

探究小学体育课外作业布置的有效性策略

李 燕

重庆市南岸区弹子石小学, 中国·重庆 404100

【摘要】双减政策的实施以及新课程标准、全民健身的理念普及,带动了小学阶段体育教学的全面改善,体育教师需要充分认识到小学体育与健康课程教学与小学学生健康成长之间的相关作用关系,能够从小学学生的需求角度出发,进行作业内容的优化设计,从而打造出符合学生成长规律,提高学生体育参与兴趣的体育作业形式。

【关键词】小学体育; 课外作业; 作业设计; 教学

Exploring the Effective Strategies of Homework Assignments for Primary School Physical Education

Li Yan

Danzishi Primary School, Nan'an District, Chongqing, China Chongqing 404100

[Abstract]The implementation of the double reduction policy and the popularization of the new curriculum standards and the concept of national fitness have driven the overall improvement of physical education teaching in primary schools. Physical education teachers need to fully understand the relationship between primary school physical education and health curriculum teaching and the healthy growth of primary school students. From the perspective of primary school students' needs, we can optimize the design of homework content, so as to create a form of sports homework that conforms to the law of students' growth and improves students' interest in sports participation.

[Keywords]Primary School Physical Education; Homework; Homework Design; Teaching

引言

体育学科作业与一般作业之间有着较为明显的区别,课后作业通常需要一定的空间和时间,部分作业形式还需要专门的器材和家长群体的配合,教师在作业设计和布置方面还需要认识到不同学生在身体素质方面的差别,能够从学生特点出发,适当地进行强度和难度的调整,实现因材施教的本质目的。双减政策的全面实施,对于小学阶段体育课外作业提出了新的要求,课外作业的设计除了要能够体现出课堂教学的延伸,还需要培养学生的体育参与兴趣,帮助学生产生积极参与体育运动的欲望,使体育运动能够深入到学生生活当中,成为学生生活的重要组成部分。因此双减下的小学体育课外作业设计,对于教师的教学能力和教学智慧,提出了新的要求,需要引起教师的重视。

1 双减背景下开展体育课外作业创新的主要方向

《义务教育体育与健康课程标准》第四部分,对于中小小学阶段体育教学工作提出了方向性建设的要求。其中指出,教师应当在现有的体育与健康课程教学环境基础上,利用学生的课余时间,通过布置课外作业的形式来引导学生形成体育锻炼和健康活动的参与,帮助培养学生的终身体育的意识。国家体育总局和教育部于2020年联合印发《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》,其中提出,学校体育工作应当以丰富多彩的课内与训练、竞赛活动形式,为学生提供宝贵的体育活动时间,增强学生的体育参与热情,使学生感受到体育乐趣。2021年7月,双减政策从作业布置方面提出了新的要求,小学体育教育需要依托双减政策的精神,来不断进行作业设计的创新升级,将以学生为主体的教学的理念凸显出来。

2 小学体育教学中体育课外作业的设计原则

小学阶段学生的身体发育尚不完全,学生在日常学习生活中

参与体育运动需要借助教师、家长群体的陪同,以保证安全。同时,小学阶段学生精力相对旺盛,表现出多玩好动的性格特点。教师进行课外作业设计应当充分挖掘儿童的性格特点和运动需求优势,以扬长避短为基本思路组织开展课外作业的设计创新。依托双减政策的实际需求和小学学生体育参与诉求,小学体育课外作业设计方面应当遵循以下几个方面的原则。

2.1 趣味性原则

小学体育作业并不是为了能够培养学生的专业体育技能,而是应当以阶段性的兴趣爱好培养为主要方向。因此在作业设计方面,教师应当坚持体育课外作业内容趣味化的基本原则,保障体育内容丰富有趣,能够吸引学生的关注,能够使学生在参与体育运动过程中,获得身心健康的提升。作业设计方面,教师可以以游戏活动、竞技活动等能够激发学生热情的活动方式为载体,通过创设内容丰富、趣味性强、交互性强的体育运动项目,增强学生的参与热情,提高学生参与体育运动,利用体育运动强化身体锻炼的持久性,使被动为主动。

2.2 亲子性原则

大部分体育课外作业项目需要由学生在家庭生活的课余时间完成。家庭环境中,学生没有了教师的指导和保护,容易出现参与积极性以及安全性等方面的问题。为了能够深化体育课外作业的改革优化,教师作业设计方面应当突出亲子性原则,即为学生打造一个具有体育浓郁氛围的家庭亲子场景,引导家长群体与学生彼此配合,共同参与到体育运动当中来。家长群体的参与能够最大限度激发学生的体育兴趣和体能表达,进一步提高体育课外作业的整体质量,避免出现应付性的体育作业情况。

2.3 安全性原则

与其他课程教育相比,体育课程更多是从身体锻炼角度出

发, 进行的实践类型课程活动。因此体育课程存在一定的危险性。在组织开展教学工作、布置优化课程作业设计方面, 教师应当坚持安全性原则, 所有的作业内容设计需要将安全放在首位, 能够以安全分析判断和评估为出发点, 对可能存在的安全隐患进行排除。在运动项目的设计中, 教师要结合小学学生的身体能力, 从锻炼动作和实际参与情况的分析角度出发, 对其动作幅度、肌肉运用情况、器械设施情况进行考量和分析, 确定体育课外作业达到了安全性要求, 避免学生在体育作业当中出现安全损伤。

2.4 个性化原则

双减政策的实施, 除了对于课程作业的体量提出了优化需求, 同时也提出了学生主体性下尊重学生个性化需求的要求, 中小学作业设计应当突出学生的需求特性, 不能搞一刀切, 不能无视学生的个体差异, 选择统一内容统一标准的作业形式, 导致学生无法从作业当中获得成长和提升。体育课外作业本身是一种有明确意识和明确目标的教育活动, 对于参与者的年龄、性别、身体状态甚至是性格和心理特点, 都有着不同的影响。相应地, 教师在进行作业设计方面, 需要突出体现小学学生的自身特点, 切实可行地为学生高质量的教育提供服务。

3 小学体育课外作业的创新设计主要策略

教师要充分利用双减政策所带来的教学创新机遇。双减政策的提出使得传统教学工作的开展有了新的发展方向, 中小学基础教学环节中, 学校需要更多配套资源来实现教学体系的建设。其中以社团为核心构建的课后服务教学模式, 是当前体育教学工作组织开展的重要资源, 体育教学工作需要充分利用这部分资源, 结合体育教学的主体方向, 不断推进教学系统的建设和创新。其中课外作业方面的创新设计要合理利用现有资源, 紧紧抓住时代机遇, 教师投入更多的教学智慧来推动创新升级。

3.1 优化课外作业的教育目标

想要实现作业设计的优化, 必须从理念层面认识到作业教育模式的核心目标。体育课程教学主要以学生的体育素养和体育习惯为培养导向, 相应地在作业设计方面应当遵循潜移默化地影响作用, 引导学生通过阶段性的体育参与, 强化他们的体育态度, 帮助他们形成良好的体育锻炼参与习惯。结合小学体育教学的主导方向和双减政策的实施要求, 小学体育课外作业设计方面应当主推以下几个方面的作业主导方向。

首先是突出运动参与, 在作业方面要以提升学生的锻炼参与和积极性作为主要的教育目标, 体育作业形式需要形成学生参与乐趣的积极引导。其次是要培养学生的运动技能水平, 在体育作业当中融入一些与体育运动、奥林匹克相关的知识内容, 帮助学生在体育运动参与方面增强奥林匹克相关知识, 了解相关术语, 掌握运动动作的名称; 其三是要提高学生的身体健康水平, 体育作业当中融入与小学阶段学生身体成长相关的卫生保健方法, 帮助学生了解预防疾病的相关知识, 认识到发展自我健康水平的重要性; 最后是帮助学生提高心理健康水平, 在体育作业当中体现培养学生意志品质的相关内容, 以克服困难, 挑战自我为设计导向, 提高作业设计的质量。

3.2 创设多类型的多样性作业形式

随着双减政策的实施, 中小学作业的设计方法呈现出了创新

发展新形态, 越来越多新颖独特的作业类型出现在教学当中。体育课外作业的设计中, 教师也可以结合具体的教学要求和学生特点, 选择具有针对性强、特色鲜明、能够激发学生参与欲望的作业类型, 提高作业教育的教育服务质量。目前较为常见的体育课外作业类型有以下几种:

首先是知识教育类型的作业, 这种类型的作业将更多内容集中在对于知识普及教育层面, 作业设计中, 更多以知识内容为线索, 学生的实践内容相对较少。作业当中, 更多以问答的形式体现知识内容, 将体育精神以及体育当中所具有的人文关怀精神等以趣味化的作业形式融入到作业当中。作业内容设计当中可以融入问答题目如“刘翔夺得奥运会110米栏冠军的奥运会是那一届”等问答题目, 引导学生对各种体育赛事进行关注, 增强他们对于体育赛事的热情, 开阔学生的体育视野。

其次是技能类型的作业, 这类作业主要对课堂教学当中的体育技能进行补充, 巩固并提高学生的技术能力水平。小学目前体育课程课时设置较少, 大量的体育技术难以在课堂当中得以充分体现, 因此需要借助作业的形式帮助学生在日常生活当中进行巩固学习。例如连续拍球、仰卧起坐、变速跑等活动项目, 教师可以结合学生的体能水平和身体素质, 设置具体的运动时长和数量, 引导学生在锻炼当中得到体质素质的提升。

其三是素质类型的作业, 这种作业是以作业形式体现素质提升的教学目的。结合体育体能素养的培养需求, 作业内容可以将速度素质、耐力素质、力量素质、灵敏度素质等作为训练方向, 通过设置学生喜闻乐见的踢毽子、平板支撑的运动项目, 为学生提供提高身体素质水平的作业场景。

最后是创新类型的作业, 这种作业是双减政策实施以来颇受教师和学生群体关注的一种作业形式, 在作业模式方面不受到显著, 教师和学生可以将自己天马行空的想象力和创意投入其中, 来提高学生的兴趣同时引导学生的创新能力。创新类型作业中, 学生可以依托自己对于体育的认知和想象力来编创一些具有体育特色的游戏活动形式, 或者从日常的生活积累当中总结经验, 打造新的学习场景, 最终提高体育作业与自身需求之间的关联度, 帮助学生能够在作业参与中不断提高创意能力。

4 结论

双减政策的实施以及新课程标准、全民健身的理念普及, 带动了小学阶段体育教学的全面改善, 体育教师需要充分认识到小学体育与健康课程教学与小学学生健康成长之间的相关作用关系, 能够从小学学生的需求角度出发, 进行作业内容的优化设计, 从而打造出符合学生成长规律, 提高学生体育参与兴趣的体育作业形式。体育作业的设计创新, 需要教师投入更多的教学精力, 能够从更为细致的学生观察以及更深层次的对于体育学科理解层面出发, 发挥教育智慧, 提高作业质量。

参考文献:

- [1] 张兰星. 学校环境中儿童青少年体质健康促进策略——基于“双减”政策[J]. 湖北体育科技, 2021, 40(12): 1117-1120.
- [2] 程国锋. 小学体育家庭作业现状调查及对策探析——以福建省莆田市小学为例[J]. 青少年体育, 2019(12): 121-122+118.