

# 综合素质身体性：网球课程“三有三声”模式的理论诠释

褚金梁<sup>1</sup> 焦顺鑫<sup>2</sup> 隋宗昀<sup>3</sup>

1. 山东华宇工学院 山东 德州 253034

2. 青岛市技师学院 山东 青岛 266229

3. 晨曦网球俱乐部 山东 德州 253034

**摘要：**实现知识传授、能力培养和价值塑造的有机统一是提升大学生综合素质的核心所在，体育学科以其独特的“身体在场”“情感高峰”“规则情境”等特点，为综合素质教育提供了天然的“生成式”场域。本研究聚焦山东华宇工学院《大学体育-网球》课程，深入探索“三有三声”教学模式的理论基础和实践路径，能够为体育课程综合素质教育的有效实施提供理论支持和实践。通过文献调研、专家访谈、教学模型构建与教学实践等方法，本研究创新性地提出“身体生成性素质”概念，并构建了“情境体验—品德生成—技能提升—再情境”的四阶模型。研究结果表明，该教学模式在提升学生品德表现与技能水平方面成效显著，为体育课程综合素质教育的落地生根提供了全新思路与科学方法，同时对推动高校体育课程综合素质建设具有重要的理论和实践意义。

**关键词：**身体素质；网球教学；三有三声；综合素质；德技相长

引言：将综合素质教育贯穿于各类课程教学中，实现知识传授、能力培养和价值塑造的有机统一是提升大学生综合素质的新时代高校教育目标。体育学科以其独特的“身体在场”“情感高峰”“规则情境”等特点，为综合素质教育提供了天然的“生成式”场域。然而，当前体育课程综合素质教育在素质元素深度挖掘、融入方式巧妙设计以及科学评价机制构建等方面仍面临诸多挑战与困境。鉴于此，本研究聚焦山东华宇工学院《大学体育-网球》课程，致力于探索“三有三声”教学模式的理论基础和实践路径，旨在为体育课程综合素质教育的有效实施提供理论支持和实践范例，助力高校体育课程综合素质建设迈向新台阶<sup>[1]</sup>。

## 1 文献综述

### 1.1 综合素质教育的内涵与实施模式

综合素质教育的实施模式主要包括融入式、嵌入式和生成式三种。融入式主要将素质元素嵌入知识点，多见于文科；嵌入式通过案例、故事将价值观“插”进教学环节，多见于理工科；生成式则让学生在问题解决或身体体验中自然生成价值认同，尚处于探索期，体育学科尤其稀缺。这一模式高度契合体育学科的实践性与体验性特点，为体育课程综合素质教育的创新发展提供了广阔空间与全新思路。

### 1.2 体育课程综合素质教育的独特价值

体育学科以其“身体在场”“情感高峰”“规则情境”等特点，为综合素质教育提供了天然的“生成式”场域。体育课程不仅仅提升学生的身体素质，还能通过

体育活动中的文化精神、学习过程、学习所需的思考和品质等，培养学生的品德和价值观。但是，当前体育课程在素质教育，特别是素质元素挖掘、融入方式和评价机制等方面存在一定的混乱和不足，如素质元素挖掘不够深入、融入方式较为生硬、评价机制不够完善等，这些问题严重制约了体育课程综合素质教育效能的充分发挥，亟需通过深入研究与实践探索加以改进与完善。

### 1.3 “三有三声”理念研究进展

“三有三声”理念由王文湛（2018）提出，旨在破解课堂“抬头率”难题。该理念强调课堂要“有趣、有德、有助”，并以“笑声、掌声、回声”为表征。近年来，“三有三声”理念在基础教育各学科中得到了广泛传播与应用，众多学科纷纷结合自身特点开展实践探索，取得了显著成效。但在体育教学方面，与之相关的研究与实践相对较少，这样是本研究可以展开或者拓展研究的方面，也凸显了将“三有三声”理念引入体育课程综合素质教育的创新价值与现实意义。

## 2 研究方法

### 2.1 文献调研

文献调研是本研究的基石，研究团队围绕综合素质教育、体育育人、网球教学以及“三有三声”理念四大核心维度，梳理了国内外相关研究成果。通过深入研读大量学术文献，清晰地勾勒出当前综合素质教育与体育课程综合素质教育的研究现状与发展趋势，还精准地定位了现有研究的不足之处，为后续研究方向的确定与研究内容的设计提供了坚实的理论支撑与明确的实践指

引。同时文献调研工作,本研究为后续的专家访谈、教学模型构建以及教学实践等环节筑牢了理论根基,确保整个研究过程始终沿着科学、合理的轨道稳步推进。

## 2.2 专家访谈

为深入了解山东华宇工学院《大学体育-网球》课程综合素质教育现状与存在问题,研究团队精心设计并实施了专家访谈环节。访谈对象涵盖了山东华宇工学院《大学体育-网球》课程的任课教师以及体育教研室管理层教师,通过专家丰富的教学经验和专业素养,为本研究提供了宝贵的建议和方向。访谈内容聚焦于素质元素挖掘、融入方式设计、教学方法创新以及评价机制构建等多个关键领域,通过与专家们的深入交流与探讨,研究团队初步掌握了当前综合素质教育实施过程中存在的突出问题,主要在元素挖掘、融入方式、评机制等方面,这些问题的精准定位为后续教学模型的优化构建与教学实践的针对性改进提供了明确的方向指引,使研究能够紧密贴合教学实际需求,切实解决教学一线面临的实际困境,增强研究的实践指导价值与应用实效性。

## 2.3 教学模型构建

基于前期文献调研与专家访谈所积累的丰富理论知识与实践经验,研究团队创新性地构建了“情境体验—品德生成—技能提升—再情境”的四阶综合素质教育模型。该模型以学生为中心,以体育活动为载体,巧妙地将价值生成与网球技能培养有机结合,实现了综合素质教育理念在体育学科中的深度落地与创新应用。模型的四个阶段形成了一个紧密、完整的教学闭环:在“情境体验”阶段,教师通过创设丰富多样的体育情境,用模拟比赛、团队合作练习等,激发学生的情感共鸣和学习动机,让学生在情境中初步感知素质元素;“品德生成”阶段则是在情境体验的基础上,引导学生通过小组讨论、角色扮演、案例分析等方式,在情境中带着思考其中的价值观,在过程中达到素质的自然生成和品德的内化;“技能提升”阶段将品德生成与网球技能训练有机结合,让学生在掌握网球技能的过程中进一步巩固与升华所学的价值观念;“再情境”阶段是对整个教学过程的总结与升华,通过创设新的情境,让学生将所学技能与品德在新的情境中进行应用与迁移,实现品德与技能的螺旋式上升,最终达到“以德促技、以技悟德”的循环。这一四阶模型不仅回应了综合素质教育生成式改革的学术诉求,更为“三有三声”理念在体育课程中的实践应用提供了可操作性强、可复制性高的课堂级操作框架。

## 3 研究结果与讨论

### 3.1 “身体生成性素质”的创新性

在深入研究体育课程综合素质教育的独特价值与实施路径过程中,本研究提出了“身体生成性素质”概念。这一概念的提出,旨在突破传统素质教育中以“知识灌输”为主的单一模式,强调体育课程综合素质教育的本质路径应聚焦于“身体生成”。具体而言,“身体生成性素质”是指学生在体育活动中,通过身体的直接参与和亲身体验,自然生成品德素养与综合素质。在体育教学过程中,学生不再是被动的知识接受者,而是通过积极参与体育活动,如在网球比赛中遵守规则、与队友协作配合、面对胜负保持良好心态等,亲身感受规则意识、团队精神、竞争精神等素质元素,从而在身体实践中实现价值观的内化与生成。这一概念的提出,为体育课程综合素质教育的理论研究与实践探索提供了全新的视角与理论支撑,使体育课程综合素质教育能够更加精准地把握体育学科的育人特性,充分发挥体育活动在品德与素质培育中的独特优势,实现体育课程综合素质教育从理论到实践的深度转型与创新发展。

### 3.2 “三有三声”课程综合素质教学模式的理论诠释

“三有三声”课程综合素质教学模式的理论基础在于“身体生成性素质”概念,强调通过体育活动中的身体体验实现价值生成。“三有三声”模式包括四个方面:(1)有趣:通过游戏化、角色化等教学方法,激发学生的学习兴趣 and 动机,运动乐趣是最好的老师。例如,在教学中,可以设置趣味性的网球游戏,如“网球接力赛”“网球保龄球”等,让学生在轻松愉快的氛围中逐渐掌握网球技能,同时培养团队意识和合作精神。(2)有德:通过诚信计分、尊重对手、团队合作等教学内容,培养学生的品德和价值观。例如,在网球比赛中,强调诚信计分,引导学生尊重裁判、尊重对手,培养学生的诚信意识和尊重他人的品质。(3)有助:通过师徒结对、小组挑战等教学方法,帮助学生提升技能水平,增强自信心。例如,在分层教学中结成师徒对子,进行一对一的网球技能指导,既帮助学生提升技能,又增强学生的责任感和自信心。(4)三声:通过课堂上的“笑声、掌声、回声”,营造积极向上的课堂氛围,增强学生的参与感和成就感。例如,在课堂上适时运用形象比喻和幽默语言,引发学生的笑声;给予多元即时评价、学生掌声,增强学生的自信心;通过课后学习日记,引导学生进行深度反思,留下久久“回声”。

### 3.3 “三有三声”课程综合素质教学模式的创新与价值

“三有三声”课程综合素质教学模式的创新性在于其“身体生成性素质”概念,这一概念突破了传统素质培养中以“知识灌输”为主的单一模式,强调通过身体

的直接参与和亲身体验,自然生成品德素养与综合素质。这种模式不仅能够有效提升学生的品德表现与技能水平,还能够通过身体实践实现价值观的内化与生成。该模式的理论价值在于其对体育学科育人特性的精准把握,充分发挥了体育活动在品德与素质培育中的独特优势,实现了体育课程综合素质教学从理论到实践的深度转型与创新发展,实践价值则体现在其清晰的操作框架与实践路径。

#### 4 结论与展望

本研究通过系统深入的文献调研、科学严谨的专家访谈、创新性的教学模型构建以及扎实有效的教学实践,对山东华宇工学院《大学体育-网球》课程中的“三有三声”课程综合素质教学模式进行了全面探索与实践验证。研究表明,该教学模式能够提升学生品德表现和技能水平,能够有效激发学生的学习兴趣 and 动机,促进学生全面发展,为体育课程综合素质教育的实施提供了新的思路与方法,对推动高校体育课程综合素质建设具有重要的理论与实践意义。

然而,本研究在实践过程中也发现了一些不足之处,如样本局限性较大,仅在山东华宇工学院的部分班级进行实践,难以全面反映该教学模式在不同地区、不

同层次高校中的普适性与适应性;评价工具的使用会在学生在进行自评量表时易受到主观意识和社会关系的影响,而“品德关键事件观察表”涵盖内容也相对较少;教学资源相对不足,高质量的情境设计、微课视频数量有限,现有案例多聚焦于“尊重”“诚信”等常见主题,对“家国情怀”“生态文明”等宏观主题的覆盖不够全面;面对这些问题,未来研究增加样本量和进一步完善评价工具,通过增加观察维度、优化量表设计等方式,提高评价工具的信效度,确保教学效果评估的科学性与准确性;加大教学资源开发力度,丰富情境设计与微课视频资源,拓展素质主题覆盖范围,实现素质元素与体育教学内容的深度融合;同时,积极探索课程衔接与学分认定机制,将素质学分与通识课、社团实践、竞赛服务等有效结合,构建全方位、多层次的“大素质”育人格局,推动体育课程综合素质教育的深入发展与全面实施,为高校综合素质教育工作贡献更多体育学科的力量与智慧。

#### 参考文献

[1]宋时佳,于科宇,许燕明.高校网球课程思政的育人内涵、面临问题与推进策略[J].佳木斯大学社会科学学报,2023,41(02):197-200.