

关于小学“课后一小时”体育活动实施策略的探析

王玲利

(长春高新第一实验学校 吉林 长春 130000)

【摘要】为了解决小学生成长过程中出现的体质健康问题,“课后一小时”体育活动出现在当代小学体育教育中,教师们希望凭借这一活动的展开最大程度强化小学生们的身体素质。所以,本文从以往教育中有关“课后一小时”体育活动的研究出发,思考这一活动的价值和常见类型,进而提出几方面能优化这一活动实施的策略,希望能对后续小学教育中“课后一小时”体育活动的普及提供参考。

【关键词】小学;课后一小时;体育活动;实施策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2020.06.1212

受传统教育思维的影响,我国学生一直给人以“身体孱弱”的印象,的确在我国过去的教育过程中很多学校、教师对学生体育教育的重视度不够,导致我国很多小学生的身体素质远不如欧美等发达国家,为了在根源上解决这一问题,“课后一小时”体育活动出现在了小学教育过程中,如何凭借这一活动的有效应用提高学生的身体素质、培养学生的体育习惯就显得格外重要。

一、小学“课后一小时”体育活动的内容

自2014年以来为了在小学教育中响应“减负”的目标,为中小学生们营造一个更适合综合素质成长的环境,“课后一小时”体育活动首次出现在人们面前,教师们意在通过这一活动的开展,每天至少为学生们预留出1-1.5小时活动的时间,截至目前,小学教育中开展“课后一小时”活动已经开展了近7年。回顾过去小学“课后一小时”体育活动开展的实际情况,可以发现这一活动下,小学生的身体素质水平、精神素质层次等都获得了比较明显的提高,所以,可以认为这一体育活动对小学生的健康成长是十分有利的。

二、小学“课后一小时”体育活动开展的问题

随着小学教育中“课后一小时”体育活动开展的深入,在收获了预期“课后一小时”效果的同时,这一活动中存在的问题也逐步表现出来,尤其在最近几年“课后一小时”体育活动内容日趋丰富的背景下,以笔者所在小学为例,笔者认为这一问题开展的问题大都表现在如下3个方面:

(一)小学开展这一体育活动的资金、场地局限性

这一问题是以往小学开展“课后一小时”体育活动中最常见的问题,也是我国小学这一活动践行时一直存在的问题。造成这一问题的原因有很多,其中最常见的原因就是学校、教师对这一活动重视度不够从而影响了这一活动中可供支配的资金、场地,继而影响了这一体育活动的效果。

(二)开展“课后一小时”体育活动时的灵活性不足

通过笔者有关小学“课后一小时”体育活动现状的调查,笔者发现在实际体育活动中存在很多教师会盲目贯彻这一体育活动,从而导致很多学生纵然在白天已经参与了很多体育活动,但在课后仍旧需要参与体育活动,这种忽视学生需求的高强度体育很容易引发学生的逆反、厌倦心理,从而影响这一活动的效果。

(三)教师专业性无法满足这一活动对教师的要求

目前小学教学中“课后一小时”体育活动的指导教师大都属于体育专业的教师,虽然这一部分具备一定的专业知识,但这些教师对体育活动、教学的掌控能力相对较弱,从而限制了这一活动的效果。

三、小学“课后一小时”体育活动实施的策略

为了获得更好的“课后一小时”体育活动实施效果,笔者认为学校、教师们首先就应逐一解决上述问题,才有可能为“课后一小时”体育活动的开展营造一个更好的环境,从而开展这一活动的核心价值。

(一)提高对这一活动的重视度,整合更多外部资源

学校、教师的重视是保障“课后一小时”体育活动在小学教育中有效落实的根本,所以,在未来实施这一活动前,学校和教师就应从学校现有资源出发,在资源的前提下为学生们创设更多能实现“课后一小时”体育活动目标的活动方案,以此提高学生参与这一活动的积极性。比如,在实施“课后一小时”体育活动前,学校应予以这一活动应用的重视,为这一活动适度投入更多的人力、物力资源,配制好各项活动需要使用的器械、材料,以此为后续活动的展开提供帮助;另一方面,学校管理者们也应尽量为“课后一小时”体育活动提供场地,并在学生活动的场地上根据规定设置各种保护措施,以确保学生们在活动中的安全,让学生们在安全的体育活动中收获成长。

(二)合理安排学生参与活动的时间,保障活动效果

对于过去“课后一小时”体育活动中常见的活动时间安排灵活性不强问题,教师们则应转变以往活动中“一锅烩”的活动模式,根据不同年龄学生的身体情况,为学生们设置不同的活动项目、活动时长,以此避免过多的体育活动消耗学生的体力,引发“适得其反”的体育活动效果。比如,在未来组织体育活动的过程中,对于年级较低的学生或当天已有体育课的学生,教师可以适度缩短“课后一小时”体育活动的难度和难度,以此降低缓解学生参与体育活动的压力,确保他们能够更积极的参与到活动中,收获这一体育活动的效果。

(三)组建专业的活动指导教师团队,保障活动质量

专业的教师团队不仅能保障学生在体育活动中的安全,也是保障“课后一小时”体育活动落实的关键,所以,在未来小学“课后一小时”体育活动中,学校就应从自身发展的趋势入手,组建、培养具备更强体育知识、体育教育能力的教师参与到这一活动中来,以此督促学生们保质保量的完成体育活动目标,同时将各项安全措施、活动注意事项落实到活动中,实现小学教育中践行“课后一小时”体育活动的目标。

结语

综上所述,“课后一小时”体育活动的开展推动我国小学体育教育步入了新的发展阶段,为学生们的健康成长打下了坚实的基础,同时也为学生们更好的参与社会、践行“终生体育”打下了扎实的基础,所以,本文从如上三个方面出发进行阐述,希望能对后续小学教育有所帮助。

参考文献

- [1]薛晓旭.小学课间体育游戏课程开发与实践研究[J].当代体育科技,2020,10(02):154-155.
- [2]曹光强,张莉清.北京市大兴区小学“课后一小时”体育活动实施状况——以枣园小学和第八小学为例[J].青少年体育,2016(03):24-26.

体育游戏对小学体育教学的影响

王猛

(河北省承德市滦平县大屯中心校 河北 承德 068253)

【摘要】在大力提倡素质教育的今天,体育越来越受到教育工作者的重视,它是学生全面发展的生理基础,也是物质保障,其教学任务不仅是引导学生锻炼身体,还要通过各种形式的教学活动来帮助学生不断提高身体素质。对于小学生而言,其身心正处在快速发展阶段,在课程内容及形式的设置上也要更加符合这一年龄阶段的发展规律,兼具趣味性、生趣性。基于此,本文重点探究体育游戏对小学体育教学的影响。

【关键词】体育游戏;小学体育;教学;影响

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2020.06.1213

“寓教于乐”一直是小学教育工作者所推崇的教学理念,而游戏则是其最好的外在体现。小学阶段的学生,年龄范围在7-12岁,具有好奇心强、接受新鲜事物速度快、注意力难以集中等特点,因此在小学体育教学中,其课堂形式首先要能够吸引学生的注意力,使学生爱上体育课,然后达到教授体育知识与技能,强健体魄的效果,实现教学目标。调查发现,当下许多学校在体育课堂上都爱运用游戏的教学方式,但结果却大不相同,有的课堂教学效果很好,有的却不尽如人意,这就说明体育游戏对小学体育教学不仅有积极影响,也会产生消极影响,下面我们从体育游戏的特点入手,详细分析其影响。

一、体育游戏的特点

在小学阶段的体育教学中,科学合理的运用体育游戏不仅能够确保教学活动顺利开展,还能促进学生各方面知识与技能,从而实现全面发展。其具体特点如下:

(一)体育游戏能够使学生身体素质全面提升

体育游戏中不仅包含体育相关知识与技能,对学生的智育也能有所促进。而体育课程的开设目的,就是以锻炼学生身体为基础,促进学生身体全方位的正常发展,从而全面提升其身体素质,由此可见,体育游戏与体育课程在某种程度上具有一致性。

(二)体育游戏能够在实践中起到教育学生的目的

通常情况下设计体育游戏,都会尽可能要求全部学生参与,这时就会涉及竞争与合作。有时游戏不会分组,要求所有学生通力合作完成共同的目标,这时不仅能够培养学生的合作意识,还能提升班级的凝聚力,辅助班级建设;有时游戏会分为几个小组进行,要求各小组之间比赛完成任务并分出名次,这时则能够培养学生的竞争意识,并在团队中最大程度发挥自己的作用,帮助团队赢得胜利,对于胜利的小组,能够体验体育竞技带给人的荣誉感,而失败的小组则要学会不放弃、再接再厉的拼搏精神^[1]。而这些,仅在班会课上进行语言或文字的讲授,很难使学生能够