

“微”课给数学课堂注入新生命

朱晓艳

(马鞍山市和县历阳镇公路小学 安徽 马鞍山 238200)

[摘要] 微课体现一个“微”字，但始终是一个完整的“课”。这种完整体现在：逻辑思维完整、内容短小精悍、主题个性精炼、教师隐身、画面美观简洁、语言精准。微课不仅展示了教师对信息化知识操作的能力，而且展示了教师对专业化知识的素养掌握，同时更加强调了以孩子为主体的作用。

[关键词] 小学数学；微课；探索；制作

引言

微课之所以“微”，它体现在时间短，内容短小精悍。以微型视频教学为载体；老师旁白解说、播放为媒介；以学生学习的内容为本质；注重学生为主体等多个因素构建而成。虽然它与传统的课堂教学有所区别，但两者教学思路的完整性却是一致的。

一、探究微课是什么

“微课”不是辅助教学的多媒体课件，不是课堂实录的视频切片，也不是其中一个教学环节。而是一个有导入、有讲解、有示例、有总结的教学过程。

教师制作时要充分考虑到备与教的统筹安排，以保障微课制作的完整性与教学的有效性。同时还要备好相应的微教案、微课件、旁白、自主学习任务单等。把这些资料串联起来转化成完整的微课，以视频形式表现出来，给学生创造一个有针对性自主学习空间和可反复播放的一个学习平台。

二、探索微设计的四要素

一个“微课”的设计包括了：微教案、微课件、旁白、自主学习任务单。它体现了教师对专业化知识的素养掌握；体现了教师对信息化知识的能力操作；体现了教师语言精准，思路清晰；更体现了以孩子为主体的新视听教学模式。

1. 微教案以孩子为主体，个性内容为支撑。

一个好的微课一定要以好教案为前提，不在于拆分课堂，而在于缩小主题，精炼语言。

(1) 课前认知、学前准备。

课前我在班级做了一个调查，从孩子们对哪一单元哪一知识点的题目不理解或是不会，我都做了详细的记录。如果个别孩子不会的，那就写一对一的微教案，开头以：小朋友你好导入。

(2) 课中展示、学中提问。

微教案的编写并不难，难的是怎样吸引孩子们的注意力，从而达到教学的目的。

例如：以《9加几》编写教案为例，课堂设计是这样展开的。

(一) 放儿歌“小兔子乖乖”让孩子跟着唱并和小兔比赛练习10以内加减法，引出主题：9加几怎么算？

(二) 层层递进，得出结论。

①以儿歌“拔萝卜”引入，来数一数一共有多少个萝卜。

②以小棒凑十，来数一数一共有多少个萝卜。

③以小手分成法来分解4，把9凑十，从而得出共有多少个萝卜。

④小结得出：看大数、分小数、凑十数、加剩数、写得数。

(三) 练习：9+5、9+6牢记凑十法口诀。

(四) 总结：这节课的启示是让大家明白9加几怎样算，在进阶练习中会进一步的巩固。

可以想象，让孩子们在玩中学、学中玩，再从玩中找答案，这样有趣的课堂，是孩子们最喜爱的课堂，它简约而不简单。

(3) 课后总结、学后反思。

一个成功的微课不仅要考虑课内总结要精准，更要注重学后反思。

如：《9加几》一课为例，我总结出精准的5句口诀：“看大数、分小数、凑十数、加剩数、写得数”。从一节课的总结与反思中，我感悟到总结一定要语言精练、表达准确、关键是以孩子为主体，容易记住，并掌握，才是王道。

2. 微课件以为教案为主体，画面美观简洁为支撑。

微课件是一个微课的眼睛，它聚焦了：主题精炼、设计新颖、画面简洁、文字清晰，且内容短小精悍。

我在制作课件时参照教育部微课大赛的要求总结如下几点：

(1) 动静结合：给人以动感和空间的美感。

(2) 图文并茂：以绘制图形为主，更贴合题目，给人以亲和感。

(3) 背景素材：选材淡雅，给人以画面柔和感。

(4) 字体搭配适当，艺术字不乱用。

如：以《求三角形的高》一课为例，呈现课件知识脉络如下：

①三角形面积公式→还原平行四边形→推导出求高公式

②巩固练习求三角形的高→同步视频练习→提问S ×2是什么意思

③回顾总结

3. 旁白以教案、课件为主体，语言精练为支撑

旁白是一个微课的灵魂，传达了教师对专业化知识语言的精准表述，体现了教师对时间的掌握，以3-8分钟为最佳。

(1) 旁白最主要以音频形式表现出来，考虑到电脑录音设备和场地等条件均不允许的情况下，我选择了移动端手机录音，这样大大提升了录音的质量，且不受场地、师容等限制，真正做到了我的旁白我做主。

如：《求三角形的高》5分半的旁白讲稿为例，录制简要过程是这样展开的：

①直接引入主题：回顾三角形的面积是什么？

②一步步还原平行四边形的面积，推导出三角形的求高公式。

③通过练习，进一步和老师同步视频验证求高的推导公式。

④老师提问帮助巩固求高公式的来源。

⑤回顾反思，以及小结。

通过多次反复的录制，发现旁白讲演必须以孩子为主体，适当的评价也很重要。

4. 自主学习任务单以观看视频为主体，独立完成作为支撑。

学习任务单的设计很关键，不仅体现了教师对知识的内在联系的驾驭，还包括了教师对教学目标的理解、教学方法的渗透以及对学习层层递进过程的把握。

参照教育部微课大赛要求，我总结任务单包括以下三点：

(1) 学习指南：即学习主题、达成目标、学习方法、等。

(2) 学习任务：通过观看微课，需独立完成练习。

(3) 困惑与建议：让学生填写学习当中的心得和建议。

三、摸索屏幕录制，整合碎片，生成微课。

通过查阅资料发现，国内常用的微课录制方式有以下四种形式：

1. 专业摄像机(DV)+黑板或电子白板。

2. 智能手机+白纸。

3. 屏幕录制软件+ppt。

4. 屏幕录制软件+手写板+画图工具。

我选择第二种和第三种并用的方式来进行屏幕录制。工具的选择如下：

电脑、录屏软件、手机录音MP4、ppt软件、视频生成软件。

(下转第20页)

法。在围绕训练计划开展篮球体能训练时,教练员还要根据运动员的体能发展状况、发展规律及时调整训练方案,以确保篮球体能训练的有效性。

3.2 增加体能训练投入,合理安排训练时间

导致高校篮球运动员体能较弱的原因非常多,主要原因就是体能训练经费紧张,体能训练强度低,训练的科学性有待强化。就目前来说,我国高校篮球运动还无法像美国那样实现产业化,完全靠球队自己来筹集资金就可发展,我国高校篮球运动发展离不开领导部门的关注和支持。而要想解决篮球运动员体能训练不足等问题,需要有关部门加大篮球资金投入,给予高校篮球运动员体能训练以有力的资金。与此同时,有关部门还要放宽政策,引导高校篮球队走产业化运作之路,鼓励球队借鉴发达国家高校篮球队商业化发展经验,完善经费结构,多渠道筹集资金,以发掘高校篮球队的经济潜力,走中国特色的高校篮球竞技之路。在此基础上,高校篮球队要做好运动员体能训练服务工作,包括饮食、后勤、心理咨询服务,合理安排运动员体能训练时间,同时确保运动员体能训练强度和负荷合理,以逐步提高运动员的体能水平和技能水平。

3.3 突出重点,强化专项体能训练的效能

在身体运动能力中,肌肉力量是运动的动力源泉,速度是体能水平的直观反应,心理机能是最重要的体能影响因素。所以,在高校篮球运动员体能训练中,要以力量训练为基础,以速度训练为核心,以心理机能训练为关键,开展专项力量、速度和心理机能训练,以增强高校篮球运动员体能训练的整体效能。其中,力量训练的基础性,要求教练员要将力量训练贯穿篮球运动员体能训练的始终,贯穿于篮球运动员周期性、长期的体能训练中。篮球力量训练方法有提高运动员最大力量,通过快推、抓举、负重高抬腿等提升运动员的速度力量,或者利用卧推、负重高抬腿强化肌肉收缩力量。篮球运动员速度训练方法以30m跑、跳台阶、负重高抬腿、立定跳、跨步跳等爆发性动力练习为主。篮球运动员心理训练方法有放松训练、注意力集中训练、模拟训练、念动训练等,心理机能训练的重点是通过训练让运动员放松身心,在运动员头脑中建立意念,培养其自信心。此外,鉴于篮球运动的复杂性,在篮球运动员体能训练中,高校还要将体能训练与战术训练结合起来,制定不同阶段的战术和体能训练计划,以

确保运动员的战术能力和体能并重发展。

3.4 体能训练与战术训练同步发展

篮球训练是一个系统的整体工程,经过系统训练的运动员能更好地适应激烈的篮球比赛。为了取得优异的比赛成绩,篮球体能训练和技战术训练必须同步进行,保证运动员在激烈的比赛中合理运用攻防技术,准确投篮得分,将体能训练作为一项重要的训练内容和科学的训练计划,可以改变过去用技战术训练代替体能训练的误区。根据篮球运动的特殊需要,科学安排力量素质、速度素质、耐力素质和柔韧性素质,进行科学训练。综上所述:我国高校篮球队的体能水平普遍较差,在激烈的比赛中,两队篮下对抗性的场面较少,进攻节奏较慢,得分较低,特别是决赛选手的体能状况严重下降,篮球技术动作变形,投篮命中率降低,缺乏科学的体能训练已成为制约高校篮球队可持续发展的重要因素。因此,高校篮球队组织体能训练时,必须遵循大学生篮球运动员的生理和心理特点,开展体能训练,科学、系统、有计划地不断提高体能训练效果,从而提高高校篮球竞技水平。

4 结语

在开展篮球运动时,对运动员的耐力、速度、灵敏性等方面都要严格的要求,无论是引用篮球技战术还是在球场上的奔跑跳跃,都是在体能训练的基础上完成的,如果运动员不进行体能训练那么就会导致篮球比赛难以开展。本文认为应该制定明确的体能训练目标,强化体能训练重点,并将体能训练与战术训练同步发展,可以有效提高高职院校学生的篮球技能。

参考文献

- [1] 韩程爽,樊腾龙.浅谈篮球运动技战术特点和体能训练方法[J].当代体育科技,2017,7(11):35-36.
- [2] 徐国文.核心力量训练对篮球跳投技术稳定性影响——以云南大学体育学院篮球专项班为例[J].当代体育科技,2017,7(14):64.
- [3] 柴翰林.浅谈下肢增强式训练对提高篮球运动员爆发力的必要性[J].科技资讯,2017,15(24):192.
- [4] 唐健,李敏华.篮球规则的演变对篮球技战术发展的影响分析[J].当代体育科技,2017,7(04):188.
- [5] 潘金星.篮球进攻战术“挡拆配合”的特点与训练策略[J].当代体育科技,2017,7(06):33.

(上接第377页)

我首先摸索了录屏软件的各项功能,它是全中文,可以快速上手的一款好软件,对于我这样的新手再合适不过了。熟悉操作后,开始屏幕录制。

通过多次录制、观看,达到最佳效果:画面清晰、语言精练无卡顿、无杂音。带着欣喜把这节微课嵌入课堂教学中,大大提高了学生自主学习的能力,新颖的教学模式,给课堂注入了新的血液,带来了新的视听感受。

总之,在“微课”被广泛应用的时代,教育不再是一成不变的模式,唯有不断的学习抓准微课的契机,才能适应现代化课堂教学。微课作为一个学习平台,凭借“短小精悍”的外壳,可随意切换课堂内外的自由学习方式。在这场由技术掀起的教育变革

中,“微”课堂已如火如荼的展开,唯有不断的学习对微课应用的能力,才能以更好的状态投身这变革的舞台,给孩子们创造更多的学习资源。

参考文献

- [1] 赵国忠,傅一岑.《微课:课堂新革命》,南京大学出版社2015年版。

作者简介:

朱晓艳(1981-),性别:女,籍贯:安徽省马鞍山市和县人,民族:汉 职称:小学数学老师,学历:本科。研究方向:微课,数学课堂。