

打破预设 收获精彩

——小学体育课程设计思考

前言

新课程标准指出加强课程内容的整体设计是体育教学中的主要内容。以学生为中心、兴趣为导向的课程内容整体设计, 本文通过结合实际案例, 在课程内容设计上要做到由易到难、由简到繁、循序渐进, 在课堂教学中不能一味机械地练习, 更应该关注学生的需要, 丰富学生的学习内容做出多元化的教学模式, 同时在不同的教学情境下, 多做鼓励和引导, 打破预设让学生提高学习兴趣。

关键词

新课程标准, 兴趣, 课程内容设计, 循序渐进, 打破预设

1 当前小学体育教育现状及案例分析

1.1 当前小学教育现状

国家注重综合素质教育全面发展, 小学体育教育是一门不可或缺的学科, 而小学体育通常面临课时占比较少, 学生体质较差、学校体育器械不完善以及学生对体育学科兴趣不大等问题……由此, 小学体育课程的设计更需要运用新的课程标准, 并结合日常教学中案例, 因地制宜、因人而异有针对性地逐一解决问题。

1.2 案例背景

小学体育是打基础的阶段, 虽不会涉及太复杂的体育知识和技能, 但这一阶段的体育素养直接关系到学生一生的体育发展。篮球运动深受小学生们喜爱, 随着篮球运动的发展, 对篮球技术要求也不断地在提高。篮球运动的需求也向高空优势、速度更快、技术要求更高、身体对抗能力更强等方面发展。要想在篮球场有出色的发挥, 就需打牢基础, 练好篮球的基本功。如何练好篮球的基本功, 就成为了一线教师一个艰巨的问题。科学地教导小学生, 练就扎实的基本功, 并且因材施教, 根据小学生现状最能接受的方式方法指导篮

球, 能使小学生的篮球素养取得很大的提高。

学好篮球首先要有兴趣。小学生们喜欢模仿和崇拜体育明星, 可以以球星为榜样, 激励他们热爱篮球, 学习篮球, 掌控篮球, 激发他们的篮球学习兴趣。在之后的课程中让学生理解自己为什么要学习篮球? 怎么打好篮球? 许多篮球巨星, 像姚明、詹姆斯等都十分注重基本功的训练。用实例来激励学生, 让他们知道: 想成为一名出色的篮球运动员, 必须有优秀的基本功, 且要通过日复一日的刻苦练习, 才能切实提高篮球水平。

在篮球的教学训练的过程中, 还要遵循教学过程中的三大特殊规律, 有些小学生对篮球兴趣很高, 但我们要注意他们的身体素质, 训练一定要循序渐进, 篮球技巧练习不能急于求成。不能为了增强学生的篮球能力, 不切实际的加大训练的力度、强度, 训练结果可能会适得其反。除此之外, 老师在训练学生的过程中, 要找到学生感兴趣的地方, 仔细观察, 了解学生的爱好, 通过学生的兴趣进行篮球教学。可以举例让他们模仿球星的上篮动作, 运球动作, 过人技巧等, 使学生更加能够集中注意力, 从而大大提高自己的篮球素养。

小学体育教学是有计划、有组织的教学活动,教师在教学之前要有对学生学情的分析、教材的分析以及技能完成度的预计。即使教学设计预想的再完美,在具体实施的过程中也可能会有很多意想不到的情况发生。这就需要教师有随机应变的能力,及时做出判断,采取有效的措施处理突发状况,不断提升教学组织能力。

1.3 案例描述

本节体育课内容是《行进间运球》,考虑到这一节内容丰富,教学案例的设计有很多示范动作,学生们应该会很有兴趣。同学们很快就围了过来,仔细地听篮球技术动作讲解,动作示范之后由学生们自己训练。教师在操场上来回巡查指导,然而大部分同学都显得不感兴趣。询问原因后得知学生们认为运球练习太枯燥了,运球也不复杂,对于这样单一技能的练习不感兴趣。

实际备课中应考虑到小学生们在体育课上的兴趣爱好偏重于游戏,篮球训练虽然是基础训练,但过于枯燥单调的重复动作确实难以激发小学生们的训练激情。可以在实际课程当中增设篮球趣味游戏“我是乔丹”,游戏规则是学生后退运球完成50米赛段。和常规的运球不同的是,行进途中不能持球跑,也不能双手触球。有的学生刚开始时,运了一分钟,还是在原地转圈;还有的同学,运的路线还是斜的,偏离正常笔直的赛道很远。虽然在游戏开始阶段,学生们遇到了一些困难,但学生们普遍很感兴趣,对篮球活动尤其是运球更加专注,这节篮球课的体育游戏活动取得了良好的教育效果。

1.4 案例反思

小学生们热爱篮球和各种游戏活动,许多看起来较常规或者理论化的体育技巧,许多学生觉得学起来没意思。如果教师在教学过程中发现学生对体育活动提不起兴趣,这时就需要反思教学方法是否能吸引学生的兴趣,能否结合学生感兴趣的 game 方式进行教学。此外教师还要培养小学生的团队合作精神,激发小学生体育锻炼热情。

2 课程内容设计——由易到难,由简到繁

任何一项运动技术的学习过程,都应该遵循由易到难、由简到繁的规律,篮球运动教学也不例外。要想所学的篮球技术能够在比赛中运用,标准的技术动作至关重要。同时为了使学生尤其是初学者能够不被高难度的技术要求吓阻,从最简单的技术开始学习也是很重要的。

2.1 控制篮球,找球感

球性和球感训练是学好篮球的基础。第一步,原地运球,先让学生熟悉原地运球的方式,先练习惯用手,在练习不习惯的一只手,在熟练度稍有提升的基础上再进行摆动球练习,在练习的过程中,双脚略微分开,两条腿保持左右分开平衡,两脚分开的宽度要略宽于比肩。然后两只手将球放在胸前,球在左右手之间做循环的摆球运动,左手传球到右手,右手将球挥动再传回左手,再进行胯下以及背后的运球逐步提升原地运球的水平。第二步,运动控球,根据自己的用手习惯,右手(左手)运球跑动,在初步的练习过程中应注意:在刚开始时应以慢跑运球为主,对于不同水平的学生可以适当调整运球的速度,做到有效的分层。

2.2 加强传接球练习

学生基本掌握了运球的方法,那么接下来最为重要的就是传接球的练习。接球和传球的过程中应该注意,训练的方法要科学合理。篮球的传球方法有很多种,而最为简单有效,运用最多的就是双手胸前传球,双手胸前传球具有传球准确性高、容易控制,便于变化的特点。可以通过直传或者击地的方式进行传递,在训练是应以此为主,单肩上传球多发生的攻防转换的瞬间,其特点是飞行距离远,速度快。在训练时应以此为辅。

2.3 攻防战术和协同

学生掌握了运球,教师就可以根据学生的能力进行进攻战术、防守战术、半场人盯人防守战术、区域联防战术等战术练习。同时在技术动作的培养中,也要注意小学生的评价能力,在一些比赛中,小学生应该积极大胆的对自已队友的动作和意识做出评价。通过这些评价,在下次比赛之中,能够更好地提高自己,不断地总结自己,使自己的篮球水平能够更上一层楼。

3 小学篮球多元任务教学模式

篮球运动基本技术需要大量的重复练习才能掌握,这个过程中如果学生不能及时的体会到学习成功的乐趣,则很难继续进行,所以对学生的评价方法应当采取多角度、过程性的评价。多元任务模式设计的教学任务从零基础开始,鼓励学生参与,进而提高难度。等学生能够完成比较复杂或者高难度的动作后,其篮球水平已经得到很大地提高。多元任务教学模式下,小学篮球训练任务分为主线任务、支线任务和课后任务等。

3.1 主线任务设计

主线任务目标是对本学期学生能够掌握技能的总结,必须要求有一定的难度。在第一次课,就要对全体同学公布,让学生能够了解自己目前有哪些差距。有篮球基础的同学,在完成支线任务和课后任务的情况下,能够主动练习,没有篮球基础的同学,则需要在课外活动时间去练习。主线任务内容多以组合动作为主,例如传、运、投组合,两人快攻组合、攻防转换组合等等。主线任务的评分标准要结合技能评定和完成度,测试时间放在学期末。

3.2 支线任务设计

支线任务是针对课堂练习时间,鼓励学生在课堂上主动练习,难度设置比较低,一般练习半个小时即可完成,让学生有时间能够练习主线任务。任务内容多以单个技能为主,篮球游戏为佳,例如投篮比赛,多人传球等等。支线任务要随堂考核,也可以固定课堂考核固定内容,使学生不轻易请假或者旷课。支线任务评分标准以完成度给分,完成即可,不需过多要求标准动作,保持课堂轻松愉快的氛围。

3.3 课后任务设计

要想真正提升篮球技能,除了体育课上的练习,课后的拓展也非常重要。课后任务目标是为了鼓励学生在课余时间去了解篮球运动、参与篮球运动,设置一定的难度。课后任务在每次下课前公布,下次课提交或者给教师发送视频提交。任务内容丰富多样,充分发挥学生的想象力和创造性,并且对学生技能动作的固定起到很好作用。

例如搜集资料、篮球比赛编排、罚球线连续进球、多人篮板接龙等等。课后任务不仅仅可以设置单人项目,也可以是多人合作项目,还要便于拍摄。课后任务评分如果是文字类任务需要按标准打分,如果是视频类任务完成即可给分。

4 鼓励均衡发展,培养毅力恒心

小学体育教学目标鼓励学生们均衡发展,养成持之以恒和坚忍不拔的毅力恒心。小学体育活动种类有很多,既有球类活动、体操还有跑步。小学生们通常喜欢篮球等球类运动,对跑步这类耐力训练兴趣较低,在跑步训练过程中存在学生偷懒的情况。改善这种情况可以组织学生们观看篮球明星刻苦训练运球和跑步等基本功的场景。学生们看到篮球明星们都非常注意基本功训练后,才知道要想打好篮球,必须要先打下扎实的基本功。即使再有天赋,不经过刻苦的基本功训练,也难以成功。经过合理指导,喜欢球类运动的学生也开始重视跑步。跑步训练过程中要注重跑步策略,在身体条件允许的情况下可以进行冲刺跑步,锻炼爆发能力。慢跑和长跑则有助于提高体能和耐力,即使是每天慢跑十分钟也是一次非常有效的运动。

5 正确处理预设与生成题,提高教学效率

小学体育教学不应该是一个封闭系统,也不应拘泥于预先设定的固定不变的程式。预设的目标在实施过程中需要开放的纳入直接经验、弹性灵活的成分以及始料未及的体验,鼓励师生互动中的即兴创造,超越目标预定的要求。例如《行进间运球》这一课上的意外事件,虽然打破了预设,但却带来额外的惊喜,不仅激发了学生的探究热情,更促使教师完善和创新教学方法。

6 结语

在课堂教学中要以学生为中心,以学生的兴趣为导向,在课程内容上要做到循序渐进,在教学内容设计上多元化,在体能训练上做激发引导和鼓励,在课堂教学中做睿智的引导者,切实提高学生学习兴趣、运动技能,增强学生体质。

文/陈欢(南京市金地自在城小学,江苏南京 210039)

作者简介:陈欢,男,江苏宿迁人,南京市金地自在城小学初级教师,研究方向:小学体育教学。

参考文献:

- [1] 徐剑锋.试论体育教学循序渐进原则[J].广州体育学院学报,1994(3):100-102.
- [2] 姜宇航.兴趣教学法在小学篮球教学中的应用研究[J].当代体育科技,2019,9(16):80-81.
- [3] 贾志高.有关任务型教学法的几个核心问题的探讨[J].课程.教材.教法,2005(1):51-55.