

小学体育家庭作业开发与应用策略研究

余军春

(新余市长青小学 江西 新余 338000)

[摘要]小学体育家庭作业的开发,要以强化学生身心素质为核心任务,秉承家校协同、以生为本、创新性三大基本原则,对作业内容进行再设计,提出具体的实施策略,即构建科学的家校协同体育教育新模式、设计人性化和灵活化的作业实施过程监管机制、设计科学的家庭作业完成质量评价体系、由此有层次性和计划性的分别完成亲子合作型作业、强化与拓展型作业、趣味与开放型作业。

[关键词]小学; 体育; 家庭作业; 开发; 应用

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.08.1103

小学体育家庭作业应对学生生理和心理健康成长发挥积极作用,也能达到联结学生与家长情感的效果。小学体育教师要始终秉承安全第一的指导思想,联合家长以实践性的手段增强学生体魄,且能形成持之以恒和坚韧不拔的优秀品质。教师要设计不同类型的体育家庭作业,尽最大可能拓展学生选择空间,并能有针对性和层次性的实施家庭作业。在教师与家长的共同监管下,使学生在完成家庭作业的过程中找到坚持体育运动的理由,能从中获得愉悦感和幸福感。在此愿景下,教育工作者应科学设计与实施小学体育家庭作业,逐渐生成操作性更强的实施策略。

一、小学体育家庭作业设计与实施的基本原则

(一) 家校协同原则

小学生在体育家庭作业完成方面缺乏自主性与自觉性,需在家长的陪同与督促下才能有序推进。因此小学体育教师开发与设计体育家庭作业的过程中,要遵循家校协同原则,具体设计作业内容和完成标准,与家长充分和有效沟通后,布置与家长空闲时间相吻合的作业。

(二) 以生为本原则

学生是体育家庭作业的完成者,他们具备积极的态度和学习心理,才能达到布置和完成作业的效果。教育工作者要始终秉承以生为本原则,设计符合学生认知架构和身心成长规律的家庭作业。结合体育教学内容和学生学习效果,开发优质的体育家庭作业,尽可能充分活跃学生学习思维,在完成作业的过程中爱上体育学科。

(三) 创新性原则

无论是在体育家庭作业开发与设计环节,还是进入作业实施阶段,教育工作者都必须始终坚持创新性原则,以动态和开放的视角审视学生作业完成情况,根据实际问题对作业类型与布置形式进行不断创新。小学体育教师要保证体育家庭作业具备一定趣味性和娱乐性,不能始终单一和机械化的习得知识与技能,否则会大大弱化学生课后学习积极性及自我效能感。教师需利用创新手段设计与开发体育家庭作业,利用新颖的方式或策略进行高质量的实施。

二、小学体育家庭作业创新开发与设计的基本思路

(一) 亲子合作型作业

小学教育工作者应设计主题多样,内容丰富的亲子合作型作业,在家长的全程陪同下,与学生共同参与完成体育

作业。要侧重愉悦学生身心,根据其兴趣与个性化学习需求,对家庭作业内容进行创新设计。教师需明确家长的态度是影响学生作业完成情况的重要影响因素,甚至是学生人格健康和完整发展的决定性因素。尤其,小学生对家长有着极强的依恋性,需以家庭作业为媒介,使学生与家长进行密切联结。体育作业的设计,充分考虑家长的知识文化水平和态度,需提前与其进行沟通与交流,实现家校共同设计亲子合作型作业。亲子合作型作业必须具备情感联结作用,家长陪伴子女共同完成体育家庭作业的过程中,增进彼此的情感与了解。例如,以完成30-50个双人跳绳为家庭作业,父母与孩子沿着统一的目标共同作出努力,并能相互陪伴与鼓励下达成预设的任务与标准。利用这样的方式不仅可有效培养学生身体素质,还可在父母的有效介入下,充分放松与愉悦学生心理,轻松和愉悦地完成体育家庭作业。

(二) 强化与拓展型作业

小学体育家庭作业的设计与开发,主要以体育教师为主导,根据每一位学生的身心素质,以及在学校学习体育知识与技能的问题与效果,设计有针对性和层次性的家庭作业。依据小学体育教学大纲,以及每个单元的教学重点与难点,将学生日常不太容易记忆与理解的内容,渗透到家庭作业中,继而协同家长对学生进行知识的查缺补漏。教师要关注与观察每一位学生在校学习体育知识与技能的过程与质量,如学习羽毛球技能时,大部分学生都只能掌握基本的方法,却不能熟练的与对手进行对打。因此,以每日打30分钟羽毛球为体育家庭作业,此时,家长是完成作业的主导性因素,学生则成为主体性因素,并将教师提前设置的规则与任务作为客体性因素,家长有依据和明确方向性的督促孩子完成作业。教师必须将具体的规范动作与要领、注意事项、作业完成的规则等,以电子文本的形式发送给家长,确保他们能明确如何指导与陪伴学生完成羽毛球技能训练任务。即在家长的引导与训练下,对小学生的羽毛球技能进行强化。通过将学校实践课程与家庭作业有效衔接,达到拓展体育教学空间与内容的目的,并突破学校体育教育中时空的限制性条件。设计强化与拓展型作业的过程中,需要保证作业内容达到拓展与强化学生某种体育技能与技术的效果。

(三) 趣味与开放型作业

小学体育教育既要达到强身健体的目标,还要有效培

养学生终身学习与运动的意识和习惯。尤其，双减政策背景下，教师要注重把控学生作业时间，不能过度挤压休息时间。小学体育家庭作业要具备鲜明的趣味性与开放性，能有效培养学生学习兴趣，以及体育运动的自我效能感。尽量减少机械化运动式作业，可设计教育性与娱乐性并存的家庭作业。例如，开发特色的“每日跳舞20分钟”或“矮人篮球”等交互性和娱乐性强的体育家庭作业。同时要注重利用音乐元素，增强体育家庭作业的趣味性，保证学生能够积极完成任务，并能充分调动家长的积极性。体育家庭作业的设计，必须始终秉承以生为本原则，根据不同时期和阶段学生的身心成长状况，科学优化与完善作业内容，不断拓展与丰富作业形式与类型。如可将跆拳道、街舞、武术等合理介入体育教学中，根据学校具体的教学进度和学生学习效果，将上述内容作为设计趣味与开放型作业的素材。如在周一练习跆拳道，周三练习街舞，在具体完成作业的过程中合理选择音乐，在动感或好听的音乐带动下，使学生积极和主动学习动作，且在长期的坚持与练习下逐渐规范与标准。

三、小学体育家庭作业实施的有效策略

（一）构建科学的家校协同体育教育新模式

小学体育教育工作者需根据事先设计的家庭作业类型与内容，构建科学的家校协同体育教育新模式。而引导与鼓励家长参与到小学体育教学中，是家校协同教学模式构建的着力点。即亲子合作型体育家庭作业的实施，是展开家校协同体育教学活动的重要环节。在校期间以体育教师为主导，而在学生放学后以家长为主导，帮助学生完成教师布置的作业。当然在整个实施的过程中，教师必须就作业内容完成的标准与时间与家长进行有效沟通，能借助互联网平台实现在线指导。如家长不明确如何有序和顺畅推进时，可在线求助体育教师，进而高质量和高效率地完成亲子合作型家庭作业。而家校协同体育教学模式的创新构建，教师必须做好家长的思想工作，能充分了解其在时间调配上的困难。确保家长具备陪伴时间，方可在当天布置亲子型合作作业，否则。需用其他学生可自主完成的作业进行替代。体育教师要设计好时间与课程内容，确保家长能有序和顺畅的参与到家校协同体育教学过程，真正成为合格的家庭作业教师，陪同孩子共同完成亲子合作型作业内容。

（二）设计人性化和灵活化的作业实施过程监管机制

小学体育教育工作者要引导家长认识到家庭作业布置意义，进而确保其能主动和积极与教师进行联动与配合，共同监督与引导学生完成课后学习任务。学校管理层应科学设计人性化和灵活化的作业实施过程监管机制，以制度为手段，督促教师规范化和科学化推进各项工作。一方面，过程监管机制要作用于教师教学行为与思想，督促教师有针对性的布置体育家庭作业，且能合理安排作业的难度，并有效把握体育家庭作业布置的频率，不应出现超出学生负荷的问题和现象。另一方面，教师要对作业实施过程进行监督与管理，鼓

励家长尽量参与学生课后学习活动中，督促和指导学生高质量的完成家庭作业。要利用具有层次性的作业实施过程监管机制，科学与合理调控作业实施的步骤。要始终秉承创新性原则，不断对作业实施过程监管机制进行优化，确保整个监管和督促过程具备鲜明的人性化和灵活化特点。

（三）设计科学的家庭作业完成质量评价体系

体育家庭作业具有拓展功能、培养兴趣功能、增强体质与心理素质功能，需保证整个实施过程的高效性和时效性。教师要首先设计科学的家庭作业完成质量评价体系，为体育家庭作业实施建立规范与标准提供依据，避免出现“三天打鱼两天晒网”的问题。教师可结合作业内容，利用体育课堂对学生进行新一轮的技能和知识测评，继而掌握与了解学生作业完成效果与质量。同时，教师要与家长进行有效沟通，充分了解学生完成体育家庭作业过程中的态度和积极性，以及存在的具体问题和难度，继而在能力和态度等方面对学生进行综合评价。依托家庭作业完成质量评价体系，了解学生学习能力、学习态度、知识与能力短板，由此更加具有针对性的对体育家庭作业进行再设计，实现以评促教，不断提高小学体育教学质量和效率。教师可根据评价结果，反思与诊断目前体育家庭作业设计的问题，由此逐步进行优化和改善。

四、结语

总之，小学体育家庭作业的设计与实施，要全程以学生学习和兴趣为着力点，并能引导家长有效介入。教师与家长要在体育家庭作业开发与实施上形成合力，以此增强学生体魄和心理素质，并能对体育运动产生学习兴趣。小学体育教师要主动与家长进行沟通与交流，为提高体育家庭作业实施质量提供多重保险。

参考文献

- [1]韩光芹.小学足球教学中课后作业科学设置的策略研究[J].考试周刊,2021(96):91-93.
 - [2]张晓兰.浅析小学暑期体育作业的设计原则与实施反馈[J].考试周刊,2021(92):13-15.
 - [3]沈清敏,公祺,梁凤.“双减”背景下体育家庭作业现状及对策研究[J].体育教学,2021,41(11):25-27.
 - [4]黄婷.小学家庭体育锻炼实践与思考[J].体育教学,2021,41(11):22-24.
 - [5]张佩佩.体育课程一体化视角下小学体育家校联动模式探究[J].冰雪体育创新研究,2021(21):97-98.
- 基金项目:本文为江西省教育科学“十四五”规划2021年度课题“小学体育家庭作业开发与应用策略研究”阶段成果(编号:21PTYB113)。

作者简介:

余军春(1972-),女,江西省宜春市人,所在单位:新余市长青小学,中小学一级教师,本科。