

# “双减”政策指导下初中体育艺术类项目课程有效教学策略研究

王姝彤

(沈阳市第七中学 辽宁省沈阳市 110000)

**摘要:**随着近日各类学校教育政策的颁布与实施,体育与艺术类项目融合已逐渐趋于成熟,并呈现多样化发展态势。在国家政策的指导下,各级各类学校体育中,体育艺术类项目正在通过体育课、大课间、社团、竞赛等形式不断得到推广与普及,也逐渐得到社会认可,越来越多的人群参与到课程的学习中。研究总结发现,可通过教师用好教材,学生学以致用;教师优化设计,学生学有所乐;教师教而有方,学生用而有法;注意师生互动,学生学有所获;引导学生交流,促进朋辈效应五个维度提升初中体育艺术类项目有效教学。

**关键词:**初中体育;体育艺术;有效教学

2021年9月,中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》。<sup>[1]</sup>该政策简称“双减”政策,“双减”政策的战略目标为:构建教育良好生态,促进学生全面健康成长。该政策指出,要提升学校课后服务水平,满足学生多样化需求。学校可根据学生实际情况拓展学习空间,开展丰富多彩的科普、文体、艺术、劳动等兴趣小组及社团活动。“双减”政策的提出是着眼建设高质量教育体系、落实立德树人根本任务,强化学校教育主阵地作用的具体体现。

“双减”政策体现了国家对学校教育的重视,同时也强调了让学生更好的回归校园,开展适宜的体育锻炼,对于学校体育课程、社团活动、兴趣小组的教学质量的重视程度也提升新高度。

体育艺术类项目是结合体育、舞蹈、音乐为一体的,体现人类健康美、运动美及造型美的运动项目。例如健美操、啦啦操、艺术体操、体育舞蹈、排舞等。该项目课程是具有高度艺术性、观赏性和锻炼价值的体育类课程,同时也可培养学生欣赏美、表现美、创造美的能力,起到体育和美育共育的教育功效,促进“五育并举”。<sup>[2]</sup>

“教学”是教师教与学生学的互动过程。教学策略是指教师为实现教学目标或教学意图而采用的一系列具体的问题解决行为方式。“有效教学”则是指在师生双方的教学活动中,教师通过运用适当的策略,在计划的实施教学后,学生的具体收获,使学生发展学习能力,促进全面发展。

在教学过程中,教师起到主导作用,学生则是教育活动的主体,因此,提高教学有效性要从师生两方面论述。体育教师在今后的教学工作中可以从以下几方面入手提高体育艺术类课程的有效性。

## 一、教师用好教材,学生学以致用

教师要尊重教材、钻研教材、使用教材,在理解教材的基础上发挥教师主观能动性,提出个性化创意,将教材知识内化成经验,丰富练习内容和手段,可多积累素材,建立档案,适当因材施教创造出适合初中学生的校本教材,形成属于教师自己的资源库。

### (一) 基于政策指导

有效的设计是有效教学的基础,也是教师的基本功。想要正确设计课程就需要教师正确解读课程标准,首先需要教师了解国家政策方针,正确理解教材,其次教师需要根据学生现有水平,结合体育课程性质和特点进行备课。这就需要教师钻研教材,设计有效教学方式,力求达到以下几点:

1 明确学科项目特点。体育艺术类项目是融合了体育与艺术相结合的项目,是兼具“体”和“美”的教育,能够使学生在体育运动中文明精神、强身健体的同时发展美的感受、表达和鉴赏能力。

2 深入挖掘教材,充分把握课程目标和重点难点。教师要准确把握课程,围绕重点难点设计教学环节。

3 全面掌握知识点,不能错讲、漏讲。掌握动作技能和正确的知识点,是每名教师的应具备良好的职业素养。

4 了解学生群体,培养学生核心素养,促进学生全面发展。初中生具有独立思考和自我意识,但缺乏坚定地意志,教师应掌握学生发展的阶段特征,针对学生发展特点进行教学活动。

### (二) 基于规则指导

随着体育艺术类项目发展越来越好,普及越来越广,各级各类竞赛逐渐增多,竞赛规则是指导竞赛开展评比的有效裁决因素,因此作为教师在准备环节应该仔细阅读规则,明确不同项目种类的评分要素、违例规则等,在日常教学、创编成套动作和训练中规避错误,按照规则进行训练教学和编排,按照规则进行学业效果评价。

例如在花球啦啦操比赛中,要求成套动作要依据基本手位和基本步伐进行创编,有些队伍因为增加了过多的健美操手位步伐,使成套动作变成了拿着花球的健美操,错误的编排大大的降低了队伍的分,再精美的队形变化和整齐的一致性也失去了竞争力,浪费了时间和精力。

## 二、教师优化设计,学生学有所乐

在设计体育艺术类项目课程目标时,可将知识与技能目标设置为提升改编及创编能力,即依据课堂所学,让学生结合自身特完成课后作业,拓展自身的能力。在经过了认真的备课后,就进入了上课环节。上课是课堂教学中最重要的一环。一节完整的体育课程主要有三个部分,分别为:准备部分、基本部分和结束部分。

在准备部分中,要把导入环节有效利用,导入的手段可以利用传统的热身练习,还可以有教师自己的创新,比如各种类型的体育艺术项目视频赏析、团队游戏、合作探究等。

基本部分在课堂教学中占主要比重,在设计该部分时,要考虑教法、学法、课堂组织形式等。针对体育艺术类项目特点,以舞蹈操化为主要教学内容,要有明确的重、难点教学,精巧设计练习环节,练习要围绕本节课的重点难点,有步骤、有效率,循序渐进的进行练习。

结束部分是上课环节的最后一环,虽然用时较短,但起到复习、总结和放松的作用,也不能忽略。在此部分可以巧妙设计总结,让学生来阐述并总结本课内容,也可请学生畅谈收获,以及对项目的学习体会。

在课堂教学中,教师可以加强学习导入,创设学习情境,以激发学生兴趣。其次,还可以分组学习,设立竞争机制,真正做到学生为主体,充分发挥学生的主动性,激发学生的创造力。将体育艺术类项目与生活实际相连接,启发学生学习兴趣,体育与艺术相结合提高学生的艺术素养,使运动不再枯燥,培养乐观、积极的生活态度,让学生增长运动技能经验,以解决生活中遇到的难题。

学生在教师精心设计的课堂中可以更加快速的融入课堂,变被动接受为主动学习,增强学习主动性,在提高学习兴趣的同时收获运动技能,塑造健康的身体素质,体会运动的快乐,培育学生的体育核心素养。学生在良好的课堂环境中学习知识、提升技能,逐渐的将会乐于学习、收获主动探索的能力,最终回馈课堂,增强师生的互动,推动课程的进展,长此形成以往良性循环,促进产生高品质的课堂环境。

### 三、教师教而有方,学生用而有法

教师要明确教材是什么、怎么教,同时还要多多观看视频、观看优秀教师的上课组织流程及教法,与自身优点相结合,逐渐形成自己的教学特色,不断积累经验,提升自身水平。教师还应注意培养学生良好的学习习惯,在传授知识的同时帮助学生找到适合自己的学习方法,不断进步,如此教学,能够使学学生用最快的速度接受新的知识,并且内化成自己的动作技能。

从教学课堂来看,教师处于主导地位,从长远来看不论科技如何发展,教师的职业价值永远不会被取代,所以若想要学生在体育课堂中,不断获得更好的效果,还要教师注重讲解示范的规范性和专业性。

例如,街舞动作的身体感觉,相同的动作,不同的舞者呈现出的是不同的感觉;技巧啦啦操中技巧动作的搭建,需要教师具备足够的技巧啦啦操理论知识和实践经验;舞蹈啦啦操中挥鞭转等难度动作的技巧练习等,教师要通过专业的知识素养,进行多种形式的教学与指导,这样做的好处在于能够体现教师在体育教学过程中的指导示范的作用,帮助学生在运动技能形成的过程中减少错误的操作。同时在教师指导过程中,可以和学生共同锻炼,相互提升,让学生对老师产生信服感,树立教师威信,从而正确认识体育艺术类项目课程。

### 四、注意师生互动,学生学有所获

如今,各学校的课堂已经逐步实现现代化教学,但在中学体育教学过程中多媒体教学应用并不普及,原因与体育课程上课场地限制有很大关系,但体育艺术类项目是结合了音乐和操舞蹈动作的运动项目,要求培养学生观察和模仿的能力,可以在传统的讲解与示范的基础上巧用多媒体教学、视频演示,让学生感受完整的动作套路认知情绪情感。

例如在健美操、广播体操的教学中过程中,教师先请学生们观看示范视频动作,让学生们对动作产生基本的认知和记忆,再进行动作的分解教学。也可以在分组教学中,让学生掌握课堂的主动性,多多利用多媒体,模仿视频中的动作,发展学生的模仿能力。

教师在课堂上还可以丰富教学语言,使用无意注意和有意注意相结合的方式与学生进行互动,还可使用言语、动作、行为等向学生进行提示。同时教师还要在课堂上关注全体学生,及时有效的调控课堂学习氛围,确保课堂有效开展。一堂好课要看学生有无收获、师生是否融洽,在练习动作技巧较为枯燥或者困难时,教师还要适当的调节课堂气氛,使课堂氛围朝向和谐、愉悦的方向发展。

体育教学的目的是为了文明学生的精神世界,强健学生的体魄,运动技能的形成靠的是反复的练习,教师不能只利用课上的时间组织练习,还要帮助学生在课余时间养成经常自主复习、观摩视频、查缺补漏的习惯,积极启发学生的思考,进而培养学生的改编和创编能力。

教学评价策略可分为学业成绩评价和竞赛成绩评价。测评学生的学习是否有效果,要从是否达到了三维目标角度进行评价。学生是否掌握了运动技能,是否增加了对体育艺术类项目的认知和了解,最重要的是学生是否在学习的过程中提高身体素质,发展自身能力,提升欣赏美、发现美的品质,能否养成热爱运动的习惯。

近年来体育艺术类项目竞赛得到进一步的普及,国家每年都会

举办学生健康活力大赛、啦啦操街舞锦标赛等,参赛人数也是逐年增多,所以用竞赛成绩来当做教学评价指标也是不错的选择,通过参加比赛也能不断提升学生的体育运动技能,参加比赛更能发现在教学过程中的不足,“以赛代练”也是一种很好的练习手段,同时还能发展学生的社会交往能力和抵抗压力的能力,通过竞赛使学生收获更加健全的人格。

### 五、引导学生交流,促进朋辈效应

朋辈效应是指在同辈群体中产生的相互影响,因为年龄相近的人群往往具有相近或相似的学习生活经历和成长空间,他们往往拥有共同的兴趣爱好,生理和心理发展水平也几乎相同,同龄人之间分享、表达观点会简单且容易理解接受,交流起来更加轻松。即使是再年轻的教师和学生之间也会具有一定的年龄差距,利用同龄人之间相互影响、相互作用的特点,使朋辈效应发挥的作用超过父母或教师对学生的影响。

同龄人教育同龄人是施展朋辈效应的途径,在课堂中应注意对青少年示范群体的引领,首先选拔出优秀的榜样学生,这些学生作为班级同学的领头羊,发挥示范标杆的作用,要注意榜样学生的选拔需要老师和学生共同选举产生,才能在同辈群体中使人信服。其次在不同水平等级之中都要安排榜样学生,让不同层级的学生都明确自身努力的方向和提升的空间,让学生们知道虽然自身还有不足,但“跳一跳就可以摘到桃子”,通过自身的努力也可以体会成功的喜悦。再次了解学生可提升的空间、制定努力的目标,发挥团体凝聚力,同一组学生只要有努力的方向就会有前进的动力,鼓励学生们在学习体育技能的同时锻炼不怕困难的勇气,形成团结向上的凝聚力。

在体育课堂上,教师可以选出运动能力强、运动技能掌握最好、道德品质优秀的学生担任课代表或运动队的队长,帮助教师完成教学和训练过程中班级的组织、进行优秀学生代表示范动作;也可在学习、训练过程中使用分组教学的形式,按照学生能力发展的不同水平选拔出相对应等级的代表,任命其为小组长,在分组练习和成套动作创编过程中带领组员克服困难、共同努力,最终完成动作技能学习,甚至是完成成套动作的创编练习。

为了促进班级同学或队伍队员之间的交流,教师可以定期组织分享会、学期末举办考核表彰,请优秀的同学分享自己的故事,让学生们在优秀同学代表的学习成长故事中找差距,在讨论中汲取积极的力量,查找自身存在的不足,引导学生在分享交流中明确方向,促进整体共同成长。教师还要重视发挥高年级学生“传帮带”的作用,让高年级学生老带新,辅助老师完成教学管理和训练任务,为低年级学生树立榜样,解决面临的技术难题,提供针对性的帮助。

### 参考文献:

- [1] 《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》.2021
- [2] 冯晓辉.中学体育艺术类教师的课程能力结构及培养途径的研究[D].沈阳师范大学硕士论文,2005.
- [3] 刘瑛,王文华,杨毅,彭祥忠.核心素养视角下高中体育有效课堂的构建研究[J].天津教育,2021,(20):10-11.
- [4] 费伟莲.小学体育有效教学策略研究和分析[J].小学生(下旬刊),2021,(07):35.
- [5] 安维强.关于如何实施高中体育有效性教学的问题研究[J].当代体育科技,2018,8(19):106,108.
- [6] 时晓建.青少年示范群体的朋辈效应[J].聚焦,2012,(14):11-14.

作者简介:王姝彤,1991.08.16,女,汉,辽宁省凌海市人,毕业于沈阳体育学院体育教学专业硕士研究生,主要研究方向为体育教学