

# 借助SPARK课程理念提高小学体育课堂教学效果的案例研究

孙晓雯

南京财经大学附属小学

**[摘要]**文章重点探讨了,如何借助SPARK课程理念,优化小学体育课堂教学效果,通过将传统小学体育课堂教学和SPARK课程理念有机结合,推动我国体育教育的改革,有效增强当代学生体育素质,养成终身体育意识。

**[关键词]**小学体育; SPARK课程; 以人为本; 设计游戏

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6261.2021.11.496

## 引言

受经济水平日益增长的影响,人们的需求也发生了很大改变,除了简单的生活需求、娱乐需求之外,还更为关注健康需求。健康并非只是说身体健康,还包含了社会适应能力与心理健康。学校体育作为养成学生良好体育锻炼习惯、培养学生健康意识的重要课程,也由此受到了社会各界的更多关注,所以近年来我国不断加大学校体育的创新、改革力度。虽然在此过程中,课程改革得以持续完善,也收获了外界的一些认可、赞誉,但依旧存在着较为严峻的学生肥胖问题及身体素质下降的问题。导致上述问题发生的原因,主要体现在如下两方面:一方面,家庭的溺爱。当前民众生活越来越好,而家长也是竭尽所能让孩子吃好、用好,但忽视孩子的体育锻炼,进而导致孩子身体素质差、存在肥胖问题;另一方面,教学理念、教学方式滞后。一些教师受传统教学模式影响较深,很多时候将体育课上成了自由活动课,或是只做简单动作演示,让学生照学即可,整个教学过程不够生动、缺乏趣味,自然难以取得理想的教学效果。上述成因中影响最大、最为深远的便是后者,前者通过当前普及的微信、QQ等社交工具,就能与家长建立协调合作关系,转变其错误思想。而后者则需要广大教师不断探索先进、可行的教学理念与方式。

SPARK课程理念,强调在体能、技能练习中融入快乐体育,提高学生体育课堂活动的参与度,以实现儿童肥胖的有效预防,并能养成终身体育意识<sup>[1]</sup>。实际上,SPARK理念和我国学校体育改革倡导的理念近似,均是希望学生体能和智能得到良好发展,通过激发学生运动兴趣、调动体育参与程度,预防心理疾病的发生,降低肥胖率,实现身心健康。故此,应借助SPARK课程理念优化小学体育课堂教学。

## 一、SPARK课程理念的相关概述

### (一) SPARK课程简介

SPARK课程,即The Sports Play and Active Recreation for Kids,意为:儿童运动、游戏与娱乐活动课程。是美国圣地亚哥州立大学,在1989年所提出,其教学内容源自生活,是把体育运动、游戏和休闲娱乐良好结合的综合体育课程,旨在通过实施该课程,实现学生健康水平的提升<sup>[2]</sup>。

### (二) SPARK课程的特点

第一,趣味性、多样性的教学方法。积极心理学认为,

游戏能够积极影响儿童情绪。而SPARK课程不管是内容选择或是方法运用上,都强调学生兴趣的激发,如“降落伞”“找伙伴”等,都旨在增强课堂的娱乐性、趣味性,以使学生在课堂上积极活跃。

第二,教学过程具有突出的互动性。SPARK课程理念提倡,教师和学生处在平等地位,要展开平等的互动。同时,在体育课堂上教师既扮演教育者、引导者的角色,还需做好“隐形人”。SPARK课堂教学强调“时间高于内容”,要使学生拥有更多时间去体验,让学生在整节课一直在动。此种动是有规则、有规律的运动,“音乐响起,按要求动”“音乐停止,原地保持姿势不动”,放松中体现纪律,促进学生良好行为习惯的养成。同时,关注小组之间的讨论、合作等互动<sup>[3]</sup>。

第三,教学环境具有延展性。SPARK课程把家庭、社区、学校有效衔接,促进了课程的多元化发展。同时,教学内容还涉及到其他学科内容,如地理、历史与健康养生等,使学生的学习范围得以有效拓宽。

## 二、如何借助SPARK课程理念提高小学体育课堂教学效果

### (一) 以人为本,彰显学生主体地位

新课改强调在教学工作中要能良好凸显学生的主体地位<sup>[4]</sup>。SPARK课程理念,注重学生自身运动技能的提升与运动知识的掌握,而这与新课改要求不谋而合,为了落实好这一点,体育教师在课堂教学中应时刻遵循以人为本的原则,提供给学生充分的体育运动时间与自主探究时间,以实现学生学习主动性的良好调动,使之能够自觉完成体育活动计划,从而促使其良好体育运动习惯的养成,实现身心健康发展。

例如,在教学“跳绳”时,为良好发挥学生参与跳绳运动的自主性、积极性,教师在进行重要动作示范后,可邀请班内几名同学上前尝试,借此实现学生学习兴趣的有效激发。在此基础上,教师可将学生分为两人一组,要求各组练习双跳与单跳,并间隔一段时间鼓励学生“毛遂自荐”来展示,这能使小学生的表现欲、好胜心得到良好利用。此外,可引导学生分享一些跳绳技巧或跳绳方面的意见,通过展示和分享,帮助学生树立运动自信心,这对于养成学生体育运动兴趣,具有着很大裨益。

### (二) 设计游戏,提高学生体育技巧

SPARK课程重视运用游戏的方式展开教学,借此实现体育

运动趣味性的增强,实现学生体育兴趣的有效激发<sup>[6]</sup>。相较于直接性的体育教学,体育游戏的方式,无疑吸引力更强,能快速抓住学生目光。故此,为提高小学体育课堂教学效果,教师应善用体育游戏,释放小学生好动、活泼的天性,使之在体育活动中更为投入,从而帮助其更多及更全面掌握体育活动技巧,如此既能增强学生体质,也能帮具有天赋的学生找到未来发展方向。

例如,教学“篮球”相关内容时,教师可设计“拍球过桥”等小游戏,帮助学生更快学会运球。具体游戏规则如下:学生从“桥”(教师所画)的一端开始,把篮球运到桥的另一端,在此过程中球不可压线、出格。在为学生讲清游戏规则后,就让其按顺序开始尝试。在实际参与过程中,每个学生为保证安全抵达,都会格外专注、小心翼翼,并且会主动询问教师运球的相关技巧。通过此种小游戏,能帮助教师有效发现学生存在的问题,同时予以相应指导,使学生体育活动技巧得以良好发展,当学生技巧提升后,自然会生成一种运动信心,并且会对下一堂体育课开始期待。

### (三) 加强合作,促进学生人际交往

“合作”和“竞争”是体育活动的主旋律,而SPARK课程的一项重要目标,便是让学生学会和他人相处,提高其人际交往能力。对此,为了优化小学体育教学,教师应关注活动过程中学生之间的合作,通过良好合作促进学生人际能力的提升,使之体会合作的价值、乐趣。为确保此教学目标顺利实现,教师应有计划、有目的地设计一些合作项目,为学生制造合作、交往的机会。

例如,教学“接力跑”的时候,为使学生之间展开密切协作、良好配合,将这一集体项目顺利完成,教师在为学生讲解了此项目的规则与内容后,可展开分组,并要求小组讨论、交流,确定内部接力的先后顺序,完成相应计划地制定。与此同时,传统的吹哨可用音乐代替,哨子是传统体育教师的一个标志,见到脖子上挂着哨子,便能判断为体育教师。Spark课程,提倡用音乐替代哨子,除了教师讲解和布置任务时无音乐,其余时间都能听到音乐。但在运用音乐时需注意,要结合练习的内容与教学环节的设计等,提前选好音乐。且所选音乐要与小学生的心理、生理特点相符合,以免导致学生参与运动时的注意力分散。以音乐开始和结束为口令,让学生更积极参与到接力跑运动中。接力跑作为一项具有较强合作性的体育项目,通过此种方式展开教学,有效促进了学生之间的交流,加深了同学之间的互相了解,这对于学生人际交往能力的提升,以及提高教学效果均有着积极意义。

### (四) 拓展知识,帮助学生合理饮食

传统小学体育教学,重心全部放在课堂内,较少关注学生的一些户外体育活动,进而也不能帮助学生户外体育活动

的有效开展,并且也会导致体育课堂所授知识与学生现实生活相背离,会影响学生把课程所学良好转为生活技能,进而导致学生认为学好体育,对实际生活无帮助。SPARK课程理念针对这一问题提出了有效解决方案,即小学体育教学既要讲解课程范围内的知识,也要涉及一些运动相关或实际生活中的知识。

以“田径类”运动为例,在教导学生相关运动知识、技能的时候,还可告知其一些健康合理饮食方面的知识,如田径类运动员几乎不吃油炸食品等对身体有害的零食,十分注重营养均衡,我们在日常生活中也应多吃蔬菜,多吃一些有营养的食物,以帮助学生从小形成正确的饮食观念,养成合理健康的饮食习惯,这不仅有助于小学生当前体质的改善,降低肥胖率,在其今后面对更高强度的运动、更专业化的知识时,也能集中体现其身体素质的优越性。而这也是美国SPARK课程理念的重要核心,即好的基础要从小开始培养。在良好基础的助力下,学生今后势必会收获更良好的发展。

### 结语

小学阶段是学生学习和掌握各项知识、技能的基础阶段,也是发展各项能力的重要时期,在此时期学生具有极强的可塑性。因此,需要借助体育活动的“塑人”,使学生拥有健康的身心,实现良好发展。但客观来讲,我国小学体育课堂教学还存在一些问题,这需要广大教师细心分析与总结问题的成因,并探索针对性的改善措施,以持续改革与完善小学体育课程。与此同时,在着手小学体育课堂教学的改革与完善时,教师还应对SPARK课程的成功经验进行适当借鉴。所谓适当借鉴,则是要从我国国情出发,有目的、有针对性地借鉴,绝非简单照搬,如此才能有效提高小学体育课堂教学效果,使小学生拥有更良好的身体素质,培养运动爱好,养成终身体育意识。

### 参考文献

- [1] 杨静云. SPARK课程背景下的高校体育教学模式研究[J]. 山西青年, 2021(20): 74-75.
- [2] 李静, 孙亚娟, 唐柳. 幼儿终身体育活动方案: 美国SPARK课程及其启示[J]. 现代中小学教育, 2020, 36(3): 86-89.
- [3] 孙笑秋. 河北省体育优质课程与美国SPARK课程的对比研究[J]. 文体用品与科技, 2020, 20(20): 185-186.
- [4] 王勇. 美国SPARK视野下的体育课堂常规[J]. 现代中小学教育, 2018, 34(11): 93-95.
- [5] 郑万红. spark教学在初中体育课堂中的应用途径探究[J]. 考试周刊, 2019(45): 150.

课题编号: 市规划个十一字第At5013号

作者简介: 孙晓雯(1989.11-),女,江苏人,汉族,大学本科,一级教师 研究方向: 小学体育。