

应用目标教学模式提高初中体育与健康课堂教学的实效性

马妍

深圳市龙华区教育科学研究院附属实验学校

[摘要]应用目标教学模式提高初中体育课堂教学的实效性,需要体育老师先制定相应的教学目标,然后结合初中生对体育课堂的期望,采取生动活泼的教学方式,再积极带领学生们朝着教学目标奋斗。体育老师运用目标教学模式帮助学生们完成体育训练,引导初中生树立运动强身的观念,促使体育课程真正发挥增强初中生身体素质的作用,这样才能提高初中体育课堂教学的实效性。该文章的内容将对初中体育课堂存在的问题加以分析,并结合实际教学案例浅谈应用目标教学模式提高初中体育课堂教学实效性的具体措施。

[关键词]初中体育;目标教学;课堂实效性

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.10.2319

一、初中体育课程存在的问题

(一) 课堂模式单一

初中体育课常出现课堂模式单一无趣的情况。在体育课堂上,老师会以大量的运动前热身和某项机械运动来完成一堂体育课的任务。如:在体育课上,老师一般都是要求同学们先做准备运动,伸展腰肢、保护脚踝,接着让同学们围绕操场跑八百米,跑完步后就让同学们自由活动,等待下课,课堂结束后,体育课程就结束了。老师机械化地要求同学们做运动,会导致一些同学产生逆反心理,有些同学不仅动作做不到位,无视安全规则,还会觉得体育课毫无新意,上体育课会有疲劳的感觉,渐渐地就对体育课产生了厌烦情绪,这样的体育课堂教学实效性是比较低的。

(二) 课堂内容没有新意

初中体育课内容出现千篇一律的情况,同一位体育老师带领不同的班级,所有班级的上课内容都是一模一样的,体育老师没有根据各班学生的特点确定相应的教学内容,这让同学们感觉体育课乏累无趣,久而久之,同学们不仅对体育课产生了厌烦情绪,还会大大降低对体育老师的好感。初中生虽已从完全依赖老师的小学阶段进入了更为自立的初中阶段,但由于认知体系还没完全构建起来,初中生依赖对老师的好感来学习的情况还是存在的,因此初中生对老师的印象是会影响体育课的教学效果,同学们对体育老师的喜爱程度不高,也会从一定程度上影响体育课堂的实效性。

二、目标教学的特征

目标教学的教学方式以美国教育学家布卢姆的教学论体系作为理论基础,对班级学生实施单元教学。首先,制定教学计划时,注重教学目标的细致化,每一个教学活动都有相对应的教学目标;其次,在实施过程中,通过目标指导学生;最后,教学过程结束,通过教学目标检验学生的学习情况。教师制定教学目标,是教学活动的主导,学生完成教学目,是教学活动的主体。目标教学相比一般的教学模式,能够考量到学生学习能力的差异,对能力差的学生提供时间和空间进行补救,满足大多数学生的学习要求。及时的诊断性和形成性教学评价可以更好地帮助学生知识和技能上的查缺补漏,实现学生的全面发展。

(一) 教学目标做到层层分解

教学目标制定时,首先要考虑整体培养目标,其次是课程目标,然后是单元目标,最后是学时目标。整体培养目标包括运动参与目标、运动技能目标、身体健康目标、心理健康目标和社会适应目标。课程目标包括形成体育意识、理解体育锻炼的重要意义、了解简单体育项目的技术规则和学会调节情绪的方法。单元目标将课程目标进一步细致化,表述的是单元教学的重点核心内容。学时目标是指学生在本节课学习结束时需要达到的具体目标,属于行为性学习目标,更容易观察、测量和评价。整体培养目标、课程目标、单元目标和学时目标,目标层次又高到低,高层次目标指导低层次目标的制定,低层次目标的全面完成促成高层次目标的实现。

(二) 教学结构采用小班教学

目标教学模式重视学生个体能力的差异,目标是学生兴趣的培养和自我锻炼能力的提升。尤其在体育课堂上,学生的身心素质差别很大,在完成运动项目时体现出来技术水平具有很大的差异。每节课根据相应的课程安排,都要对学生可能会出现的情况作出补救措施。避免学生在做动作时,因为学不会、跟不上而导致失去学习的信心。教师在学生进行技能训练的过程中,可以积极指导学生,或者让小组内的学生互相补救,互相学习,共同进步。学生从实现一个小目标开始,逐渐累积,体会到成功的喜悦,增加学习的兴趣。

(三) 教学内容要以学生为主

体育课堂离不开体育运动技术的教学,体育运动对学生身心发展也有重要的意义。体育技术应该怎样教是每一个体育教师需要面对的问题。如果教师只是教技术,学生将很难学会。在教学中,教师要采取合适的方式,既要保证学生为主体积极参与教学活动,又要保证最终都能掌握技术技巧。例如在学习篮球双手胸前传球这一内容时,可以先让学生观察教师示范动作,再模仿练习,学生通过观察和自己实践,对技术动作进行简单的描述,教师再根据学生的回答作出补充或者更正。整个过程中,需要学生的积极思考和练习。再如学习抛掷实心球时,让学生多次练习形成肌肉和力量的协调性,学生练习过程中多加体会,掌握技术要领。体现出

目标教学模式的根本就是以学生的行为变化为主体。在学生学习过程中,有描述、展示、提问和评价等,这些都可以促进学生融入课堂教学中,学生不仅能作出动作,还能讲出动作、指导动作,这对他们而言是受益终身的。

(四) 教学过程涵盖学生整体

在教学过程中,应选择适合学生年龄特征的运动项目,运动原理尽可能简单容易理解方便学生学习,不要过于复杂争取人人都能掌握,最好是具有长期健身价值或者具有丰富体育文化的运动项目。教学中,采用适当的方法教和练。如铅球这个运动项目,学生从初中就开始学,但是可能大学毕业了还没有掌握推铅球的技巧。一方面是学生学不会,另一方面是学生不感兴趣所以学不会。推铅球需要上肢、躯干和下肢力量以及整体的协调性,可以选择其他动作方式帮助学生练习,分别发展上肢、躯干和下肢力量以及协调性,培养学生的学习兴趣。学校的体育教育过程就是要将体育锻炼融入学生的生活和工作中,即使毕业了离开学校,但是体育锻炼也不能离开学生的生活,终身体育才能拥有健康的体魄。

(五) 有效促进非智力因素发展

目标教学模式有利于学生学习兴趣培养,学生的观察能力和注意力、表述能力、师生和生生之间的合作能力都得到发展提升,学生不仅增加了体育学科的学习兴趣,学习上的自信和学习态度的变化也会带动其他学科的学习,对学生非智力因素的影响有着积极的意义。

三、运用目标教学模式的具体措施

(一) 设置趣味性课堂教学目标

设置趣味性课堂的目标就是让课堂变得活泼生动,让初中生爱上初中体育课堂。这个教学目标的实现,必须建立在体育老师对同学们有深入的了解这一基础上,体育老师要根据班级的特点制定相应的教学游戏,并与同学们产生较多的互动。举个例子,在某体育课堂上,体育老师根据一个班级男女比例相差不大的特点,再结合这个班里的大部分同学都喜欢跳舞这一事实情况,为同学们制定了一节动作协调性训练的课,老师让两位同学组成一组,同学间彼此监督对方进行协调性动作训练,完成情况最好的一组,能获得奖励。同学们对于这种训练课程有很大的积极性,这是因为协调性动作的训练,在日常生活当中是有用的,它能够使人的动作看起来更灵活优雅,而且该训练本身难度也不大。这样一堂课下来,同学们的体能得到了锻炼,对体育课的热爱程度也相对提高,应用目标教学模式就使体育课课堂教学实效性得到了提高。

(二) 设置运动性课堂教学目标

设置运动性课堂的目标是要让同学们充分利用体育课进行体育锻炼。这一目标的实现,则要求老师为同学们提供较多的运动器材,同学们使用自己喜欢的体育器材在体育课上进行锻炼,会使体育课生动很多,也能使有相同兴趣爱好

的同学聚在一起,增进彼此的感情,让体育课变成有温度有情感的课堂,准备好各类球体,喜欢打篮球的同学约起来,在篮球场上能够一决高下,喜欢踢毽子的,几个人结成伴,找个阴凉的地方就可以显示身手,喜欢打羽毛球的,可以拿上球和球拍到羽毛球场上面一展风采。从某种程度上来讲,是这些运动器材促进了运动性目标的实现。体育课堂的运动性目标得以实现,随之体育课堂教学的实效性也就得到了提高。

(三) 设置安全性课堂教学目标

设置安全性课堂的目标是要让同学们树立安全运动的意识。这样的教学目标,要求体育老师能够将体育实践与体育理论结合起来,还要求体育老师做好功课,教会同学们应对紧急情况的相关措施。举个例子,老师要求同学们跑步之前,既要告诉同学们跑步能带来的好处,积极鼓励同学们适当跑步,也要让大家做好充分的跑步前锻炼,让大家把预备动作做到位,当老师在要求大家将动作做到位的时候,不能只是强硬地提出规定,还要让大家明白,预热动作做不到位,可能会带来的不良后果,同时告诉大家,在跑步的时候如何呼吸更有助于调节身体循环,如何使用脚底部位落地可以减少对双腿的伤害。老师向同学们讲清楚了相应的理论知识,同学们也能更积极主动地将这些理论知识应用到实际当中。在体育课上,老师要适时地教会大家预防意外伤害的出现,同时要让大家明白摔伤、刮伤、晕倒等情况的急救措施。通过体育课堂提高大家的安全意识,也能使体育课堂的教学实效性得到提高。

四、结束语

应用目标教学模式提高初中体育课堂教学的实效性,既要体育任课老师先制定相应的教学目标,时刻带领同学们朝着既定目标前进,同时还要求体育老师们做好充分的课前准备,借助生动有趣的上课方式来教学,让学生们热衷于体育课,乐于学体育知识。在体育课堂上,老师要将体育理论知识与实际操作情况结合起来讲述,引导学生们在确保自身安全的前提下挥洒汗水,还要引导学生们接受并形成体育强身健体的观念,鼓励学生们养成在生活当中也热爱体育、热爱运动的好习惯,不断提高自己的身体素质。教师有理由相信每个学生都具备掌握运动技术的能力,采用合适的教学方法可以使每个学生参与到课堂当中,体现学生为主体的指导思想,发挥学生的潜力,最终实现学会学习。

参考文献

- [1]陈欣悦.应用目标教学模式提高初中体育教学的实效性[J].新智慧,2019(36):95.
- [2]魏世忠.初中体育课堂目标教学模式应用的实效性探究[J].读与写(教育教学刊),2019,16(09):114.
- [3]王岳松.应用目标教学模式提高初中体育课堂教学的实效性[J].亚太教育,2019(06):75.