

如何通过跳绳运动有效提高小学生体育核心素养

赖海燕

(广东省河源市源城区城南小学 广东 河源 517000)

[摘要]在近几年发展过程中教育事业受到了社会各界的广泛关注,因为随着社会人才综合能力越来越重要,但是传统教学观念只会针对学生文化基础进行提升,这就导致很多学生出现了综合能力较差的情况。所以在教育事业背景下教育部门就将小学生体育教育改革重视了起来,并要求教师在教学中培养并提高学生体育核心素养,以保证学生的体育观念得到有效提升,进而加强学生综合能力,为学生未来的人生发展打下坚实基础。

[关键词]跳绳运动;小学生;体育;核心素养

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.06.857

传统小学体育课程教学经常会放任学生去玩闹,就算教师开展了教学工作学生的参与兴趣也很低,这就导致教师无法在教学中培养与提高学生综合能力,所以在教学过程中体育教师的教学理念就出现变化,起初教师还想让学生学习一些体育知识,但是由于受传统教学影响,最后体育教师就放弃了体育知识教学,这就导致学生的体育核心素养出现了问题。因此在教育事业改革背景下小学体育教师就开始利用多元化的方式来培养与提高学生体育核心素养,那么本文就通过如何利用跳绳运动有效提高小学生体育核心素养进行论述。

一、当前影响小学生体育核心素养提升的主要问题

(一) 体育教学注重形式,而缺乏实际灵魂

随着教育事业改革工作不断深化,小学体育教师在教学中就开始针对学生的体育核心素养进行培养,但是在培养过程中却遇到了很多问题,这就导致原本有利于小学体育课程教学工作有效开展的课程成了课程教学的“累赘”,究其原因就是体育教师在教学中过于追求形式,小学体育教师在以往的教学工作中并没有重视学生核心素养的培养与提升,然而在教育改革不断深化背景下体育教师不得不开展相应的工作,并且工作没有任何计划,这就使得体育核心素养培养工作成了摆设,学生无法在学习过程中养成与提高学生体育核心素养。

(二) 淡化运动的趣味性,学生兴趣衰减

当前影响小学体育核心素养提升工作的原因还有一点,那就是体育教师在教学中总是利用单一的方式引导学生,这就导致学生在学习过程中产生了厌倦情绪,同时学生也不愿在玩耍过程中受到限制,长此以往体育课程就在小学生的中心形成了刻板印象,大部分学生都认为体育课程就是自由活动的时间^[1]。随着课程教学不断推进,课程知识教学与核心素养提升反倒成了教师的负担,这已经完全违背了体育课程教学的宗旨,同时也不利于学生身心健康成长。

(三) 文化课程被过多重视,体育运动遭到忽略

素质教育的根本是提高学生综合能力与素养,但是很多小学在开展素质教育改革工作时却仍旧受传统教学观念影响,导致文化课程在素质教育改革过程中再一次成了“核心课程”。一些文化课程教师为了将素质教育改革落实到位就会占据体育课程,但是教师却没有注意到,就是因为文化课程占据了体育课程才导致素质教育改革工作迟迟无法落实,这一传统教学观念也一直侵蚀着小学体育课程,并对小学生体育核心素养的养成与提升带来了严重阻碍。

二、利用跳绳运动提高小学生体育核心素养的建议

(一) 重视教学中技能的准确传授,尽可能做到多样性教学

跳绳是小学体育课程中常见的一种活动道具,并且这一道具的应用方式相对简单,学生在学习过程中还可以快速掌握到技巧,因此很多小学体育教师在教学中就经常会利用这一道具开展教学工作^[2]。但是在教学中教师却发现了学生存在的问题,那就是学生在进行跳绳活动时总是会出现不耐烦的情况,因此教师就可以利用这一点来培养学生体育核心素养,因为体育核心素养中包含坚持。教师在实际教

学过程中可以组织学生开展跳绳比赛活动,进而提高学生的忍耐能力,很多学生在比赛过程中就算精疲力尽也要超过对手。与此同时,教师还可以组织学生进行双人跳绳活动,通过这一活动来教授学生跳绳的更多使用方法,还可以在过程中提高学生的协作能力,进而为提高学生体育核心素养打下基础。

(二) 激发学生对于体育运动的兴趣,促进自主学习

教师在教学中无法有效提高学生体育核心素养的主要原因就是因为学生学习兴趣低下,这就使得学生在学习过程中没有正确认识体育课程,因此学生也就无法提高养成与提高学生体育核心素养。那么教师在教学中就要利用跳绳运动来激发学生兴趣,并保证学生在学习过程中可以主动参与到活动中,教师在教学中可以组织学生跳大绳,因为个人的小绳已经无法提起学生的兴趣了,所以教师在教学中就可以为学生介绍跳大绳,并告知学生应如何使用大绳,进而提高学生兴趣。与此同时,教师还可以引导学生去探索跳绳的不同运动方法,很多学生只会原地跳绳,这就导致学生学习兴趣受到了影响,并对跳绳运动产生了抵触情绪,那么教师就可以为学生表演花式跳绳,并让学生自己根据动作去钻研花式跳绳,进而在教学过程中使学生乐于参与教学活动^[3]。

(三) 培养学生树立体育意识

在学的最后教师就要帮助学生深化并提高体育核心素养,那么教师就可以通过培养学生体育意识来提高学生核心素养。在进行跳绳运动过程中多鼓励学生,当学生想要放弃时利用语言去激励学生,使学生在运动过程中养成不放弃的体育精神,并让学生了解到体育课程学习的重要性,进而在教学过程中提高学生的思想观念,保证学生可以树立正确体育意识,最终提高学生体育核心素养。

三、结束语

通过以上总结可以看出,当前小学体育课程教学仍旧存在很多问题,并且体育核心素养培养与提升是唯一可以保证教师教学有效开展的工作方式,所以体育教师在教学中就要利用合理的方式来引导学生,并在教学过程中充分分析学生性格特点,进而利用跳绳运动或是其他带有一定趣味性的运动来提高学生学习兴趣。只有这样学生才能在学习过程中主动参与到活动中,教师的教学效率也会得到提升,长此以往学生的体育核心素养就会逐渐养成与提升,进而为学生未来人生发展与身心健康成长打下坚实基础。

参考文献

- [1]朱琳.开展跳绳教学,培养体育核心素养[J].小学生:教学实践,2020,(1):P.70-70.
- [2]肖凯钰.如何通过校本特色体育跳绳教学调动学生锻炼身体的积极性[J].新课程(小学版),2018,(12):67.
- [3]方鹏.论如何在小学体育教学中培养核心素养[J].中外交流,2018,(33):208-209.

基于学生体育技能培养的初中体育教学实践

宋崇健 陈彪

(安徽省六安市清水河学校 安徽 六安 237000)

[摘要]体育是一门以身心练习为主要手段,以增进中小学学生健康为主要目的的必修课程。素质教育背景下,体育课程教学的重要性越来越凸显出来,在体育教学中加强对学生体育技能培养,能够增强学生的体质、改善学生健康情况、锻炼学生坚韧毅力,对于学生的身心健康发展及全面发展十分有利。因此,本文对初中体育教学中培养学生体育技能的目的、问题及教学实践之策进行了探讨,旨在全面提高初中体育教学的质量。

[关键词]初中体育;技能培养;健康发展

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.06.858

通过对大量资料的调查,发现体育技能是一个非常宽泛的概念,既涉及了各项体育项目和技能,又涉及了生理方面的体能、机能、功能等。但由于我国应试教育的长时期实施,应试教育的影响较深,导致初中阶段教育中的体育课程仍不是很受重视,所以教学中也存在课时、教学形式、教学方法、教学资源等一系列的问题,对于学生的身心健康成长十分不利。因此,初中体育教学中如何培养学生的体育技能,促使其教学的不断改革,提高体育教学的质量,仍是老师必须要深层次研究的课题。下面笔者根据近几年的体育教学经验,对培养学生体育技能的主题进行了具体分析。

一、初中体育教学中培养学生体育技能的意义

1. 培养学生的终身体育意识

初中体育教学中加强对学生体育技能的培养,能让学生们掌握一项或多项适合自己的体育技能,这样学生会更加热爱体育运动,从而形成终身体育意识。所以,加强对学生体育技能的培养十分重要,老师要将体育技能的培养贯穿于教学的整个过程中,为学生终身体育意识的培养奠基。

2. 让学生体会收获感

初中体育教学之中,老师要想方设法让学生真正的喜欢上体育运动,养成运动的习惯。加强对学生体育技能的培养,能给学生提供充分的体验喜悦、挫折的机会,能够极大程度减少学生由于竞争而存在的焦虑感,更加专注于发展性的训练活动,不断让学生获得成就感,让其真正喜欢上体育运动。

3. 促进学生身心健康发展

身心健康发展是学校教育的最终目标,加强对学生体育技能的培养,能够让学更加自信的参与到体育运动中,从而对学习、生活等方面的压力不断释放,保持积极向上的学习及生活态度,这对于学生的身心健康发展十分有利。

二、初中体育教学中培养学生体育技能的问题

1. 学生体质明显下降

通过对2018-2020年本校体育课学生体测数据的统计与分析,发现学生们不论是在耐力、速度,还是在爆发力、力量、立定跳远等各方面,其成绩都处于不断下滑状态,反而肥胖率、近视率的相关数据却有了大幅度的增长。这表明了学生们的体质处于下降状态,是体育老师教学之中必须要重视的问题,要提出有效的建议。

2. 体育技能培养边缘化问题提出