

初中体育课分类教学“2+1”模式的实践探索

曹蕴琦

(江苏省苏州市景范中学 江苏 苏州 215021)

【摘要】初中生正处于生长发育的关键时期,在初中阶段对学生实行体育素质教育,对体育课程进行课程改革,有利于促进学生的生长发育。少年强则国强,少年有希望则国家有希望。党的十八大以来,以总书记同志为核心的党中央高度重视体育工作,并在全国教育大会上提出要树立健康第一的教育理念,将全民健身上升为国家战略。至此,我们更加需要重视初中体育教学和课外锻炼的联动,加快推进体育强国建设。本文采用文献资料法、问卷调查法、数理统计法、分析法等对初中生的体育课程教学和课外锻炼加以研究,综合本校的实际教学情况提出了体育教学与锻炼改革的新思路,采取“2+1”的体育教学模式,即2节课根据学生兴趣选择上分类课、1节课完成国家课程大纲上整班的行政课,使体育教学与课外锻炼相互融合、协调发展,最终形成课内外一体化的新型初中体育教学模式,对于初中体育的课内和课外教学提出可操作性的建议。

一、初中体育工作的内涵

1. 初中体育工作的目的

近些年,对初中体育课程教学的高效性调查发现,课堂教学过于表面化和概括化,没有深入体育科学研究内部,教学质量和价值不高;教学内容过度拔高,没有综合把握生活需求,没有把握初中生的教育心理,教学操作性差,使学生的好奇心和探究欲丧失。^[1]

初中体育教育工作在学生升学压力下长期处于被忽视的状态,这不利于初中生的全面发展。初中体育课的目的就是让学生的身体得到锻炼,让学生的身体素质得到提高;提倡以健康第一为主导,普及健康教育,引导健康的心理、指导学生安全运动,使其无论身体还是身心都能正常发育、成长,为未来社会生活提供帮助,打好基础。

2. 初中体育教学的内容

初中体育课的教学内容与其他文化课程不太一样,前者更加强调教学工作的互动性和学生的实际的参与度,教学内容包括:常规内容教学、课外体育锻炼指导、运动竞赛指导、大课间活动、体育科研等^[2],而随着国民身体素质训练不断被重视,初中生的体育教学工作也需要被丰富化,现阶段初中生的课外锻炼体系正被逐步推广,大多数学校都能保证学生每天的运动时间达到1小时,部分学校还将体育作业作为学生假期必须完成的硬性指标,不仅如此,各个学校都积极组建了运动队,课余投入师资和经费参与训练,以此来形成学校体育教学与课外锻炼相互促进的局面,可以说,新时期的初中体育工作是融合了校内课程教学、体育竞赛和课外锻炼为一体的全面教育工作。

二、初中体育课堂教学效果差的原因

初中体育课堂教学高效性欠缺的原因可以从教师、学生、场地教材三个角度来探究。

1、教师:传统体育老师缺乏对课堂的有效性研究,一方面是一些老师的教学观念滞后;另一方面有些体育教师,因为工作量大,心里和生理都有巨大的压力,根本无暇顾及课程有效性,只是机械地完成每天的课务量。

2、学生:应试教育抓的紧,导致学生在课堂上主要还是围绕中考考试内容进行强化,没有多余的精力选择自己喜欢的体育项目进行深入学习。加之课堂教学不能满足初中生的个性需求,使得传统的体育课堂难以激发初中生的学习主动性。

3、教辅材料、场地:传统的体育教材侧重的是基本理论的衍生,这类传统的体育课程已经很难吸引初中生的注意力。加之新课程的教材难度大、内容多,使得初中体育教学除了满足基本的身体素质训练外,很多项目只能浅尝即止,难以满足初中生的个性化需求,对一些有基础的学生来讲,没有时间在课堂上再深入的学习,导致专项不专。加之有些学校场地不足,使得课程的设置只能以基本身体技能的锻炼为主,不能积极利用足球、健美操、武术、乒乓球等教辅材料,这些都阻碍了体育课堂的教学高

效性。

三、初中体育“2+1”教学模式的现状调查

“2+1”教学模式中的“2”指的是每个班级每周用2节课来上“分类课”,每学年学习一个体育专项。“1”是指用1节体育课依照大纲内容进行行政班授课,学习“课标”的内容。常规行政课程按年度由一名体育老师授课;“分类课”,由另一名专业体育老师授课(可外聘更加专业的专项教练),该教练同时指导该项目的校队课余训练,方便后期从分类课上找到好的苗子。这样每周三节体育课就形成了“2+1”的教学模式。

为了提高初中体育教学的高效性,本文随机选取了50名初中生进行访问,对“2+1”教学模式的基本情况信息进行调查,调查结果如下。

1. 初中生对“2+1”教学模式的态度

在所调查的大学生中,有44的学生认为有必要开展“2+1”教学模式,2名学生认为没有必要进行“2+1”教学模式,4名学生认为“2+1”教学模式是否开展是无所谓的事。可见对传统体育课堂进行一些改革是非常有必要的。

2. 初中生参加“2+1”教学模式的接受程度

调查结果显示多数同学均不同程度地愿意参与“2+1”教学模式改革。有21人是为了锻炼身体,有16人是为了丰富体育技能,12人是为了提高自己原来的技术水平,不愿意进行“2+1”教学模式的有1人。

3. 初中生对“2+1”教学模式下的课堂运动量强度评价

运动强度是指动作时用力的大小和身体的紧张程度。适宜的运动强度能有效地促进身体机能的提高,增强体质。反之,如果课堂强度太大,超过身体的承受能力,不但会使身体机能减退损害身体健康,甚至会在课堂上造成严重的教学事故。所以说在体育教学中,合适的运动负荷是非常重要的,对增强学生体质把握和提高运动技术、技能,提高运动成绩,防止伤害事故,都具有重要意义。根据调查显示分类课的运动强度整体比较合理,学生接受程度比较高,没有因为分类课的开展感觉运动量与之前相比有较大变化或不习惯。

4. 初中生选择参加“2+1”教学模式锻炼的项目

在问卷列出的可供选择的2节自选课程锻炼项目中,排序在前位的项目是球类项目、以及健美操并表现出了一定的集中趋势。可见,学生在项目选择上是有想法的,传统的体育课堂已经无法满足学生的需求。

四、初中体育课堂“2+1”教学模式联动机制的构建

1. 提高体育教学工作对“2+1”教学模式联动机制的重视

一般体育课程结束后都很少涉及对兴趣类课程的学习的安排,要加强“2+1”教学模式下课下锻炼的联动机制就必须重视分类课程课程的设置,这是体育教师对学生课外时间进行体育学习与锻炼进行管理和督促的一种很好方法^[3],也是对课堂教学的

(下转第94页)

题

3.2.1市民体育健身意识薄弱

从表1中我们得知市民都认可参与广场文化活动的带来的健身价值,认为很有必要的有135人,占到了总调查人数的48.4%,但是在参与长沙市参与全民健身广场体育文化活动的调查者的业余时间支配调查显示人们利用业余时间参与健身的并不多,仅有56人,仅占比例20.1%。说明了人们虽然明确清楚参与广场体育文化活动的能给自身带来的价值,但是健身意识不够强烈。

3.2.2社会指导员分配不均且水平有限

在长沙市体育局政府门户网站一信息公开社会指导员信息统计中发现,长沙市各地区的社会指导员分配明显不均匀

3.2.3长沙市全民健身广场体育文化活动的开展的体育组织管理缺乏规范性

调查显示,目前长沙市开展全民健身广场体育文化活动主要分为三个部分:政府、体育局等部门、体育协会以及市民自身。一般由政府或体育部门的组织管理是比较规范的,但是长沙市全民健身广场体育文化活动大多有群众自行组织,随意性强,缺乏规范性,影响着长沙市各地区参与全民健身广场文化活动的开展。

3.3制约长沙市全民健身广场体育文化活动的因素分析

3.3.1健身者闲暇时间的影响

闲暇时间并不是从来就有的,他是随着社会的进步和生产力的发展而逐渐产生的,纵观人类的发展史闲暇时间的产生和存在^[10],须具备以下三个条件,即高度发展的生产力是闲暇时间产生的基础,充分的人生自由是闲暇时间存在的前提,具有强烈的个性自由意识才能真正自由支配闲暇时间^[12]。闲暇时间的多少将直接影响到人们参与全民健身广场体育文化活动的开展。

3.3.2健身广场环境的影响

健身广场环境包括两种,即物理环境和自然环境。所谓物理环境就是健身广场文化活动和健身设备;自然环境就是纯天然的,全气候的大气环境。一个人健身首先需要的是一个足够空间的健身环境,其次才是健身器材。健身广场的环境的好坏,一方面由于受到健身环境空气、绿化等纯天然的环境,影响人们参与体育锻炼的积极性,另一方面,健身广场缺乏一定的器材,自然而然会影响人们参与全民健身广场体育文化活动的氛围。健身广场环境的健身尤为重要。

3.3.3全民健身广场体育文化活动的开展的体育组织管理方面的影响

地区开展全民健身广场体育文化活动的多少一方面可以提高市民对全民健身的关注度,起到了宣传的作用,另一方面长沙市广场土语活动管理有长沙市体育局直接负责,然而导致区域性全民健身广场体育文化活动的开展受到限制,广场中出现的问题,政府不能及时的解决,工作效率低,从而影响当地全民健身广场头文化活动的开展。

4结论

(1)据调查发现长沙市全民健身广场体育文化活动的开展过程中存在的问题:男女比例失调严重、人们的健身意识滞后、健身广场器材匮乏、健身器材维护不到位、广场体育文化活动组织管理缺乏规范性、长沙市文化广场社会指导员水平能力不高且分配不均、政府及体育局等相关部门的工作不到位,地区广场体育文化发展不平衡。

(2)制约长沙市全民健身广场体育文化活动的开展的主要因素有:全民健身广场体育文化活动的开展的体育组织管理方面的影响、健身广场环境的影响、参与者体育健身意识的影响、健身者闲暇时间的影响、社会指导员分配的影响以及政府资金支持度的影响。

(上接第77页)

一种延伸,更是课堂内外互动的重要内容。教师在课堂指导中也要讲究艺术性,让学生先进行自我探究式学习,发现自己的兴趣和爱好,进行自我选择,发现问题后再给与指导。另一方面要评价适当,教师的评价对中学生心理成长十分重要。同时也不能忽视1节教学大纲指定项目的学习,必须寓教于乐。

2.加强体育课堂“2+1”教学模式与课外竞技体育培训的融合

虽然竞技体育培训不属于常规的体育课程,但是在社会竞争不断激烈化的现代社会,越来越多的学生开始进行竞技体育的兴趣学习,加强体育“2+1”教学模式联动机制,使得教学与课外锻炼的联动起来,就应该让体育竞赛与体育教学相结合,选拔竞技水平高的优秀学生参与学校体育比赛,发展竞技体育,形成良好的梯队建设,使得教学资源得到最优化配置。课外竞技项目的学习可以更好的帮助学生重视对课内2节兴趣课程的学习,同时关注1节大纲课程对基础技能的培训。尊重学生资源,因材施教的引导,有针对性的对每一个学生进行有效的体育兴趣教学的引导,尊重每一个学生的选择,将学生反馈的信息转化为体育课堂教学的资源,利用学生资源吸引学生注意力,只有把学生已掌握的和能够发现的信息作为课程资源,才能丰富体育课堂“2+1”教学模式联动机制的形式和内容。

3.综合多种方式提高体育教学的重视程度

体育教学之所以难以提高效果,很大程度上是由于教学工作不受重视,必须高度重视课内和课外体育教学,加强体育

“2+1”教学模式联动机制的构建。如何做到,第一,尊重学生个性特点和需求,开展体育分类课程。第二,加强校园体育文化的宣传力度,通过网络、体育节等媒介对体育知识以及体育健康进行大力宣传^[4]。第三,改革传统的体育教学考核模式,把2节分类课的成绩也纳入评价体系,使得体育成绩每年由两位老师综合评出,为“2+1”教学模式联动机制的顺利开展提供硬件和软件方面的支持。

五、结论

学校的“2+1”教学模式应该在新时期的体育教育工作中相互渗透和促进,把2节兴趣锻炼分类课纳入体育课程体系,使其成为传统1节体育课程教学的延伸,突破传统教学的模式,整合体育教学的资源,既培养学生体育锻炼的兴趣,掌握技能,又锻炼了身体素质,创造出学生主体作用和教师主导作用得以充分发挥的时空条件和物质条件,真正实现终身体育的培养目标。

参考文献

- [1]林静.对探究性学习的认识[J].小学教学,2002(6).
- [2]刘海元.学校体育教程[M].北京:北京体育大学出版社,2011.
- [3]张补君.新课标下对水平四体育与健康课评价方法的探索和尝试体育科学研究[J].2005(2).
- [4]滕子敬.学校体育研究与探索[M].北京:体育大学出版社,2004