育教学提供充足的硬件设施，满足跨学科教学需求，不仅包括体育器材，还包括课堂布置，如多媒体设备、图书、文化墙等。另一方面营造轻松愉悦的教学环境，教师在教学中应注重情感交流，构建和谐友善的师生关系，打造民主、宽松的课堂氛围，鼓励学生积极参与课堂活动，大胆表达自身观点，增强学生自信心与学习热情。

### （三）完善评价体系，提升教学质量

评价是教学活动的重要组成部分，为了适应小学体育与健康

跨学科融合的趋势，教学评价体系也应进行适当的调整。首先，加强过程性评价。传统的小学体育与健康教育，往往采用终结性评价模式，通过期末或期中对学生进行体育项目评测或健康知识考核成绩，对学生整体发展进行评估，这一模式在很大程度上忽视了学生的发展性，评价结果也不够科学、全面<sup>[8]</sup>。因此，教师要注重学生在日常学习生活中的跨学科学习表现，如课堂参与度、解决问题能力等，并进行及时的观察与记录，将其纳入到评价体系中，以更全面地反映学生的综合素质，提供及时的教学反馈，鼓励学生不断进步。其次，采用多元化的教学评价。除了教师评价外，还可以采用学生自评、生生互评等多种评价方式，从不同视角了解学生实际学习情况，从而提升评估结果的准确性。同时学生参与教学评价，还能鼓励学生进行自我反思，学习他人的长处，实现共同进步<sup>[9]</sup>。最后，关注跨学科素养的评价。除了评估学生体育技能与健康知识的掌握情况外，在考核过程中还应引入考核学生跨学科思维、不同学科知识综合运用能力等的评价指标，如学生能否运用其他学科知识或学习经验解决体育与健康问题，从而提升跨学科融合的教学成效<sup>[10]</sup>。

## 三、小学体育与健康教育跨学科融合的教学实践

其一，与劳动教育相融合。劳动教育是五育中的重要部分，也是小学教育的基础环节。在小学体育与健康跨学科融合的教学实践中，教师可以引入劳动教育，通过模拟劳动情境等方式，为学生带来更丰富的教学内容，培养学生吃苦耐劳的精神品质与正确的劳动观念<sup>[11]</sup>。教师可以设置趣味性游戏活动，如引入以“蔬菜种植”为主题的课堂游戏，在跑道两侧分别设置对“农田”与“种植工具”，让学生通过接力往返跑的形式，完成播种、浇水等任务，还可以让学生盘腿坐下，围绕成一个圈传递蔬菜，模拟蔬菜运输的过程，锻炼学生上肢及腰腹肌核心力量，既锻炼了身体，又体验了农耕乐趣。教师还可以向学生示范播种、施肥、采摘等农耕技巧，让学生将这些动作融入到体育活动中，提升身体素质，还能让学生感受劳动与丰收的喜悦。其二，与音乐学科相融合。音乐在小学体育与健康教育中的应用方式多种多样，学生在广播体操等活动中，已经初步感受音乐与体育活动的融合，在此基础上，教师可以进行进一步创新与优化，为学生带来更多趣味性和挑战性的运动体验。在长跑训练中，教师可以播放一段具有节奏感且节奏性差异较大的音乐，让学生根据音乐的节奏变换跑步频次、呼吸与步伐，在音乐的带领下进行快速与慢速跑的交替训练，培养学生良好的心肺能力，还能提升他们的协调性和耐力<sup>[12]</sup>。

## 四、结束语

综上所述，小学体育与健康教育的跨学科融合是教育改革的必然趋势，在增强学生综合素质方面显得至关重要。学校和教师需要深刻理解跨学科融合的重要性，积极寻求创新和探索，通过精心策划跨学科主题、提升教师跨学科教学能力、完善评价体系

等手段，在提升学生体育与健康素养的同时，强化多学科的知识与技能，提升跨学科解决问题的能力，为他们的终身发展打下坚实的基础。同时也为小学体育与健康教育教学改革注入活力，推动教育质量的全面提升。

参考文献

[1] 孟宪福. 新课改背景下小学体育与健康大单元教学实践探究 [C]// 河北省青少年素质教育研究会. 首届教育教学改革创新交流会议论文集. 东阿县姚寨镇中心小学, 2025: 424-425. DOI: 10.26914/c.cnkihy.2025.015437.

[2] 王超. 基于跨学科视域下的小学体育心理健康教育探析 [N]. 科学导报, 2025-03-12(B03). DOI: 10.28511/n.cnki.nkxdb.2025.000147.

[3] 徐勇前. 体育与健康学科核心素养对小学体育教学的启示研究 [C]// 中国智慧工程研究会. 2024 数字化教育教学交流会议论文集 (上). 慈溪市实验小学教育集团, 2024: 263-264. DOI: 10.26914/c.cnkihy.2024.064359.

[4] 王有明. 将中国共产党人的精神谱系融入小学体育与健康教育课程思政研究 [C]// 北京体育科学学会, 天津市体育科学学会, 河北省体育科学学会. 京津冀学校体育工作学术研讨会论文集. 北京市石景山区银河小学, 2024: 138. DOI: 10.26914/c.cnkihy.2024.062999.

[5] 位晨晨. 体育与健康课程跨学科主题学习中爱国主义教育实践的探索——以小学障碍跑传承红色精神为例 [C]// 北京体育科学学会, 天津市体育科学学会, 河北省体育科学学会. 京津冀学校体育工作学术研讨会论文集. 廊坊经济技术开发区第十小学, 2024: 119. DOI: 10.26914/c.cnkihy.2024.062982.

[6] 赵子煦, 贺中彬, 李倩. "双减"背景下体育与健康大单元作业设计与实践——以人教版小学《体育与健康》水平二"小篮球"单元为例 [C]// 陕西省体育科学学会, 陕西省学生体育协会. 第二届陕西省体育科学大会论文摘要集 (专题四). 西安工业大学附属小学, 2024: 224-240. DOI: 10.26914/c.cnkihy.2024.010413.

[7] 何凯. 新课标下小学体育与健康室内课的有效教学 [C]// 陕西省体育科学学会, 陕西省学生体育协会. 第二届陕西省体育科学大会论文摘要集 (专题八). 灞桥区东城第五小学, 2024: 209-217. DOI: 10.26914/c.cnkihy.2024.008139.

[8] 赵子煦, 贺中彬, 李倩. 新课标背景下融入 STEAM 教育理念的小学体育与健康跨学科主题学习的教学与实践——以西安工业大学附属小学无线电社团为例 [C]// 陕西省体育科学学会, 陕西省学生体育协会. 第二届陕西省体育科学大会论文摘要集 (专题八). 西安工业大学附属小学, 2024: 243-248. DOI: 10.26914/c.cnkihy.2024.008144.

[9] 刘宇翔, 苏珍珍. 陕西省小学体育与健康课程中啦啦操运动的融合模式与实践策略研究 [C]// 中国班迪协会, 澳门体能协会, 广东省体能协会. 第十二届中国体能训练科学大会论文集 (上). 西安体育学院, 2024: 105-110. DOI: 10.26914/c.cnkihy.2024.009820.

[10] 邝锡汉. 共探创新"体育+", 多元赋能新课堂——新课标视域下小学体育与健康跨学科融合教学的策略探究 [C]// 广东教育学会. 广东教育学会 2024 年度学术讨论会暨第十九届广东省中小学校 (园) 长论坛论文选 (六). 鹤山市共和镇中心小学, 2024: 1492-1500. DOI: 10.26914/c.cnkihy.2024.077753.

[11] 杨国均. 小学体育与健康跨学科协同教学探究——评《小学体育协同教学》[J]. 中国教育旬刊, 2024, (05): 125.

[12] 冯飘飘. 新课标下小学体育与健康教学评价措施的改革和运用 [C]// 中国文化信息协会, 中国文化信息协会文教成果交流专业委员会. 2024 年文化信息发展论坛论文集 (二). 兰州市城关区南山路小学, 2024: 58-60. DOI: 10.26914/c.cnkihy.2024.009492.