

新时代小学体育高效课堂构建研究

张华

德州市新湖北路小学 山东 德州 253000

[摘要]所谓的少年强则国家,告诉我们少年在国之发展中承担着重要的作用,少年是国家的未来和希望,小学生是学生群体中最为庞大的一个群体,是共产主义的接班人。小学生的身体素质与国家的命运有着直接的关系,在应试教育为主导的教育教学情景之下,小学生的身体素质发展成为一个重要的问题。在日常教学中我们发现很多小学生的身体素质普遍出现下降的趋势。笔者作为一名小学体育教师,在本次研究中分析了当前小学体育教学现状,结合青少年身体素质要求,对小学体育教学工作展开深入的指导分析。

[关键词]小学; 体育教学; 身体素质

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.12.249

小学生的年龄大多数都是处于6至12岁,在这个年龄段的小学生正处于身体发育的关键时期,尤其是肌肉和骨骼的发育。在小学阶段学生的骨骼增长,胸骨加宽,以及骨骼上所附着的骨骼肌也在不断的增强。在小学教育阶段适当的进行体育锻炼活动可以使得学生的骨骼更加强健,让肌肉更加的发达,对身体发育有促进作用。但是如果学生进行非正规的体育训练,那么很容易造成拉伤、扭伤或者无法达到训练的效果。同时小学阶段也是思想和综合素养形成的关键时期,与体育精神相关的人格素养培养非常重要。所以在小学教育总体育教学工作是非常重要的,教师不仅要完成一般的教学任务,同时也要围绕发展强健的身体展开教学活动。

一、制约当前小学体育教学的因素分析

分析当前小学体育教学的现状结合当前教学问题,分析小学体育教学中的问题产生的原因,是开展新时代小学体育教学工作的重要指导思想^[1]。结合笔者自身多年来的小学体育教学经验,以及小学体育课堂教学现状观察分析得出制约当前小学体育教学工作的主要因素也是小学体育教学中的问题,主要包括:①传统教育观念的影响,在应试教育的背景下,考试分数是唯一衡量学生成绩的一个标准,也是学生后阶段进入更好学校学习的参照物。由于体育学科在小学阶段不属于考试科目,不属于小升初考试的内容。所以在教学工作中基本上都是将教学的重心集中在考试学科之中,对于体育教学很多学生、教师都将其作为一门副科对待,导致体育学科在整个小学教育阶段的地位非常的低下。尤其是在双减政策提出之前,学生课后的时间基本上都是花费在语文和数学等学科上。②学生身体素质和心理素质的影响,体育课和学生的身体、心理素质影响很大,有的学生身体缺乏锻炼,在课堂上无法完成教师所要求的体育训练项目,甚至有的学生从小娇生惯养,在家里没有做过任何家务活,在课堂上面对教师布置的体育训练项目非常的反感,经常通过各种方式来逃避,也加大了小学体育教学工作的开展。③教学方法上的问题,部分教师所采用的教学方法,不能迎合双减政策的要求,采用模拟演练等形式引导学生进行练习,或者布置大量的训练科目让学生练习,这种机械化的训练模式实际上很难激发学生的体育学习兴趣。

二、小学体育教学实践研究

(一) 重视体育理论知识教学

双减政策下的小学体育教学关键是要提高课堂教学效率,在课堂上尽可能的让学生掌握体育知识,教师要合理安排课堂教学内容,尽可能的做到全面教育工作,落实好理论和实践相结合的教学工作^[2]。一般来说理论知识教学在实践教学之前,理论教学可以用来指导实践教学,从而提高实践教学的效率,促进整个体育教学工作效率提高,落实双减教学中的减负提质的目标。在学期开始时候,教师而可以在理论课上为学生讲解相关的体育发展史知识,比如有关奥运会的知识是小学生非常感兴趣的,教师可以围绕奥运会的发展史,第一届奥运会的举办国家,历史上第一位获得奥运会金牌的运动员是来自哪个国家。我国第一位参加奥运会的运动员是谁,他经历了怎样的坎坷才获得了奥运会的参赛资格。或者有关体育健康生活的知识教师也可以传授给学生,告诉学生每天锻炼半小时对身心发育的益处,在心情低落的时候参与自己喜欢的体育活动,能够促进多巴胺的分泌,能够让自己的心情更加愉快。在讲授某项运动技能的时候,教师可以通过理论加指导的方式来进行,比如讲授足球的带球跑技巧,理论课上教师首先讲授足球的发展史,随后通过分解视频的方式讲解带球跑的不同的动作,将基本的动作要领通过视频演示和讲解的形式告诉学生,让学生在理论课上能够仔细认真的捕捉到训练的重点。

(二) 开展适当的体育教学游戏

双减政策指导下的小学体育教学工作中,教师应该要适当的开展体育教学游戏,体育教学游戏是引导学生全身心投入体育活动,在体育活动中通过与同伴完成游戏活动,从而促使学生掌握相关体育技能和技巧的过程^[3]。在体育游戏中学生能够互相交流,互相切磋体育技能,是一个共同发展的过程。例如指导学生训练短跑的起跑动作技巧时候,在完成基本的技能技巧讲授后,教师指导学生进行了一轮来回往返跑的小游戏,划定一个10米长的区域为游戏区域,要求学生从起点出发以最快的速度跑向终点,并且需要用手触摸终点的线后,再跑回起点并触摸起点的线,多个来回后比一比哪一位学生在相同的的时间里跑的来回次数最多。游戏中跑的最

慢的学生将会被要求进行一些才艺展示等活动,跑的最快的学生将会获得一定的奖品。总而言之游戏教学在小学体育教学中有重要地位,它能够激发学生参与体育活动的兴趣,调动学生体育学习的积极性,培养学生的体育兴趣爱好。

(三) 开展体育团体比赛活动

双减政策下的小学体育教学工作,教师要转变传统单一枯燥的教学模式,要激发学生的体育参与积极性,发展学生的体育技能,让学生在体育课上学有所成。教师可以开展体育团体比赛,团体比赛在小学体育教学中有很高的价值,团体比赛可以发展学生的团体合作能力,培养学生某方面的体育技能,通过在团体中比赛让学生获得身体和心智层面上的成长。例如乒乓球团体赛可以作为小学体育团体比赛活动的主要形式。将班上学生划分为四人一个小组,分别进行单打、双打和混双的比赛。除了单打是需要个人发挥之外,另外的两场比赛都需要两位队友之间的密切配合,这就锻炼学生之间默契和交流能力,不可能自己的队友时刻都能发挥好,当队友发挥时常的时候,需要得到包容和鼓励,在比赛中当队友为自己争取到反击的机会时候,自己应该要积极主动的配合队友^[4]。多次开展这种团体比赛,让学生将体育技能技巧应用在比赛中,培养学生的交流能力,提高学生的包容心,对培养学生的体育综合素养非常重要,正是双减政策对小学体育教学的要求。

(四) 开展常态化小学体育训练工作

在小学体育教学中,完成基本的教学任务是每一位教师必备的工作任务和要求,但是作为一名教育者,尤其是小学阶段的教师,对学生一生的影响将会非常的大,也是学生成长道路上的导航灯^[5]。作为一名小学体育教师,教师要以学生为主体,结合小学生的身体素质要求,设计常态化的体育训练活动,将体育训练作为一种常态化的训练落实在日常教学中,引导学生每天安排一定的时间完成训练任务。例如教师可以每天利用大课间的时间来开展体育常态化教学工作,很多学校上午都有一个大课间的时间,时间大致在二十分钟左右,这二十分钟的时间可以让学生进行一些轻松的体育训练,比如体育教师可以带领学生做一遍放松操,利用好二十分钟的大课间对学生的放松操进行指导,找出学生在做操过程中出现的问题,帮助学生规范动作。或者教师可以利用下午课外活动时间带领学生进行跑操训练,以慢跑为主指导学生在慢跑过程中手脚需要注意的动作,呼气和吸气过程中需要注意的问题,从而降低学生在跑操训练过程中产生的不适,减少学生的体能消耗。在常态化训练过程中,教师要注意放慢教学节奏,不能够急于求成,过早的对学生提出高要求,也不能一味的追求教学速度,关键的是要培养学生的锻炼习惯,纠正学生不良的锻炼方式,让学生拥有好的锻炼习惯和方式,引导学生发展每天锻炼一小时的体育锻炼生活方式,对学生

的学习和一生的成长都有积极作用。

(五) 融入创新型的体育训练项目

部分学生认为当前的体育课堂非常的枯燥,虽然体育课是在户外进行,与语数英等学科相比学生参与的积极性更高,但是在实际教学中有学生反映,体育课堂上不能够参与自己喜欢的体育项目的学习,所接触的体育项目都是非常常见的,比如乒乓球的训练,很多学生在课外自己都学习过程乒乓球的发球和接球的技巧,所以课堂上学生并不是很积极主动的参与到课堂活动中^[6]。基于这种现象教师可以通过融入创新型的体育训练项目,将学生之前没有见过的,学生感到新奇的体育项目融入在课堂之中,必然能够激发学生参与体育课活动的积极性,同时还是发展学生体育兴趣和特长的重要途径。例如在东京奥运会期间,有一个非常有意思的体育项目深深的吸引了很多观众,那就是棒球垒球比赛,该项比赛活动是很多观众没有见过的,包括大多数小学生也从来没有见过棒球垒球这项运动。所以在课堂教学中,教师可以结合这项运动,设计有效的教学环节,吸引学生的眼球引导学生积极主动的参与到棒球垒球的训练之中。例如首先教师可以展示棒球垒球运动的器材,让学生猜猜这是一项什么运动,随后教师做出棒球垒球运动的击球示范动作,大致的讲解棒球垒球运动的要点,激发学生对该项陌生运动的学习兴趣。当学生都想参与到棒球垒球运动的学习之中时,教师可以顺势利导展开正式的新课教学工作,指导学生学习棒球垒球运动的动作和技巧。

三、结束语

体育在小学教育阶段地位非常高,作为一名小学体育教师要合理有效的安排好教学计划,结合小学生的身体素质和基础,落实双减政策的减负提质要求,围绕体育理论和实践教学结合、体育游戏开展、团体竞争体育活动、常态化体育训练教学工作、创新型体育训练科目等方式来开展小学体育教学工作。

参考文献

- [1] 开展阳光体育,打造高效课堂——小学体育教学初探[J].高婷婷.读与写(教育教学刊).2019(08)
- [2] 关于创建高效小学体育教学课堂研究[J].塔常伟.中国高新区.2018(14)
- [3] 小学体育高效课堂教学探索[J].王海权.文化创新比较研究.2018(19)
- [4] 林勇吉.关于小学体育教学中对学生进行意志品质培养的策略探讨[J].文理导航(下旬),2021(09):69-70.
- [5] 管敬辉.小学体育教学中提升学生体育核心素质的策略分析[J].考试周刊,2021(68):1-3.
- [6] 包敏.聚焦核心素养 落实立德树人——关于小学体育教学的探究[J].冰雪体育创新研究,2021(16):91-92.