

对普通高中体育与健康课程中“模块”的探究

刘美玲

(湖北省恩施土家族苗族自治州建始县建始县民族高级中学 湖北 恩施 445300)

【摘要】 近几年时间,国内教育体制迎来了新的契机,高中阶段的体育课程有效转变成“模块”教学。本篇文章主要就是针对普通高中体育与健康课程中“模块”进行了有效的分析。希望通过本篇文章的有效分析,能够在今后的工作过程当中,给到相关的行业内人士一定的帮助或者是借鉴作用。仅供参考。

【关键词】 普通高中; 体育与健康; 模块

引言

体育与健康课程模块的设置和使用,让我们实现灵活多变,选择性强的课程组成提供了有可能。在很大程度上改变了体育与健康课程的结构和面貌,对整个课程的实施与管理有着深远的影响,同时给学生个性化的学习带来了切实的保障。

1. 课程的教与学的意义

体育教学的出发点就是增强学生的身体素质,让学生掌握一定的体育运动能力和技巧,全面发展学生的体能和顽强意志的教学目标。高中阶段的体育教学能够让学生在参与运动的整个过程当中,做到全身运动,增强身体各个方面的发展。与此同时,体育是一种有氧运动,对学生的肺活量,心脏技能也有很大的积极作用,能够在一定程度上让学生在文化课上的学习压力得到缓解和释放,让学生健康,快乐的成长。

2. 关于模块与学习单元

模块就是特定意义之下的完整学习单元,但是学习单元并不一定就是我们所讲的模块。这就是应了“中国人是人,而人不一定就是中国人”这一句话,其道理都是相仿的。模块的教育目标是确切的,始终围绕一个特定的内容展开,对学生的学习经验和有关资源进行有效整合,对师生的行为和学习方式提出一定的要求或者是建议。

教学单元其实就是普通高中课程里面有特定内涵的学习单元,即模块。但是因为课程标准里面,本单元可以选的模块有.....,高中模块的单元教育教学计划应.....等等阐述,让人们比较迷糊。针对这样的一个情况,笔者建议课程标准在对模块的概念作出有效阐述之后,所有的教学单元都以模块的形式展示最好。单元教学的计划最好就是叫做模块设计方案,以示和我们经常说到的单元教学计划有一定的区别。

这样一来课程标准就不仅仅跟课程方案在表述上相同,并且因为凸显了体育与健康课程模块设计的特点:整合性以及教学实用性;也有助于体现出新课程结构的特点。

3. 关于模块和选项教学

《基础教育课程改革纲要》提出要求,高中阶段的必须要积极落实学分制管理。学分制管理就是学分制,选课制,导师制三位一体的管理模式,学分制的前提条件是选课制,导师制给选课制提供有效保证。为此,强调选项“选项”就是选课,就是要把“选项”纳入学分制,选课制,导师制三位一体的管理模式。

事实上,选项跟选课的本质都是选模块。就好比,课程标准在第四部分第一条“实施建议”说道“再次选择的时候,名学生可以选择相同的项目,也可以选择不同的项目.....”应当理解成:“可以选择相同的项目的不同模块,也可以选择不同项目的某一个模块.....”这样一来就可以避免分歧的产生。

4. 关于模块设计的几个要点

4.1制高点,目标引领内容

高中阶段的学习带有系统性,且要求学生了解和掌握一定的运动技巧。但是在模块设计的时候必须要注意到目标引领内容,想要让模块体现出先进的课程理念,

首先需要做的就是占据这一个制高点。

必须要有一个目标意识,模块学习目标应当涵盖的运动参与,运动技能,身体心理健康以及社会适应几个方面,把这几个方面的目标有效渗透到模块里面去。

模块的学习目标是水平目标的子目标,要求具体,带有观察性。知识性目标,技能性目标要求表述是具体的学习结果,情意性要表述成能够观测的行为表象。

在对模块的学习目标进行阐述的时候,需要注意简单明了,要涵盖行为主体,行动动词,行为条件,表现程度几个大的方面。其中,我们需要特别注意的就是,课程标准里面目标表述的主体就是学生。所以,其中一个技能性目标的阐述就应当是学生可以熟练掌握,而不是让学生熟练掌握。与此同时还注意结果性目标以及体验性目标动词的使用准确。对其进行有效的理解与掌握,学会如何正确的去使用。

4.2关键点,内容的选择与编排

依照新课程标准的内容要求,在模块学习目标的引导之下,尊重学生的心理发展和需要,对教学内容进行深入的研究与分析,用心去选择教育教化的内容;根据模块间跟模块内的学习内容之间的联系,学生的认知规律和季节气候等等,科学合理的对教学内容进行安排,让模块有效体现出课程的价值和意义,考虑学生的实际学习需要,这就是模块设计的一个关键点。

通过对学习的内容进行有效分析,清楚对学生身心带来的一些影响,删除那一些内容比较老旧的内容。开发出一些富有时代气息,激发学生兴趣的学习内容,最大课程满足学生的真实学习需要。

在模块内对学习的内容进行安排的时候,必须要充分考虑教材和辅导资料的统一,注重运动知识跟技能之间的内在联系,遵循学生的认知规律,把模块里面的内容有效的分配到每一个学时里面去,让整个学时计划变得有连贯性一些。

在模块之间必须要注意到不同项目的模块基本上都是相对独立起来的,在教育教学顺序上具有可互换的情况;而同一个项目的各个模块也是有逻辑顺序的,后一个模块是前一个模块的延伸跟发展,必须要注重他们在内容上面的系统性以及衔接性。

结束语

新课程方案比较值得注重的就是,在国内课程发展历史上,第一次用学习领域、科目、模块去构建高中课程的教育体系,进而让普通高中课程的结构有了一定的转变。模块的设置和使用,让我们实现灵活多变,选择性强的课程组成提供了有可能。在很大程度上改变了体育与健康课程的结构和面貌,对整个课程的实施与管理有着深远的影响,同时给学生个性化的学习带来了切实的保障。本篇文章主要就是针对普通高中体育与健康课程中“模块”进行了有效的分析。希望通过本篇文章的有效分析,能够在今后的工作过程当中,给到相关的行业内人士一定的帮助或者是借鉴作用。仅供参考。

参考文献

[1]吴道勇.对普通高中体育与健康课程模块学业评价实施问题的思考[J].当代体育科技,2017,7(06):164+166.

用智慧探求体育教研特色的真谛

刘丽 谢艳波 周少辉

(黑龙江省佳木斯市向阳第一小学 黑龙江 佳木斯 154000)

【摘要】 一所好学校,推门而入是一道良好的育人风景。一个好的教研组,扑面而来的是浓厚的教研气息,有着团结积极的心理氛围、有健康的学习研究工作环境、有互动共享的交流平台,尝试以新课程为导向,以研究为核心,以教师为主体,以新技术为支撑,我们第一小学体育教研组就是这样一个有着高度的整体意识和团队合作精神的优秀团队。

【关键词】 交流反思; 教研发展; 校本特色; 创新前行

1. 互相交流、双向反思

“一课四讲”、研磨提升;教研活动有组织有管理,定时定点开展两周一次的大组交流和小组教研。尤其是每月一次的“一课四讲”教研活动,有效地落实学年初的主题研究课题。组内确定研究课题后,由一位教师负责准备,大家研讨后确定教学设计。在一个班级试讲,其他几位教师共同听课,然后评议,修改,再到第二个班,第三个班讲,大家再评,确定方向正确,方法得当后,组内其他成员也依次进行教学实践。在多次的讲、评、议结合的教研过程中得到组内的研究成果。在学期末,进行成果汇报课,以检验课题研究成果。这样互相促进,互相学习,把新思路、新方法、新资源运用到课堂教学过程中,抛砖引玉,大胆呈现自己的思考和实践。假如再一次上课,我会怎样修正完善?在这些积极双向的反思之后,教研组针对存在的问题提出改进意见,让第二位、第三位老师再尝试实践。从而产生取长补短、滚动提高、螺旋上升的效应,使课堂教学更扎实,使教研更具有针对性和实

效性。

2. 多维教研、专业发展

2.1自助分享的“沙龙式教研”:在长期的摸索和经验积累中,我们立足扎扎实实的常规教研,不断开拓创新,逐渐走出一条多维教研的新路来。每个学期,我们都会组织沙龙式的教研活动。大家相约会议室,一边品着香茶,一边针对一节选定的观摩课进行讨论。每一次都会邀请一位教学经验丰富的领导或骨干教师做客沙龙现场,就一个教学热点问题有感而发,谈自己的观点、想法、教学困惑。大家被这种校园特有的教学研究文化气息所深深感染,学有所得、学以致用。

2.2校内导师的“带教式教研”:学校体育组内的学科带头人、省市级优秀教师,教学能手自愿带领一名年青教师,以同伴互助、分层指导,缩短年青教师的成长周期,效果显著。

2.3延伸辐射的“异地式教研”:每学期我们都积极组织体育教师外出进行教

学交流、学习观摩，锤炼功底，主动参加省、市、区的教学培训，开拓教师视野，登高望远。

2.4基于“网络式教研”；立足于本教研组活动的“主题教研”“教海随笔”等专栏，老师们有目的选择点评课题，上传学习资料，就一堂课，一份教案，一个案例，发表见解，畅所欲言。从而利用网络资源建立起由“同伴互助”、“个体反思”、“专业引领”的多维教研模式，为艺体教研组的团队建设和专业成长提供了一个良好的发展交流平台。建立教师微信博客平台，鼓励教师在平台学习交流，形成一个健康积极的学习成长渠道。

3. 夯实功底、厚积薄发

3.1读书看报，丰富底蕴；多读书，并在读书的同时进行实践研究，反思和写作，这也是实现教师专业化发展，促进教师成长的好途径。每学期学校都要不惜资金为教师购买教育教学书籍，订阅报刊，向教师推荐必读书目，每学期每人至少选读一本书，开学初进行读书交流，最后让读书成为习惯，以此来拓宽教师的文化视野，丰富他们的文化底蕴，提升他们的文化素养。

3.2教学竞赛，相得益彰；每学期，学校都会组织校内“成长杯”教学大赛，以赛促学，以赛研教，聚焦课堂，带着发现、带着思考，每一次的竞赛活动都是大家切磋技艺的战场和练功坊。

3.3教学回放，矫正细节；

通过开展微格教学后，教师首先要观看自己的教学录像或录音，然后将录像课变成详细的教学流程图，再用教学理论推敲课的细节，看哪儿设计得好，哪儿设计得有问题。如果设计不合理，则改动原设计，再次进行教学，我们把这一环节叫做教学实践再创。用理论矫正的过程，再次夯实了教师的理论基础，使理论在教师心中扎下根。

4. 立足校本、特色活动

我校针对学生实际，注重发展学生特长，让学生在校拥有“快乐早晨、惬意课间、愉悦中午、轻松傍晚”的理念。全校教师努力使每一位同学都成为健康、聪慧、友善、快乐的人。开发符合校情、生情的校本课程：跳绳、毽子、小排球（气

排球）走进快乐的阳光晨练；形体锻炼走进课间；小足球走进了课堂；小冰球、乒乓球成立了社团机构；体育竞赛、检验成果。2015年5月，经过市、省、国家评审，我校被批准成为首批国家级足球特色校。2016年10月，学校率先成立了佳木斯市首个校园室内足球馆，避免因天气原因不能进行室外足球课的情况。2016年11月，我校申请的国家级课题，“中小学课堂足球游戏校本课程开发与应用”成功立项。国家校园足球特色校和国家课题的立项，使我校足球活动和足球教研都提升了一个新高度。在市区比赛中，我校参加气排球、小篮球比赛荣获前三名，同时我校开展了跳绳、踢毽子小社团，对于成绩优异的同学计入校园吉尼斯记录给予奖励。比如：宋治国同学在踢毽子比赛中一次踢了3280个，在丰富多彩的艺术活动中发挥学生特长，锻炼身体及能力提高综合素养。我校学生参加“向阳区2017年小学生踢毽子比赛”以10728个的好成绩荣获本次踢毽子比赛团体总分第一名，并且包揽了男子、女子踢毽子比赛个人冠、亚和季军，同时我校还获得了本次比赛体育道德风尚奖。

5. 创新完善、发展前行

我们体育教研组广泛开展合作教研、合作备课的活动。为满足不同层次教师的需求，丰富教研层次，在研究课中分“小组交流课”、“大组交流课”、“学校星级课”等形式。学校星级课以本学期教研专题为研究重点，从而体现整个学科的集体教研水平。我们还实现了听课、讲课、评课的一条龙教研，每研讨一堂课，教研组都会为下一步的深入研究创新实践、夯实基础，不断完善。随着学校教育的发展，第一小学的体育教研工作在规范扎实的基础上，将继续提升教研品质与关注每一位体育教师的专业成长紧紧联系在一起。我们致力于将教研活动深入细化，使教研活动科学化、常规化、特色化、系统化。每学期，体育组有教研大主题，各学年有教研专题，教研活动有系列议题。我们的教研活动始终围绕大主题，以年组的教研专题为切入点，并落在每一次的教研活动之中，形成点线面结合、环环相扣的立体教研格局，从而推进教研组整体发展。路漫漫其修远兮，吾将上下而求索；相信第一小学体育教研工作在市区教育研究部门的指导和帮助下，我们有决心、有勇气开创一小体育特色教研工作新的篇章。

高中体育与健康课程中教学方法运用

吕火波

（广东省汕尾市陆河县水唇中学 广东 汕尾 516721）

【摘要】在全面推进高中体育与健康新课程改革的过程中，教学模式的不断创新和师生地位的变化使他们课程教学的实施非常明显改变。如今，高中教师不再高度注重对学生知识的掌握，而是越来越重视对学生身心健康的发展。许多学生没有时间运动，因为他们在高中期间投入了更多的精力来学习知识，从而导致健康状况亚健康。鉴于此，为了确保高中生的身心健康，不仅要制定体育教学计划，还需要加大力度宣传体育运动的重要性。在体育教育中，学生可以积极参加体育锻炼以丰富自己的运动量，并通过长期坚持体育锻炼来提高高中生的身体素质，这有利于缓解学生学习的压力。

【关键词】高中体育；体育教育；运用

在全面推进高中体育新课程改革的过程中，课堂教学模式不断创新和优化，由于模块化教学的存在，教学工作的实施主要是学生为主体，教师在教学中起着引导作用。在实际教学工作中，教师应结合个别学生的实际情况，采取有针对性的方法，挖掘学生的潜能，更好地促进学生的运行能力的不断提高，指导他们树立良好的体育运动理念。由于教师在教学过程中的地位和作用发生了变化，因此教学理念也随之发生了变化。

一、在体育教学中创设情境，激发学生的运动兴趣

学生是否能够利用体育锻炼身体并学习体育和健康的有用知识，则关键在高中体育教学质量的高低，所以提升体育课堂教学的效率和质量，是解决当前高中体育课堂中存在的问题的有效途径。为了对体育课堂的教学内容进行有效的改革和创新，教师必须转变教学观念，采取一些新的有效的体育教学方式。情境教学法是一种比较新颖的课堂教学法，也用于体育课堂。教师可以在体育课堂中创造情境，并利用它们吸引学生到课堂中，从而使学生可以在体育课堂中感受体育、学好体育，激发学生的兴趣，在体育教育中提高学生的健康意识，促进体育与健康课程的结合，促进高中体育的不断发展和壮大。例如，以立定跳远的教学为例，立定跳远实际上是运动中相对单调的运动，反复跳远的学生将不可避免地感到枯燥无味，并且容易失去对跳远的热情和兴趣。为了增加学生立定对跳远运动的积极性，教师可以在课堂里创建一个“跳格子”的情境，以便学生可以将跳远想象为跳格子，学生可以相互比较并设定跳远目标，让学生比谁跳得更快更远，在这种教学情境下，学生会逐渐感受到立定跳远的乐趣，因此，学生将有很好的跳远体验，这将有效地激发学生的兴趣。因此，教师可以尝试创建体育教学情境，以促进体育教学与课堂健康教学的结合。

二、自主学习体育与健康课程

在高中学习过程中，允许学生自主学习更有助于学生深入理解体育与健康课程。在大多数情况下，使用自己的语言文字的老师可能无法让所有学生理解体育和健康课程的真正意义，而不允许学生进行自主的探索和学习，这将在很大程度上避免这个问题，也将培养学生深入探究知识的精神。因此，这就要求教师在课堂中，让学生自己去探索学习，将学习的主动权还给学生，使学生成为课堂中的主角。当然，教师还应该在学习过程中给予正确的指导和帮助，以免在学习运动与健康课程时使学生误入歧途。例如，在三步上篮和变向运球教学课程中，一些老师将操作步骤和知识传递给学生，但大多数学生难以理解，导致动作不标准或出现摔伤碰撞等安全问题。在这种情况下，教师可以将健康知识传播给学生，在练习中强调潜在的安全隐患，然后让学生探索三步上篮和变向运球的知识，放手让学生去自己练

习，在多次的训练中，领悟学习技巧，从而达到高质量、高效率的学习效果。

三、体育与健康课程中合作学习的教学方法

在学习过程中，仅凭个人能力可能存在一些难以解决的问题，这需要教师从学生体质的实际情况入手，并适合大多数学生的教学方法，让他们轻松容易地理解体育与健康教育课程中存在的问题，针对这一问题，教师可以根据每个学生的身体体质情况划分小组，让学生进行团体活动，在团队协作中，学生可以互相学习、取长补短，找到彼此相同的问题，也可以起到相互监督的作用。让学生团体合作和探讨讨论并不意味着老师可以无视一切，此时，教师应更加注意学生团队学习的效果，并指导他们正确的学习方向。例如，在学习足球运动的过程中，教师单方面向学生传授运球方式和技巧的知识，这会使学生难以将知识充分运用于实际练习中，所以很有可能会导致学习效果与知识教学目的背道而驰，这种问题的出现不仅会阻止学生学习体育和健康教育课程，还会使他们厌倦学习。然后，在这种情况下，教师可以让学生分小组合作，首先，让学生讨论小组踢足球过程中的健康和安全问题，分析之后，老师会给您一个全面性的补充，然后让学生分组为单位进行练习，以灵活的方式在实际训练中运用足球知识，以真正理解体育和健康学习的教学知识。学生的进步离不开老师的精心指导，因此，作为老师有必要深入挖掘适合学生的教学方法，并以某种方式展现体育和健康教育的知识，从而让学生轻松快乐的学习。

结束语

体育与健康是相辅相成的，体育锻炼可以让人身体越来越健康充满活力，而养成一个健康的身体也需要坚持进行体育锻炼，随着素质教育在高中校园的大力推广和实施，很多体育教师在高中教学中发挥的作用也会越来越明显，前提就是教师要处理好体育与健康课程在高中课堂中的整合运用。高中的体育教师们必须肩负起提升高中生运动量、促进学生身体健康发展的重任，教师们可以通过采取一系列有效的措施，让高中体育的教学工作落到实处，引导每个学生从文化学习课堂中脱离出来，让学生在体育课堂中能够放松下来，全身心投入到运动中，以此来释放学生的压力，让学生的健康有所保障。

参考文献

- [1] 蒋海洋. 高中体育与健康课堂开展健康教育研究[J]. 时代教育, 2017(10): 96-98.
- [2] 张杨洋. 浅谈实施高中体育与健康新课程遇到的问题与对策[J]. 中外交流, 2017, (11): 52-53.
- [3] 官学春. 高中体育与健康课程中协同教学法的应用[J]. 考试周刊, 2017(10): 109-109.