

“双减”背景下中学体育家庭作业的设计探索

何亚腾

江西省抚州市南丰县紫霄镇中学

[摘要]在以往的教学过程中,许多学科的教师都认为体育课不重要。但是,实际上体育课对学生身体素质的提高具有十分重要的意义。随着“双减政策”的不断实施,教师们的教学观念随之改变。因此,为了有效提高学生的身体素质。教师们应当结合学生本身,合理的安排体育家庭作业。本文坚持“改变体育教学观念”“设计分层体育作业”“进行合理体育评价”三个方面谈一谈“双减政策”背景下体育家庭作业设计的实践研究,以发挥体育作业的最大作用对学生之后的学习产生正确的影响。

[关键词]双减政策;体育教学;家庭作业;作业设计;策略研究

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.12.2130

“双减政策”要求教师帮助学生减轻其负担,以各种方式提高他们的效率,这也可以降低学生的学习压力,使学生能够以更好的状态面临未来的研究。学生的学习意识并不是很强,但体育课程对学生非常有吸引力,教师应该正确利用这个优势,创新各种教学方法,以提高学生的身体素质。教师还应对体育家庭作业进行深入研究,并根据学生的综合能力进行合理的安排,这不仅可以动员学生的学习热情,还可以提高学生的身体素质。

一、改变体育教学观念

许多教师在开展体育教学时,会认为体育是为了提高学生的身体健康,所以很多学生并不喜欢参与体育运动,甚至体育教师们也不注重家庭作业的设计。

然而,在“双减政策”的影响下,教师应对体育课程进行全面研究,采用各种方式来改变学生的学习状态,提高学生的体育能力。与此同时,体育教师也应该改变教育思想,结合学生综合能力设计作业内容,让学生通过家庭作业提高他们的体质,从而提高学生们的身体素质。

例如,在有关“篮球”相关知识的学习后,教师们就可以设计这样一个家庭作业:通过各种方式收集篮球相关所有的知识,以及一个自己不明白的知识要点并对其进行解决。当然,在下次体育课时,教师们就需要对学生所疑惑的问题进行解释。教师的解释使学生更深入地理解知识和技能。这是正常教学过程中常见的家庭作业,不仅让学生回到课堂外学到的原始知识,还能让学生明白“知识积累是多方面的,只要他们能通过自己的努力获得”。可以看出,体育作业是体育教学的补充,使现有的知识和运动技术能够得到及时的复习和巩固,保证了课堂教学效果的延伸,有利于学生体育能力的培养和提高。此外,学生不仅可以自己完成,还可以与家人合作完成,让学生更好地从课堂上走进生活,通过家庭体育作业间接、积极地获得经验。

二、设计分层体育作业

不同的学生的身体各不相同。因此,在体育知识教学之后,教师们需要根据学生不同的身体素质,为他们设计不同的体育作业。在“双减政策”的影响下,体育教师应改变以往的教学模式,根据学生的综合情况设计分层作业,以加强学生对体育课程的认识。体育教师应根据学生的综合能力分层,使学生可以利用自己的能力完成体育作业,和教师应分层作业的难度,使学生可以根据自己的能力选择作业,这对学生的运动能

力的提高有良好的促进效果。

例如,在“立定跳远”相关知识的教学后,教师不仅应该指导学生正确的跳远技巧还应当基于学生的综合能力设计分层作业。这样学生可以在完成立定跳远的作家庭业更中有完整的认知。在设计分层作业时,教师应该注意作业的合理性,学生的注意力不强,所以教师应该结合学生的综合情况安排作业,为了动员学生的愿望完成,但也确保学生对学习的兴趣。体育教师在为学生安排家庭作业时,首先要让学生了解家庭作业的目的,并将生活内容与体育作业结合起来,以提高学生的学习积极性。由于学生体育技能不太熟练,教师不仅要普及学生的体育知识,还要指导学生的体育技能,以确保学生体育的安全。

三、进行合理体育评价

体育教师不仅要为学生安排家庭作业,还要对学生的家庭作业的完成情况进行评估,以发挥体育作业的作用。学生的学习意识较差,在传统教育观念的影响下,他们往往忽视体育教育,无法提高学生的综合素质。因此,体育教师在安排学生作业时也应制定合理的评价制度,根据学生的差异建立层次评价制度,使学生在得到适当的评价后更重视体育课。

例如,在具体的教学中,由于学生的身体素质不同,他们的体育作业完成情况不同,教师必须首先鼓励学生,让学生可以产生学习体育的信心。然后结合学生的体育素质进行正确的指导,让学生通过作业发现体育课程更有趣,同时,它也可以提高学生的体育能力。教师也应该指导家长监督学生,让学生能够更认真地完成家庭作业。体育教师也可以指导家长参与学生的家庭作业,帮助学生完成家庭作业,使学生可以认识到体育家庭作业的重要性,同时也可以对学生的个性发展产生积极的影响。

总之,在“双减政策”的背景下,体育教师们应当改变教学理念,对体育作业的作用进行深入研究,以提高学生的综合素养。由于学生的实际情况仍然很大不同,教师不仅要设计不同难度的作业,还要指导学生的锻炼方式,以确保学生锻炼的安全。同时,教师要对学生的家庭作业进行合理的评价,使学生能够感受到体育课程的真正作用,并促进学生形成良好的体育意识。

参考文献:

[1]沈清敏,么祺,梁凤.“双减”背景下体育家庭作业现状及对策研究[J].体育教学,2021,41(11):25-27.