

浅析“双减”下提高小学体育教学的策略

冯维忠

江苏省高邮实验小学 225600

摘要:“双减”政策实施以来,学生的身体素质成为全社会关注的问题。基于此,学校开展的体育课程显得尤为重要,教师要以增强体育教学的趣味性为切入点,探索、应用多样的策略开发,实施趣味体育教学,激发学生的学习兴趣,驱动学生体验教学活动。在“双减”政策背景下,小学体育教学要转变观念,创新体育教学模式,营造和谐的教学氛围,给予学生快乐的体验,提高教学实效,树立学生终身体育观。基于此,本文将对“双减”下提高小学体育教学进行简单的分析研究。

关键词:“双减”;小学体育;教学;策略

A brief analysis of strategies to improve physical education teaching in primary schools under the “double reduction”

Feng Weizhong

Gaoyou Experimental Primary School, Jiangsu Province 225600

Abstract: Since the implementation of the “double reduction” policy, the physical quality of students has become a concern of the whole society. Based on this, the physical education courses carried out by schools are particularly important. Teachers should start with enhancing the interest of physical education teaching, explore and apply various strategies to develop, implement interesting physical education teaching, stimulate students' interest in learning, and drive students to experience teaching activities. Under the background of the “double reduction” policy, primary school physical education should change the concept, innovate the physical education model, create a harmonious teaching atmosphere, give students a happy experience, improve teaching effectiveness, and establish students' lifelong sports concept. Based on this, this paper will conduct a simple analysis and research on improving primary school physical education under the “double reduction”.

Key words: “double reduction”; primary school physical education; teaching; strategy

小学阶段的学生身心发展处于成长期,但对体育运动的观念还很陌生,因此高效率的体育课,对于提升小学生的身心素质有极大的促进作用。教师需要研究学生的体育兴趣以及学习方法,采用形式多样的教学手段,不断促进教学质量的提升。从体育教学现状来看,许多学校的体育教学由于受到办学条件等影响,出现枯燥乏味、脱离实际等现象,学生的课堂参与度不高,而体育教学也无法达到强身健体的作用^[1]。因此,开发和利用多样化课程资源开展体育教学,是有效解决体育教学问题的关键所在。

一、小学体育教学中存在的问题

(一) 部分体育活动的教学缺乏目标针对性

教师在组织体育活动的过程中,往往由于各种因素的影响,导致课堂教学不能顺利开展。例如,体育教学的设施不完善,导致部分体育活动的教学无法开展或形式单一。此外,由于传统的体育教学活动有一定的局限性,不能充分体现学生在体育活动中的主体性,而这种教学理念的固化就会阻碍小学体育教学的顺利展开。有关研究表明,小学体育课堂如果运用单一的体育活动,会影响到学生参与体育活动的兴趣和热情,时间一长就会导致学生失去参与这类体育活动的兴趣。因此,教师如果没有针对性地组织体育活动,就无法达到运用体育活动教学的目的^[2]。

(二) 部分体育活动的教学缺乏科学合理的评价机制

制定一种科学合理的体育教学过程评价机制,不仅可以使体育活动的教学过程更加规范化,还可以大大激发学生的

兴趣以及好胜心。但目前来看,一些教师只把体育活动作为一种用来调节课堂学习气氛的热身活动,因而没有对学生的活动过程及结果进行科学的评价。这就导致很多学生虽然能够在体育活动中感受到乐趣,但由于缺乏教师及时的评价指点,在游戏过程中没有学到更多有用的体育知识,提高自身的运动能力。

(三) 当前的体育教学活动缺乏一定的负荷量

从本质上讲,开展体育教学的目的是促进学生快乐运动,提高身体素质,但教师在开展体育游戏活动时,教学目标早已不仅仅是锻炼学生的身体素质,而是将教育目标转化为培养学生的体育学习乐趣,进而提升体育课堂的学习效率。

这种教学观念的转变导致很多的体育教师不会关注各种体育运动总体负荷的大小,最终导致部分小学生在体育活动中,无法得到相应的体育锻炼。而对于体育教师来说,这种情况就无法满足当前体育教学标准的要求。

(四) 学生缺乏良好的体育运动观念

小学生年龄尚小,对各种现实事物的认知还不够健全,缺乏积极进取的运动意志。低学段学生的课堂学习比较自由散漫,喜爱自由嬉戏。这导致部分学生无法有效达成体育项目的练习目标,对体育运动的积极性日渐降低,体育学习效率也大打折扣。

二、小学体育课堂教学的策略

(一) 以人文本的开发原则

在应试教育的影响下,小学体育教学存在着僵化、枯燥

的现象,并且更多也是以教师为主进行教学活动的开展。在教学过程之中,学生的自主性很难得到发挥,从而降低了学生的体育积极性。基于此,针对小学足球的校本课程开发,应该将这个原则作为切入点,深入渗透以人为本的教育理念,充分发挥学生的自主性。另外,教师还应该要倾听学生的意见,不仅要让学生在强身健体同时在思想、品行、心态等多方面获得锻炼和提高,还要尊重学生的个性发展^[3]。

(二) 改变运动形式,丰富学习体验

所谓体育课程资源,是指一切有助于实现体育课程目标、提高教学质量的有利因素,包括一切可以利用的人力、物力及其他资源的总和。在体育教学中,有许多可以开发和利用的课程资源,而最简单的就是从现有的体育运动形式入手。教师通过改变以往的运动形式,将其改造为符合学生身心发展规律的教学形式,能丰富学生的运动体验,促进学生身心发展。

以体育运动项目中的长跑训练为例,长跑是一种综合性运动项目,虽然有助于提高学生的耐力,增强学生的体质,但是其枯燥乏味的训练过程,使得部分学生望而却步,在进行长跑训练时“苦不堪言”。如果体育教师仍然沿用传统的长跑训练方式,教给学生正确的跑步姿势后,让学生长时间、高强度、连续地训练,就会导致学生对体育课产生畏惧心理,这将对体育教学产生负面影响。因此,体育教师需要转变教学观念,改变传统的长跑教学形式。为了吸引学生加入训练,教师可以增加不同的长跑路线,不要局限在操场上,也可以环绕某建筑物进行长跑训练,给学生不一样的跑步体验。此外,为了调动学生的跑步积极性,教师可以让学生在跑步的过程中加上倒退跑、弯腰跑、提膝跑等动作,使学生在跑的过程中体验运动的快乐,长跑结束后教师统计学生的长跑结果,并给予一定的表扬和奖励。这样的长跑教学方式,实质上加大了学生跑步难度,但是由于具有挑战性,学生反而热情高涨,积极参与到长跑训练中。在对原有的体育教学内容进行加工和改造时,教师需要了解学生对某一项运动项目的需求,注重学生体验。当发现学生对所学习的运动形式不感兴趣时,教师需要对其进行调整,根据学生爱挑战、爱玩游戏的天性设计新型运动形式,让学生在体育教学的过程中充满新鲜感,既有助于达到体育教学的目的,也能让学生体验到体育运动的快乐。

(三) 优化课堂教学模式,突出体育教师的课堂讲解能力

有些小学体育课堂教学之所以效果不佳,原因之一就是大多教师所采取的教学方法还是以传统的教学讲解、学生听的单一化模式,难免会导致学生会因为学习无聊而产生厌倦情绪^[4]。因此,为了有效提升学生的学习兴趣,教师可以引用现代化信息教学,使原本的体育课堂知识讲解变得更加生动有趣,将原本只能够用文字来讲解的知识点转变为结合声音、图片、视频等为一体的内容,可以极大程度提升学生学习的积极性,不仅可以调动学生参与课堂学习的兴趣,而且可以培养学生主动获取知识和处理知识的能力。基于此,教师在课堂上讲解体育知识时,同时可以将原本难以用文字表述的内容展示得更加清晰易懂,从而可以通过结合信息化教

学教具的讲解中转变师生之间的相互独立关系,大大提升师生之间的互动,让学生可以充分参与到课堂学习中,从何可以在有效的学习互动中充分体现教师的知识讲解能力,同时发挥学生的学习主观能动性,使课堂教学更加富有效率。

(四) 以具体活动为载体

学校在开发与设计小学校园体育文化时,应以具体活动为载体,通过指导、鼓励学生参与到一个个活动中来拥抱体育,感受体育的魅力。具体来讲,一方面,小型活动的常规化安排与设计。这里的小型活动,主要指的是以班级为单位,以每一堂体育课为单位的活动。另一方面,大型活动的定期化安排与设计。这里的大型活动,指的是以学校为单位,比如学校的体育节、校运会、与其他学校的体育联谊活动等。在一个学年中,通过这种小活动全程贯穿,大活动定期点缀的方式,让体育能够随时随地地陪伴在学生身边,助力于学生成长,这无疑能够让体育文化的具体内涵被高频次、多样化、全范围地被学生所认知^[5]。

(五) 创新游戏教学,打造课堂新生态

游戏教学是通过设计游戏教学情景和环境,创新课堂教学形式,将游戏与课堂中的语言、行为和情感融合在一起的教学方式。这对促进师生互动交流、激发学生的学习兴趣、提升学生的课堂参与感、启发学生的学习思维、指引学生有效掌握知识等方面具有积极的作用。在“双减”政策背景下,如何切实提升低学段体育课教学效率,更好地实现“减负增效”,教师除了必须抓好课前备课环节,还应注重贯彻快乐体育教学理念,为学生创设生动有趣的游戏教学情境,让他们在愉悦的体育游戏氛围中激发学习兴趣和热情。小学生的学习注意力往往不容易集中,这极大地影响了体育课堂教学效果,但他们非常喜爱生动的游戏活动,乐于参加课中竞争游戏。所以,教师可以巧设体育游戏教学情境,引入各种富有情趣的竞争小游戏,让体育课堂充满乐趣。

三、结束语

总之,在实施小学体育教学活动的时候,立足该学科的特点和学生的学习需求,教师要遵循健身性原则、趣味性原则、可操作性原则等,开发多样的趣味体育活动,同时联系体育课堂教学需要,应用多样的策略将趣味体育活动落实到导入环节、新知环节和练习环节,使学生产生体育学习兴趣,理解体育知识,掌握体育技能,同时潜移默化地发展多样能力,切实提高体育学习效果,提升体育课堂教学质量。

参考文献:

- [1] 董虎. 浅谈增加小学体育教学趣味性的策略[J]. 学周刊, 2018(32): 164-165.
- [2] 郭卫华. “趣味体育”在小学体育教学中的运用[J]. 体育风尚, 2018(9): 203.
- [3] 吴建国. 如何在新课改背景下提高体育教学效率[J]. 智力, 2021(7): 3-4.
- [4] 殷娟丽. 新课改背景下如何提高小学体育教学效率的思考[J]. 家长, 2020(24): 14-15.