

体能主要侧重于实战练习。在实际小学体育教学中,体育教师要促进体技融合,必须做到方法多样,使学生乐意参与体育学习、积极主动融入体育学习,才能切实提高体育教学实效。要做到体技融合,需要教师不断研究体育教学内容,准确把握体育教学的重点、难点,并根据学生的实际情况,找到让学生乐学、愿学的教学方法,促进学生积极主动参与到体育教学中来。如《乒乓球》的教学方法中,不同的握拍方法,检验身体的不同姿势、节奏等能够达到对乒乓球的控制,教学起来因生而定,可以说相对复杂、繁琐,此时体育老师应选择一种方法为核心,以其他的握拍方法为辅助,通过一种通用的方法带领学生共同的综合性练习,带动学生提高技巧能力。在一节课中,对于同一种方法的技能训练的同时兼顾其他训练,如此才能促进学生体能、技能平衡协调。为此,在方法视角下,体育老师要切实根据学生的实际年龄特点、运动能力等,因材施教,既集中训练,又开展个性化的辅导,从而促进学生体技融合发展。

三、基于实战视角,推进体能与技技的发展

实战是教育教学的最终目标,就体育来说,实战即学生的体能、技能得到良好发展,身心健康。为此,只有将学生的体技教学应用到真实的实战上,才能推进学生体技综合发展。对小学体育课而言,学生相对更加乐于参与到实战当中,对此教师要侧重于实战的指导。如,在实战过程中,教师可以让学生在实战练习当中主动思考,达到练中有思的地步,从而激发学生不断探索,深化自身的实战

练习实效。如《篮球的运球》一节教学中,小学学生普遍热情高涨,但是拿起球来并不一定完全按照课前指导的要求和动作去练习,而是没有章法的拍起来,此时就要求教师在实战中通过一定的方法加强指导,如教师示范、分组运球比赛、配合音乐寻找节奏等等。由于体育实战属于存在一定危险的实战练习,因此在实战过程中,教师要加强对学生的自我保护指导,预防可能出现的身体损伤,注重保护自我等。

结束语

综上所述,在体育教学中,要想做到体技融合,促进学生综合性发展,达到培养学生体育核心素养的目的,对于以上共生视角下的体育教学进行参考和实践,具备一定的积极作用,在此过程中,教师还要鼓励学生不但身体参与,同时要思想和思维方式上的参与,只有这样,共生视角下学生的体技必将取得较好的效果。

参考文献

- [1]王步.公共体育小学教学发展模式分析[J].北京体育报,2018(4)
- [2]李献青.共生理论视角下乡村体育教学研究[J].南京体育学院学报,2019(31)
- [3]毛有文.小学体育课程教学探究[J].江苏教师,2018(9)
- [4]李宝玉.在体育教学中学生科学素养提升的意义[J].运动,2018(16)

翻转课堂

——高中体育教学革新尝试

邓文联

(长沙大学附属中学 湖南 长沙 410003)

【摘要】当今,在社会高速发展,新课程改革力度逐渐加大的背景下,教师们注重的不仅是学生学习成绩的提升和效率的提高,同样注重的还有他们的身体素质的锻炼,新课改明确要求加强学生的身体训练,锻炼出一个坚强的体魄,毕竟,身体是革命的本钱,拥有一副好的身体,才是学习好的保障。本文,笔者对新课改提出的“翻转课堂”做了一些分析与思考,并探究其在高中体育课堂中的新尝试,力求挖掘其更一步应用的实践意义。

【关键词】翻转课堂;高中体育课堂;新尝试;实践意义

目前,大多数体育教师采取的上课模式即是以训练为主,认为体育课的本质即是锻炼。这种看法有一定的道理,却同时也存在一定的局限,因为对学生进行训练还得有教师来带领,这可能会在一定程度上削弱了学生的课堂主体地位。为此引入了一种新兴的课堂模式——翻转课堂,这是对传统教学理念的一个重大突破,从根本上实现了学生的课堂主体作用。笔者将根据自己的一些经验,阐述翻转课堂在高中体育课堂中的具体实践运用,并提出自己的一些思考与建议,希望能对体育教师们有所帮助。

一、对“翻转课堂”内涵及意义的正确认识

翻转课堂也被称为“颠倒课堂”,是指重新调整课堂内外的时间,使学生掌握学习的主动权,在这种课堂模式下,学生们能有更多的时间去进行个人项目的训练和学习,也会有一定时间去跟别的学生合作探讨,更能在此过程中渐渐发现自己的不足并及时寻求老师的帮助,综合多方面的效果来说,翻转课堂的模式教学更有利于学生充分支配课堂时间去完成很多事情。在高中体育课堂中运用翻转课堂模式,学生在课堂时便不再是以往的、固化的模式训练,转而是更有针对性地训练,每个人针对自己的弱项进而采取相应的改进措施,往往比“一锅炖”的方式有效的多。因此,在高中体育课堂中,教师要敢于突破传统教学理念,敢于尝试新的教学方法,充分发挥学生的主体地位与主体作用,让课堂成为高效的课堂,训练也成为高效的训练。

二、实施翻转课堂的具体方式

翻转课堂的实施,虽然说要充分发挥学生的主体作用,但并不等同于老师将整节体育课全权甩手给学生,让学生来自由支配。而是说在老师的引导之下,让学生们有更多的时间去专注于自己的训练和项目。因此老师还是要起必要的带领作用,合理设置课堂一些体育项目训练,有效展开课堂,笔者从以下几个方面展开了对具体可行方式的阐述:

1.合理设置课堂模式。有效课堂模式的设置是课堂有序开展的前提,在一节体育课中,通常以全班学生的“准备活动操”开始,体育课毕竟是要动,做操有利于学生骨骼的舒展;其次,课中时老师可以根据自己计划中的与考试相关的训练来展开,或者是直接进行考试,也可以是为将来的运动会做锻炼等等,若以上活动均没有,就可以让学生们自主训练;当然,又开始就得有结束,每一节体育课的最后老师也应该让学生们集合,一来,可以核查人数,看清楚是否有早退或其他情况等,二来,教师还可以对下次课的安排作一下通知,让学生们提前做好充分的准备,以便于下次体育课的有效开展。

2.开展多样化的趣味活动或训练。若是日复一日、周复一周的训练,我想,每个人都会感到厌倦。因此,体育老师可以根据学生们的爱好和兴趣来设置多种趣味活动,让他们能够在游戏的同时,也能够借这个机会来提升自己某些方面的能力,比如自身的训练能力、与别人的合作协调能力等。

例如,教师就可以设置一个围绕“排球”而展开的游戏,大概7~10个人围成

一圈(圈圈要尽量大),进行“排球接力”游戏。简单地说,就是传排球,看最终会由哪个“幸运儿”来接受惩罚(未接住球者);类似的,还可以是多人踢毽子的游戏,同样数目的人,以任意一个人打个头,将毽子踢向下一个,对象是圈圈中的任何一个人,不一定非是你的对面或者是旁边的同学不可。另外,教师也可以让学生们自己选择想要参加的项目,比如喜欢篮球的就打篮球,喜欢羽毛球、排球、足球的就参加相应的项目,像这样,根据自己的爱好参与到项目当中,才能使自己真心地得到放松,同时也是一种训练和进步。

3.加强与学生之间的交流。可能有人会觉得这一步是多此一举,认为体育课中没有必要进行师生间的交流,这种看法是错误的。有一个健康的心理和身体是参加体育训练的前提和保证,而学生的心理和身体健康水平状况,还得由和学生相处的教师通过与他们的沟通来了解。了解了学生的基本情况,对决定训练的强度与时间,以及对教师给学生必要的心理疏导是十分重要的。因此,作为一名高中的体育教师,除了对学生的体育训练有要求,为了高考体考做准备之外,还需要和学生有必要的交流,对学生的反馈做到实时了解并解决,从根本上去促进学生对于体育课堂的热爱,进而转为对体育的热爱,对锻炼的热爱。

就拿上段中举的例子来说,在学生们进行游戏时,或是在进行自己的训练时,教师就可以默默地观察,若有人结束,教师就可以询问其相关情况,例如“感觉怎么样?”“肌肉有没有得到拉伸”之类的话,表达自己关心的同时,也了解了关于他们身体的一些状况,一举两得,何乐而不为呢?

三、结语

翻转课堂改变了传统的“纯训练式”体育教学,从根本上实现了学生的主体作用。作为一名教师,一名体育教育工作者,在新课改的大潮流下,要加强对于体育教学的设置,合理安排课堂教学顺序、时间分配等,充分利用现有的完善的教学设备与资源设施等,营造一个更加高效的体育教育环境,这不仅是在为学生的高考做准备,更是为他们今后的自身发展打下了一个很好的身体基础。

参考文献

- [1]段春雨.国内翻转课堂研究的现状与展望[J].重庆高教研究,2014(04)
- [2]林永涛,吴新炎.翻转课堂对普通高校体育教学的启示[J].体育教学,2017(45)
- [3]高宇飞,周莹.从传统体育课堂转型到“翻转课堂”的思考[J].体育前沿,2015(36)
- [4]吴翔.浅谈翻转课堂在高中体育教学中的革新尝试[J].体育风尚,2019(09)
- [5]吕杨.翻转课堂——高中体育教学革新尝试[J].当代体育科技,2019(08)