

提高小学体育与健康课堂教学有效性的措施

李洪涛

山东省青岛永宁路小学 山东 青岛 266041

[摘要]体育是学生素质教育的重要环节,通过体育既能强身健体,又能促进人的全面发展。特别是小学阶段,这是学生身体、心智发育的重要阶段,体育与健康课堂的设立是满足当前学生发展需求的有效手段,通过体育技能、健康知识的学习,不断促进着学生德智体美全面发展,推动起国家健康强国的建设。教育部门应将学生体育与健康教育放在突出位置,关心学生身心发展,不断完善体育与健康教育课程体系。围绕此主题,本文将对小学体育与健康课堂教学有效性的措施进行详细剖析研究,以期构建新的体育与健康教育格局提供启示。

[关键词]小学体育与健康;课堂教学;有效性;措施

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2021.12.235

引言

学校是学生成长发展的重要场所,为学生的身体心理健康发展奠定了重要基础。而当前的体育与健康教学中仍存在诸多不足,缺乏相关机制来规范体育与健康的开设、相关内容简单粗陋等等。因此,提升小学体育与健康课程指导有效性成为当前小学教育紧迫课堂。教育工作者应从当前实际情况着手,对体育与健康教育进行深入思考,从课程内容、教育手段、教育目标作为切入点,配套制定科学有效的课程体系。

1 小学体育与健康教学有效性的概述

课堂的有效性是指通过老师教授知识、技能让学生有所发展。一节课高质量与否很多程度上是否具备有效性。随着新课程的深入推进,提升课堂的有效性逐渐引起大家的重视。而课堂教学的有效性通常包括以下方面的内容:老师授课方式方法适合学生,学生有浓厚的学习热情,能掌握老师教授的知识。课堂纪律井然有序,老师能高效利用各种工具为学生提供形式多样的授课方式;并能顺利应对教学活动出现的各种情况。

新课改革的背景下,素质教育进入人们的视野,体育与健康教学愈发引起人们重视。小学阶段是学生身心成长的基础阶段,通过体育与健康教学可以实现锻炼身体、掌握运动技能的目的。而这类课程与文化课的授课模式有所不同,主要在户外进行,通过调动学生的肢体达到教育的目的。对课堂的组织、管控有更高的要求,实现教学有效性需要老师抓住这些特点,实施符合小学生行为特征的体育教学活动^[1]。

2 小学体育与健康教学的现状分析

实现小学体育与健康教学的有效性需要老师具有更高的专业性、技巧性,真正了解学生身心特点,发掘出学生的身体潜能,以形式多样的教学方法充分激发学生的学习热情。但是,经过调查我们发现,当前的小学体育与健康教学存在不少问题,现状不容乐观。

2.1 忽视学生主体地位

学生的个性是多样发展的,老师在课堂的角色是引导,是以学生为中心展开教育的课堂模式。当前,老师讲课更多的是集中在自己和教材内容,老师单方面主导课堂,学生则处于被动接受的境地,课堂缺乏必要的互动,模式统一固

定,形式单一枯燥,难以激发学生的学习兴趣,更打压了学生的积极性,对发掘不同学生的潜力、优势方面缺乏经验,不能因材施教,难以对学生进行差异性指导。

2.2 教学方法缺乏科学性

体育与健康课深受学生的欢迎,学生可以通过身体运动、课堂游戏舒缓文化课紧张的学习情绪。然而,部分体育老师由于缺乏专业体育健康知识,教学能力不足,在课程上不能很好引导学生参与教学。更有些老师会采取变相体罚的方式去管理学生,缺乏作为一名老师应具有的素质,对学生缺乏耐心和尊重,对学生的身心发展带来极大伤害。

2.3 教学目标不明确,内容缺乏深度

影响教学有效性的一个重要原因是体育老师对体育健康教育缺乏导向性目标,目标过于笼统宽泛,甚至是偏离既定方向。在授课内容方面,部分老师的设计过于简单,且在完成各个小活动后老师就让学生自由活动,其实这样的课堂是缺乏深度的,既不能起到锻炼的目的,也容易让学生养成懒散的习惯^[2]。

2.4 教学模式落后

许多体育老师一度认为体育课就一定要在操场进行,还是简单的热身-跑步-自由活动等模式,而同学也形成这样的一种观念,体育课就是嬉戏玩乐的时间。如此长期以来,体育健康课就会落入流于形式的窠臼。

3 提高小学体育与健康课堂教学有效性的措施

3.1 坚持以学生为主体,激发学生兴趣

转变教学观念,坚定以“学生”为主体的体育教育,紧紧聚焦学生兴趣,提高课堂有效性。兴趣是最好的老师,要让学生真正投入课堂中,老师首先应充分调动学生的兴趣,让学生从心理上去认同体育。特别是信息技术深度融入教育的当下,体育老师可以利用多媒体技术手段,通过提供高清图像、富有动态感的视频图像,让学生感受体育的魅力,最大限度调动其学生的兴趣,催发锻炼的积极性;精彩的画面配合动听的音乐,为学生构建出一个动静结合的教学环境,调动起学生运动欲望。

3.2 强化教师自身授课水平

正如前文所说,老师在课堂上起到一个引导作用。要实现课堂的有限性,完成合理的目标设定、实现高质量的教

学设计,这都离不开老师自身的授课水平。而老师的授课水平不仅包括知识的传授,还包括对课堂的掌控。由于各方发展还不成熟,小学生的自制能力相对较差,注意力容易分散,知识的吸收能力有限等等,在体育活动中容易出行自由散漫、冲动行事等问题,潜在的安全隐患大,因此老师在授课时要对每个学生、每个环节做到有效监督把控,遇到应急突发情况时要有较强的应变反应能力。

3.3 有效设置体育健康教学目标

我国小学体育与健康课程指导中,存在教育目标不明确、过于宽泛等问题,学生教育缺乏针对性,在一定程度上影响教学的效果。体育与健康课应不断形成基于知识与技能、过程与方法相统一的目标体系,授课老师应根据不同阶段对学生应达到的能力设立详细目标,体现多元性的同时也要有侧重^[3]。以“立定跳远”课程教学为例,部分学校的课程目标则是如此制定的(1)培养学生主动参与运动的精神,培养团队合作意识。(2)强化学生四肢协调能力锻炼,使得学生的身体灵活协调性得到提高。通过分析,我们可以发现上述目标缺乏可具体操作的指引,稍显空洞。可以尝试进行如下调整:(1)学习掌握两脚同时起跳和轻巧落地的跳跃方法,入门立定跳远。(2)练习“蛇行跑”锻炼身体耐力以不断提高身体反应能力。(3)进行“立定跳远”团组赛练习,强化学生的团队意识。同时可以设定一些游戏,增加课程的趣味性。

3.4 合理选择内容,灵活运用教学方法

课堂目标起着提纲挈领的作用,是老师准确定位的前提。当然,老师除了对整体目标要心中有数外,还要对课堂中每一个小环节目标了如指掌,要清晰了解这样做的目的是什么?能否到达既定目标?即是打开学生沟通未知的大门,激发学生的兴趣,聚焦目标,各个环节有效衔接。

教与学相互交织的动态过程,双方相互影响、相辅相成。在课程内容方面,要坚持适度合理原则,要符合学生的身体、心理特点。不同学生的特点各有迥异,学生不同的成长阶段的,在体质、心理素质、兴趣等又有所不同。因此,体育老师确立授课内容前,要深入考察学生情况,对学生的体育爱好、身体素质、心理变化要动态掌握,由此进行差异化教学,将教学内容做有目的的拆解、细分,因材施教^[4]。在教学时也要注意形式的多样化。如耐力跑教学中,传统的教学模式较为单一,缺乏吸引力,老师可以将耐力跑与定向越野一些游戏结合起来,给学生提供具有挑战性、趣味性的考验。其次,还是要根据学生的实际选择合适的方法,立足以学生为本,不同水平的班级学生可以进行差异性教学。

3.5 探索高效的教學方法

体育教学其实是一场满足学生身心发展和兴趣体验的旅行。如何让这次旅行更加有趣,需要老师不断探索创新,寻找行之有效的教学方法,以学生发展为基点,以更加科学的方法为学生创造更大自主学习空间。

首先,创设情节,强化双方互动。传统的体育教学中,

主要是在一个简单环境中,老师教学生学,学习效果并不高。创建一个宽松、激情、充满趣味和活力的情境可以让学生全身心都放松下,更好调整情绪,将自身兴趣调动起来,以更积极饱满的状态加入到课堂学习^[5]。如在立定跳远教学中,老师可以围绕场地、语言、故事等做文章,设立一个类似比赛的激烈环境,配上激情的音乐,还有边播放一下专业人士的跳远视频,在这样一个环境中,学生不自觉地深受感染,更自觉加入到体验学习中来。

其次,将课程竞技化。这里是指在授课中融入竞技元素,学生的好胜心强,通过这种方式,能够很好激发学生主动参与竞争心态。老师同时也可以适当开发些团队竞赛项目,在小组合作中,也可以更好凝聚团队合作力量。比如,在学习篮球运动技能时,老师可以开发些围绕掌握运球投篮技能的小游戏,将复杂的运动化为一个个简单有趣的小游戏,既增加了课堂的趣味性,也给了学生充实的体验感。

3.6 建立健全教学评价机制

体育与健康教育课堂的有效性提高离不开健全的教学评价机制。过去的评价模式主要是闭卷考试和体育项目测试,但这种模式并不能对学生的总体素质进行评价。而适当的评价机制对提高学生的信心、发展学生的竞争意识、发掘学生潜能具有不可替代作用。为进一步提高评价的有效性,老师应改变过时的方面,创新评价机制。如老师在进行某个运动动作教学时,可以实时进行评价,对动作完成出色的学生给予奖励肯定,提振学生的信心的同时引导其他同学积极向优秀学习。对动作完成不达标的,可以立即进行指正,让学生真正掌握技术核心。评价反馈越及时,效果则越好。通过及时评价学生做得好和不好的地方,不遗留问题,让学生充分认识自身的优势和局限,扬长改短。

结语

总而言之,提高小学体育与健康教学的有效性是当前新课改的一大要求,需要广大的体育教育工作者积极从意识上树立科学教育思维;坚持以学生为核心的体育教学工作,不断探索新型的教育方法,根据学生的身心成长特点,因材施教,同时要不断进行自我进修学习,不断筑牢高质量体育与健康教育基石。

参考文献

- [1]熊华远.《学生体质健康标准》对小学体育教学与活动的指导性研究[J].知识经济,2019(01):22-23.
- [2]杨波.小学体育与健康教学有效性的探索[J].课程教育研究:新教师教学,2019(32):180-181.
- [3]钱春安.体育与健康课堂有效性教学初探[J].师资建设,2019(30):90.
- [4]吴齐.提高小学体育课堂教学有效性的方法探究[J].文理导航·教育研究与实践,2019(08):219.
- [5]林书进.小学体育与健康教学有效性提升策略研究[J].体育时空,2020(13):100.