

初中体育线上教学实施探寻

何光海

纳雍县龙场中学 贵州 毕节 553300

[摘要]初中体育教学的压力比较大,除了要满足中考的体育考试以外还需要确保在学生的身体快速发育的初中阶段提供足够的体育锻炼,以此提升学生的身体素质,帮助学生更加健康地成长。而因为一些特殊原因或者距离因素需要开展体育课程的线上教学,改变长期以来坚持的线下体育课教学方式,初中体育教师需要根据线上教学的形式和特点探索建立起线上学习的模式。基于此,本文对开展初中体育线上学习的原因背景以及初中体育线上学习实施的难点进行了探讨,而后在此基础上提出了初中开展线上体育课程学习的有效学习方法和策略,希望能够应对线上学习效果不佳的问题,并且为初中体育教师提供线上学习开展的参考。

[关键词]初中;线上学习;体育课程;实施策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.02.2156

初中阶段,学生的身体和心智都处于一个快速发展的阶段,而合适充足的体育运动及锻炼能够在一定程度上促进学生身体发育和健康成长,帮助学生养成一个乐观开朗和坚强的心态,因此体育学习具有十分重要的意义。在特殊形势下,如果要开展线上的体育课程,初中体育教师也应当坚持线下体育课程学习的教学目标和原则,适当地转变学习阵地并且调整学习方法,尽快适应线上学习的模式,并且根据学生参与线上体育课程的真实状况调整体育锻炼项目,保障线上体育课程学习的效果。另外,初中体育教师在组织开展线上体育学习时还应当充分利用互联网技术的便捷性,全面探索和整合网络体育学习资源,利用网络技术构建高效的线上体育课程,尽可能降低线上学习的不足影响。

一、初中体育线上学习面临的困难

(一) 缺乏有效的运动监督

初中线上体育课程的开展首先是将线下体育学习活动中可以直面交流的体育教师和学生分离开来,虽然当前互联网技术能够实现体育教师与学生之间的实时连接,但是无法构建一个和真实场景相同的体育课堂环境,体育教师无法直观地看到所有学生的体育运动状况,特别是一些有难度动作的锻炼过程。电脑屏幕上能够分别展示学生端摄像头范围内的内容,但是体育教师无法一眼定位运动偷懒和动作错误的学生,监督的难度比较大且效率十分有限。体育教师并不能对学生进行近身指导,而学生端所反馈的动作视频等角度也是单一的,无法帮助体育教师全面地了解学生的体育锻炼动作,导致即使学生的体育动作不规范,也很难及时地纠正过来。甚至在做一些强度比较大或者难度较大的动作时,可能因为学生没有充分认识动作,并且缺乏针对性的指导而导致拉伤等情况的出现。

(二) 审批学生视频作业工作量

初中线上体育课程的学习还有一个难以突破的难题,即为了保证学生坚持体育锻炼,会给学生布置相应的体育锻炼作业,大部分都是以视频的形式提交的作业。但是每个学生进行体育锻炼都需要花费一定的时间,每个视频作业的时间长短不一,所有学生的视频作业叠加在一起将会是一个无比

庞大的工作量,不仅需要消耗体育教师大量的时间,还需要消耗体育教师大量的精力。审批学生体育锻炼视频作业的庞大工作量导致大部分体育教师都无法及时查看和批阅学生的体育锻炼视频作业,进而无法全面了解到学生真实的体育运动和锻炼情况,难以做出真实和符合实际的评价。

(三) 受网络状态影响大

虽然当前的移动网络通信技术下大部分学生都能够较为稳定地参与线上体育课程学习活动,但是一个班级的学生众多,不同的学生居住的地方也存在一定的距离和差异,导致个体差异和特例往往更加容易出现。除了线上授课软件和平台自身的不稳定因素以外,部分学生家里的网络状况和电力稳定状况也会影响线上体育课学习的效果。比如说如果出现局部停电,该区域的学生网络信号势必会受到影响,可能会出现卡顿甚至无法进入会议的情况。

二、初中体育线上学习的实施方案和策略

(一) 充分利用体育网络学习资源

实际上在大规模开展初中体育线上学习活动之前,网络上就已经有大量的体育网络学习资源,其中有很大一部分是针对初中学生参加中学体育考试的针对性训练学习,还有很大一部分是面向初中阶段所做的适应性的体育运动学习视频。而近年来,初中体育学习的网络资源更是得到了较大的丰富,各种类型和内容的初中体育运动网络学习视频以及课件等都能够为初中体育教师提供充足的体育素材。特别是一些在家就能做的趣味性体育锻炼视频以及较为标准和科学的锻炼动作讲解视频等都能够作为初中线上体育学习的辅助。初中体育教师在开展线上学习的过程中可以穿插各种体育网络学习资源,并且将其发布在班级群当中,让学生在完成相应的体育锻炼作业时能够参照科学正确的动作讲解视频,有效地提高线上体育学习的效率和质量。另外,不仅是在体育线上课堂可以向学生播放相应的网络学习视频,为了保证学生保持体育锻炼的习惯,体育教师还应当定期向学生分享正确科学的体育锻炼和运动视频,丰富学生的课余生活,同时有效地保障初中体育线上学习目标的实现。

(二) 实行打卡式的运动锻炼作业完成模式

由初中体育教师发布体育锻炼作业的要求和内容,由单个学生完成并且录制视频提交上传的模式会给初中体育教师带来极大的工作量,占据体育教师开展线上教学的时间和精力。针对这一问题,初中体育教师可以将强制性的体育锻炼视频作业转变为自主性的打卡式体育运动锻炼作业的完成模式,将日常运动锻炼的完成情况作为期末学生成绩评价的重要权重,有效地激发学生开展体育运动和锻炼的积极性。在推行打卡式的运动锻炼作业完成模式时,初中体育教师可以选择相应的运动APP,并且注册申请账号,定期发布相应的体育运动和锻炼动作,学生跟随视频完成后拍照或者拍视频上传到相应的APP上完成打卡,并且从教师批阅的模式转换为接受公开的监督,能够在一定程度上对学生起到督促作用,有效地引导学生完成相应的体育运动任务,同时极大地减轻了体育教师的工作量。

(三) 采取直播和录播相结合的体育教学方法

初中体育教师在开展线上体育教学活动时应当充分地考虑到所有的学生,和开展线下体育教学活动一样秉持着认真负责的态度,针对部分地区或者少数学生家庭网络状况和局部网络信号不好等状况,采取直播和录播相结合的线上体育教学方法。首先,初中体育教师应当选择具备回放功能的线上会议平台,为网络状况不稳定的学生提供课后回顾课堂内容的机会和途径。其次,由于课堂时间的有限性以及线上体育课堂的局限,体育教师在展示动作时往往难以让学生观察到多个方位,而体育教师所示范的每个体育锻炼动作如果都采取直播多个方位示范的方式会消耗很多的课堂时间,影响其他教学任务的完成。因此,在一些体育锻炼动作的教学时应当提前录制好并且根据实际需求进行剪辑,在线上课堂的开展过程中直接播放录制好的视频,有效地提高线上体育课堂时间的利用效率,并且更好地完成体育锻炼动作教学的任务。

(四) 合理控制体育锻炼的内容难度和强度

在开展体育线上教学时不可避免地会遇到一些问题,包括学生懈怠性增强,居家环境的影响等都会给线上体育课程开展带来一定的影响。基于此,初中体育教师在实施线上教学计划时也需要合理地控制体育锻炼的难度和强度,筛选体育教学的内容,转变线下的体育锻炼和体育教学方式,建立起适合线上体育教学的内容体系。在运动强度控制方面,体育教师应当考虑到学生居家的特点,适当地减轻运动强度,同时保持学生的身体活跃度。

比如,在体育教师和学生都处于居家隔离状态时,无法开展相应的室外运动,包括跑步等田径运动和羽毛球等球类运动时,初中体育教师可以转变教学思路,选择适合室内锻炼和运动的教学内容,比如教授五禽戏和体操等,让学生能够接触和了解到与平常线下体育教学内容所不同的东西。并

且五禽戏在强身健体方面具有较大的价值,是中国的传统国粹,初中体育教师应当先进行系统性的学习,而后结合网络上专业的五禽戏教学视频,让学生在家学习和反复练习五禽戏,获得与室外锻炼相近的运动锻炼效果。

(五) 选择稳定且专业的线上教学平台

当前各种线上的教学平台层出不穷,不同的线上教学平台所拥有的优势也不同,初中体育教师应当根据线上体育教学的实际需求慎重地选择相应的线上教学平台。由于体育教学需要进行动作示范,因此对画面的稳定性等要求比较高。而体育教师在示范动作时通常难以看清学生的留言,因此更加需要可以直接开麦交流的功能。总之,初中体育教师应当综合线上体育教学的相应需求,选择画面稳定和连续性强、能够直接开麦交流并且后台能够直接记录学生入会时间的线上教学平台。另外,为了避免平台出现问题,体育教师还需要提前准备备用平台,以备不时之需,有效地保障线上体育教学活动的顺利开展。

三、结束语

综上所述,在当前这个信息化的时代,各项互联网技术发展和线上交流平台的建设都趋于成熟,部分线上交流平台和软件的稳定性增强以及网络信号传输速度明显加快,基本上能够实现同时段的实时互动和交流,并且所能够承载的用户数量也得到了明显的增长。基于此,开展线上体育课程教学已经具备了相应的基础条件,在特殊的情况下可能会出现网络不稳定和平台系统崩溃等问题,但大部分时候都能够正常开展线上教学。因此,初中体育教师需要及时地认识到特殊形势下线上体育教学的必要性和重要性,积极准备线上体育课程的教学内容,创新线上体育课教学形式,增强教师和学生之间的互动交流,形成较为成熟的线上体育教学模式,保障初中体育教学目标的顺利完成。

参考文献

- [1]张先锋.初中体育分层教学策略探寻[J].新作文:中小学教学研究,2019.
- [2]陈启涛.初中体育教学的几点尝试与探索[J].新课程学习:下,2012(12):1.
- [3]钟道庆.微课融入初中体育教学中的应用研究[J].中华辞赋,2019(09):207-208.
- [4]王达光.网络环境下初中体育教学资源库的构建策略[J].现代教育技术,2005,15(03):42-44.
- [5]黄志丹,安晓飞.基于网络教学环境下的资源建设与研究[J].沈阳师范大学学报(自然科学版),2004,22(04):282-284.
- [6]张建洲.中小学教育信息化网络教育资源特征现状分析及对策研究[J].中国电化教育,2001(07):40-42.