

# 小学体育核心素养视域下家庭作业的实践与思考

杨娣

西安市未央区东前进小学

**摘要：**体育核心素养是指学生通过体育课程学习和实践获得的身体素质、技能、知识、价值观和意识等方面的综合能力。在小学体育教育中，培养学生的体育核心素养是非常重要的任务。而家庭作业作为学生课后巩固和延伸学习的重要途径之一，也应该在体育核心素养视域下进行实践和思考。本文小学体育核心素养视域下家庭作业的实践与思考进行探讨，旨在提供一些有效的策略和方法，促进小学体育核心素养的培养。

**关键词：**小学体育；核心素养；家庭作业；实践思考

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2023.10.135

## 引言

家庭作业在小学体育教学中起到了重要的作用。它帮助学生巩固课堂上所学的知识，增加学习时间和机会，促进学生自主学习能力的养成。然而，在小学体育核心素养视域下，我们需要重新审视家庭作业的实践和思考，以确保其对学生的发展具有真正的价值。家庭作业在小学体育核心素养视域下的实践与思考，旨在促进学生的全面发展和健康成长。通过合理的作业设计和评价，可以激发学生的学习兴趣，提高他们的体育核心素养水平。教师和家长共同努力，将为学生的体育教育带来更多的益处和成果。

### 一、家庭作业对于小学体育核心素养的重要性

#### （一）学习目标的拓展与延伸

家庭作业在小学体育教学中起到了拓展和延伸学习目标的作用。在课堂上，学生通过老师的讲解和示范，学习了一些基本的体育知识和技能。而家庭作业可以为他们提供更多的机会去应用和实践这些所学知识和技能。通过作业，学生可以运用自己掌握的运动技巧，制定自己的训练计划，或者结合日常生活中的体育活动进行实践，如参加跑步比赛、进行简单的击剑训练等。通过这样的延伸和拓展，学生能够在实际操作中更好地理解 and 运用所学知识和技能，提高其核心素养水平。

#### （二）自主学习和合作学习能力的培养

家庭作业可以培养学生的自主学习和合作学习能力。在完成作业的过程中，学生需要独立思考并采取相应的行动。他们可能需要查阅相关资料、观察身边的体育活动、进行运动实践等，从中获取必要的信息和帮助。此外，家庭作业还可以鼓励学生进行合作学习，他们可以组队完成作业任务，互相交流和学习，共同解决问题。通过这样的自主学习和合作学习，学生能够培养解决问题、合作与沟通的能力，提高学习效果。

#### （三）养成良好的学习习惯和责任感

家庭作业有助于培养学生良好的学习习惯和责任感

感。在完成作业的过程中，学生需要按时开始、安排时间、集中注意力并且完成任务。他们将学会有效地分配时间，专注于任务，培养了自我管理和计划的能力。同时，家庭作业的完成需要学生付出努力和坚持不懈的精神，以克服困难和挑战。这种持之以恒和毅力有助于培养学生在学习和体育活动中保持持续性的努力和追求成功的品质。此外，家庭作业的检查和评价也能够让学生更加注重作业的质量和准确性，增强其责任感和品质。

### 二、家庭作业设计的原则

#### （一）知识与能力的综合考量

在家庭作业的设计中，应该注重综合考量学生的知识和能力。家庭作业不仅仅是简单地复习和巩固已学的知识，还应该通过设计挑战性的问题或任务，激发学生的思考和创造力。这样的综合考量可以更好地促进学生的全面发展。家庭作业设计应该考虑到学生的知识水平和能力发展。作业内容应该与学生已学知识相关，能够巩固和拓展他们在课堂上所学的内容。同时，作业也应该适当地提高难度，让学生在解决问题的过程中能够运用已有的知识和技能，培养他们的分析和解决问题的能力。此外，家庭作业的设计也可以注重培养学生的合作精神和团队意识。可以设计一些小组作业，让学生在团队中合作完成任务。通过合作学习，学生可以相互交流和分享知识，培养团队合作和沟通能力。

#### （二）个性化和差异化

家庭作业设计应该注重个性化和差异化。每个学生都有自己的学习风格和兴趣爱好，他们的知识储备和能力水平也存在差异。因此，在设计家庭作业时，要根据学生的实际情况和发展需求，灵活地设置任务和要求。一方面，可以提供多样化的作业形式和题型，以满足学生的不同需求。另一方面，可以根据每个学生的能力水平和学习目标，适当调整作业难度，并提供个性化的指导和反馈。通过个性化和差异化的家庭作业设计，可以更有效地激发学生的学习兴趣 and 动力，提高学习效果。

### （三）实践和应用导向

家庭作业设计应该以实践和应用为导向。体育知识和技能的学习需要在实际运动中进行实践和应用，才能真正理解和掌握。因此，家庭作业应该鼓励学生在日常生活中运用所学的体育知识和技能。比如，可以要求学生通过观察、记录和总结的方式，将所学的运动技能应用到参加运动比赛或体育活动中。同时，家庭作业也可以鼓励学生进行实践性的训练和练习，如自主制定训练计划并进行反馈和调整。通过实践和应用导向的家庭作业设计，能够帮助学生更好地巩固所学知识，培养综合应用能力，并将学习与实际生活相结合。

### 三、家庭作业的实践问题

#### （一）作业量化与质量之间的平衡

在设计家庭作业时，确实存在作业量的问题。如果作业量过大，会给学生造成压力和负担，可能导致学生只注重完成作业的数量，而忽视了作业的质量。这样的情况下，学生可能只是匆忙地完成作业，没有充分理解和消化所学的知识，无法达到巩固和拓展的目的。同时，过多的作业也会占用学生的休息和娱乐时间，影响他们的身心健康。另一方面，如果作业量过少，学生可能无法充分巩固和扩展所学知识和技能。作业是学生在家庭环境下继续学习的机会，通过做作业，学生可以运用所学的知识，提高学习效果。如果作业量过少，学生可能没有足够的练习机会，无法深入理解和掌握知识。

#### （二）家长介入和指导的方式

在家庭作业的实践中，家长的角色和参与确实是一个重要的问题。家长的支持和指导对学生完成作业起到积极的影响，但过度介入或者错误的指导可能会对学生造成不良影响。首先，一些家长可能会代替孩子完成作业，甚至为他们写作业。这种做法剥夺了学生独立思考和解决问题的机会，无助于他们的学习和成长。学生应该通过自己的努力和思考来完成作业，这样才能真正理解和掌握所学的知识。另外，一些家长可能没有足够的时间或者专业知识来正确引导孩子完成作业。他们可能只是简单地给出答案，而没有帮助学生理解问题的本质和解决方法。这样的指导不利于学生的学习和提高，甚至可能导致学生的作业质量下降。

#### （三）多元化的作业形式与评价方式

在家庭作业的实践中，作业形式和评价方式的单一性可能存在一些问题。不同学生具有不同的学习风格和能力，单一的书面作业无法满足所有学生的需求。

首先，一些学生可能更喜欢进行实践性的活动，他

们更善于通过实际操作来理解和应用知识。然而，传统的书面作业往往无法提供这样的机会，导致这些学生无法充分发挥自己的优势。另外，一些学生可能更擅长表达自己的想法和观点，他们可能更适合进行口头表达或者创作性的作业。然而，如果评价方式只注重书面作业的答案和格式，可能会忽视这些学生的潜在能力和创造力。

### 四、小学体育核心素养视域下家庭作业的实践措施

#### （一）设立明确的学习目标和任务

在设计家庭作业时，教师应该设立明确的学习目标和任务。这样做可以帮助学生明确知道完成作业的目标和期望，并能够有针对性地进行学习。首先，教师应该清晰地概述作业的目的、要求和预期结果。例如，在学习某个体育项目时，可以设立学习目标为掌握该项目的基本规则和技能，并能够运用到实际运动中。在作业要求中，可以要求学生通过观看相关视频、阅读相关资料、实践运动等方式来达到学习目标。同时，明确预期结果，例如要求学生拍摄自己进行该项目运动的短视频，以展示他们的学习成果。另外，作业任务应该与课堂教学内容紧密结合，并能够拓展和延伸所学知识和技能。教师可以通过设计一些案例分析、问题解决、创新设计等任务，让学生运用所学的体育知识和技能进行实践和应用。例如，在学习篮球运动时，可以要求学生观看一场篮球比赛，并分析比赛中运动员的技术表现和战术策略，然后撰写一份分析报告。

#### （二）引导学生进行自主学习和探究

在家庭作业的实践中，应该强调学生的自主学习和探究。这样做可以激发学生的学习兴趣和能力，培养他们的独立思考、问题解决和创新能力。教师可以通过鼓励学生提出问题的方式，激发他们的思考和好奇心。例如，在学习体育项目时，教师可以要求学生提出关于该项目的问题，如为什么要进行特定的训练方法、如何提高比赛的表现等。这样可以让学生主动思考和探索相关的知识和答案。教师还可以鼓励学生自主查找资料和学习资源。在设计作业时，可以布置一些学生需要自行查找资料的任务，如了解该体育项目的历史发展、了解著名运动员的故事等。同时，教师可以提供一些学习资源，如推荐相关书籍、网站、视频等，让学生能够自主选择并进行学习。此外，教师还可以鼓励学生进行实践和运动技能的练习。例如，在学习某个体育项目时，可以要求学生在家中或者户外进行一定时间的实践训练，并记录自己的学习过程和体会。这样可以帮助学生将理论知识与实践相结合，提高他们的运动技能和理解能

力。

### （三）加强与家长的沟通与合作

家庭作业的实践中，加强与家长的沟通与合作是至关重要的。教师应该与家长明确作业的目标、要求和时间安排，以便家长能够更好地理解和支持学生的作业完成。通过与家长的沟通，教师可以了解学生的家庭环境、特殊需求以及家长对于学习的期望，从而针对性地提供指导和帮助。同时，教师还可以提供相关的指导和建议，使家长能够正确引导学生完成作业，促进他们的学习进步。例如，教师可以向家长介绍与作业相关的学习资源、参考资料或学习方法，以便家长能够为学生提供必要的支持和指导。通过与家长的合作，家庭作业可以更好地贴近学生的实际情况和学习需求，促进学生在家庭作业中的全面发展。

### （四）创造多元化的作业形式和评价方式

在小学体育核心素养视域下，家庭作业的实践需创造多元化的作业形式和评价方式。首先，在作业形式上，教师应该鼓励学生尝试不同的表达方式。除了传统的书面作业外，家庭作业还可以包括口头报告、绘画、视频制作等多种形式的任务。例如，学生可以通过制作游戏、演示锻炼动作、编写运动日志等方式来展示自己的学习成果。这样的多元化作业形式，可以激发学生的创造力和表达能力，促进他们在家庭作业中的积极投入和主动学习。在评价方式上，教师应该注重学生的多维度评估。除了对知识掌握的评估外，还应该关注学生的思考能力、创造性、实践能力以及合作与沟通能力的发展。例如，可以开展学生之间的互评或同伴评价，让学生从彼此的角度出发，评估和反思自己的作业完成情况。此外，还可以组织学生进行展示或交流活动，以便评估他们对所学知识和技能的理解和运用。通过多元化的评价方式，可以更全面地考量学生的核心素养发展情况，激发他们的学习积极性和创造力。

### （五）提供反馈和指导的机会

在家庭作业实践中，教师应该提供反馈和指导的机会，以帮助学生改进和提高作业质量。反馈可以包括口头或书面形式的评价，指导可以通过一对一或小组讨论的方式进行。首先，及时的反馈对学生的学学习至关重要。教师可以在批改作业时给予学生个性化的反馈，指出他们的优点和不足之处。这些反馈可以激发学生的进步动力和自信心，并使他们更好地理解 and 适应学科知识和技能。此外，反馈还可以提供具体的建议和改进建议，帮助学生明确下一步的学习目标和行动计划。另外，指导是学生在家庭作业中获得支持和引导的重要途径。

教师可以与学生一对一或者小组讨论，帮助他们理解作业内容并解决困惑和问题。通过指导，教师可以倾听学生的观点和想法，引导他们分析和思考，培养他们独立思考和解决问题的能力。此外，教师还可以鼓励学生相互交流和分享作业经验，通过小组讨论或合作学习的方式，促进他们共同进步和学习成长。

### （六）培养学生自我反思和自我管理能力

家庭作业实践中，教师可以培养学生的自我反思和自我管理能力，从而提高他们的学习效果和学习自主性。一方面，教师可以鼓励学生定期回顾和反思自己的学习过程和成果。学生可以思考自己在完成作业时所取得的进展和遇到的难点，分析问题产生的原因，并制定相应的改进计划。通过自我反思，学生可以更好地了解自己的学习需求，确定自身的学习优势和不足，以便做出针对性的调整和努力。另一方面，教师可以引导学生制定学习计划和目标，并帮助他们制定学习时间表和任务安排。学生可以根据作业要求和个人时间安排，合理分配学习时间和精力，提高学习效率。同时，学生还可以学习如何管理自己的学习资源和工具，如学习材料的整理和归档，学习环境的组织和准备等。通过自我管理，学生能够培养学习自律性和时间管理能力，更好地控制和管理自己的学习过程。

### 结语

小学体育核心素养视域下的家庭作业实践需要注重培养学生的自主学习能力和合作精神，同时提供多样化的形式和内容。通过合理设计和实施家庭作业，可以更好地巩固和拓展学生在体育课堂上所学知识和技能，促进学生全面发展。家庭作业不仅是学习的延伸，更是培养学生健康生活方式和良好行为习惯的重要途径。

### 参考文献

- [1] 郑置杰, 崔婷. 基于核心素养下小学生体育家庭作业的设计与评价探究[J]. 云南教育(小学教师), 2023(09): 8-9.
- [2] 付正君. 基于核心素养视角下小学体育家庭作业的设计与实施[J]. 体育教学, 2023(04): 44-46.
- [3] 芮水苗. “双减”背景下小学体育家庭作业的设计与实施[J]. 新课程, 2023(01): 163-165.
- [4] 孙典笠. 基于发展体育学科核心素养的小学体育家庭作业内容设计研究[D]. 淮北师范大学, 2022.
- [5] 张勇卫. 指向学科核心素养的小学体育家庭作业校本化架构与实践[J]. 中国学校体育, 2018(10): 23-24.