

如何实现小学体育高效课堂

叶 波

(四川省西昌市黄水乡中心小学 四川 西昌 615000)

[摘 要] 体育高效是指在有限的课堂时间内学生掌握知识的程度、身体得到锻炼的效果和技术能力的培养效率。要达到这个效果,要求教师用精准的设计、独到的讲解、准确的示范、形式多样的教法,使学生在较短的时间内较快较好地领会技术要领,掌握技术动作,各方面都得到发展。笔者对体育课如何构建高效课堂进行了思考,并总结了几点认识及体会。

[关键词] 体育; 高效课堂; 学生

0 引言

学校体育教学对于小学生来说很重要,既要对学生进行“三基”教学,又要对学生进行养成习惯的培养,让学生身体素质得到提高。新课程标准背景下的体育课堂一定要以学生的发展为本,以提高体育教学实效为核心,营造求真务实的学校体育课堂。新课标的颁布,让我们教师明确认识到教学要以学生为本。那么如何实现小学体育高效课堂呢?我将结合我的教学实践从以下几个方面来阐述:

1 教学设计是前提,备课要精心

在教学中,备课是一个必不可少的环节。备课是上好课的前提,是教师进行教学活动的首要环节,其质量的好坏直接影响教师的教学效率和学生的学习效率。

备课首先要备教材教法。教师要全面熟悉教学计划,明确课程目标,对教材的专门性、辅助性练习及分组练习要仔细推敲,分析教材的内容,根据学生实际水平确定教学目的。其次要备学生。根据学生的整体体育能力、体质、心理素质、思想道德水平,科学、合理、有效、积极地安排课的内容,考虑如何调动学生学习的积极性,充分发挥学生的主观能动性,激发学生的求知欲,精选最优的教学方法和节奏,善于根据教材的基本理论知识和运动技术、技能的科学性、实用性,挖掘趣味性、竞争性,注重以生动的手段说明,使学生树立正确的体育观。同时备课还要了解场地器材,深入了解学生的实际情况,抓住教学重点与难点,找准活动的切入点,在此基础上,才能确定教什么、怎样教的问题。最后,课前准备要充分,以便在上课后尽快进入角色,指导学生进行有组织、有秩序、安全的练习。

2 教学方法是关键,要有创新

根据教材,选择各种趣味性的游戏,以激发学生的兴趣,调动学生的积极性,对教材进行适当的改编。如在教小学四年级学生练习各种长跑时,我就打破了传统的教学模式。传统的教学模式是让学生沿着跑道强迫练习,学生一听长跑就烦,便产生逆反心理。因此我在教学中改变了以往传统的教学方法,用游戏的方法完成各种跑的教学。如,用几个醒目的标志物摆放在适当的位置,使六个点连成长方形,把学生分成四个组,分别站在六个点上,要求学生按照几何图形进行跑的练习。为了更好地发挥学生的主体作用,按要求在跑步过程中,根据思维,把自己跑过的几个点连成各种图形,让大家自己考虑,然后分小组讨论,畅所欲言,并给一定的自主时间进行自我检查,使学生找出可行的跑步练习路线。经过学生的思考,他们跑出了几种不同的几何图形。在跑的练习过程中,学生不知不觉加强了难度,增强了学生主动参与教学的积极性,也增强了师生之间、生生之间的情感交流。

教师要转变角色,要做学生的朋友,成为课堂教学的参与者。要走到学生中去,成为学生学习的合作者,充分发展学生个性,营造和谐、民主的教学氛围,为学生创造高度自由的想象与创造空间。体育教师既要有健康的体魄,又要有过人的才智,既

要表现对所教学科的爱,如教师教法有方、示范优美、能说会道、能歌善舞,同时又要表现对学生的爱。通过这样的教学活动,学生置身于教学之中,不仅超额完成了教学任务,更重要的是启发和锻炼了学生思维,完善对知识的学习和巩固。在课后总评时,我问学生:“你们知道今天跑了多远吗?请你们回家以后算一算,如果有兴趣的话,再求出自己所跑的距离。”这样真正做到了学中有玩,玩中有学,让学生感到其乐无穷。

3 合理安排音乐、舞蹈,以利于体育与美育的结合

我记得曾经有一位教育学家说过:“如果使学生习惯于简单地接受或被动地学习,任何方法都是坏的,如果能激发学生的主动性,任何方法都是好的。”在体育课中适当穿插一些舞蹈,配以优美的音乐,不仅能引起学生的兴奋,振作精神,活跃课堂气氛,提高练习效果,还有利于稳定情绪,消除疲劳,恢复体力;同时在优美的乐曲中进行活动,边歌边舞,有利于培养学生的节奏感、韵律感,以及完成动作的协调性,使学生受到健康美、形态美的教育,进而使“美育寓于体育之中”,有利于美育和体育的相结合。

我们每一位体育教师,只有改变观念,以科学的态度,求真的精神来研究每一个过程,采用形式多样的教学方法,才能不断地激发学生的创新欲望,让孩子发挥各自的想象力和创造力,这才是我们所倡导的高效课堂的真谛。

4 要促进学生全面发展,既要锻炼身体,又要发展智力

如何发展学生的智力,是目前小学体育教学改革所应研究和解决的问题。如,根据儿童爱模仿的特点,进行仿生、仿物练习,以培养儿童的观察力、模仿力和想象力;利用课中学生正在使用的器械,进行拆装比赛,来培养学生分析问题和解决问题的能力,在游戏中增加些器具进行分类比赛,培养孩子的记忆、思维、识别能力。采用教师先示范,接着让学生自己进行模仿练习,并要求学生自己去发现完成动作的最后方法,然后,再通过问答启发,让学生根据自己完成动作的体会,说出动作要领,培养他们独立思考和分析的能力。

结束语

总之,在课堂教学的实施中,教师要善于激发孩子体育运动的兴趣,同时要善于灵活运用教材。作为一名体育教师,只有改变观念,采用科学的教学方法,才能不断地激发学生的学习欲望,让孩子发挥各自的想象力和创造力,既锻炼了身体,又发展了能力,从而轻松实现高效课堂。

参考文献

- [1]周成平.新课程名师教学100条建议[M].中国科学技术出版社,2005.
- [2]蔡日增.创新原理与方法[M].高等教育出版社,2001.
- [3]毛振明.体育教学科学化探索[M].高等教育出版社,2003.