

趣味投掷单元之体育课堂绽放精彩

前言

开发具有特色的体育课程，满足学生多元发展需求，能够让他们发现成长更多的可能性，让每一位孩子因拥有属于自己的特长而充满自信。本文通过分析体育课堂背景和描述抛接胶圈的案例，进行抛接胶圈的案例分析和课后反思，充分发挥了学生们学习的积极性和潜在优势，让体育课堂绽放精彩。

关键词

体育课；投掷；胶圈

近代教育家、北大校长蔡元培先生提出“健全人格”这一概念，他认为健全人格的形成，首先需要的就是体育。南京市江宁科学园小学注重培养学生强健的体魄。学校积极营造良好的体育运动学习氛围，依托专业教练，精心选拔队员，组建了体育运动队伍，通过参加市、区联赛，强化专业训练水平，提升竞技水平，让孩子在体育赛场上绽放光彩。

发展好体育课堂教学，就要确保每个班级每周按时按量上好体育课，保证每节体育课的运动量。确保做好应对每节体育课突发情况的准备，在面对不同天气，场地紧张等问题时，以不同的策略做好应对。其次，体育老师的本职工作要做到位，做好体育课突发情况的应急预案，确保学生在体育课堂上的人身安全。最后，还需要重视舆论导向，积极发现体育老师在日常工作中的闪光点，并做好学校体育工作的宣传，为学生健康成长保驾护航。

1 课程标准的指导思想

2022年版的课程标准中指出，要坚持“健康第一”的教育理念。根据学生的学习需求与兴趣爱好，要求教师面向全体学生，严格做到“教会、勤练、常赛”，注重“学、练、赛”一体化教学。激发学生主动参与运动的兴趣，让学生深刻体会到运动的魅力。兴趣是学生最好的老师，为了让学生主动、踊跃地进行各项体育锻炼，需要激发学生的运动兴趣和喜好。所以，在体育教育学习中，为了实现体育与健康课

的目标和价值，必须让学生对体育运动有所喜欢并产生乐趣。在新课程的要求下，体育课堂教学应该采用当代先进教育理念，从原来的单纯注重体育技能教学转到促进学生全面发展上来，转到老师与学生之间、学生与学生之间的自主、探究、合作学习上来。调动学生学习的积极性，让学生尝到体育运动的乐趣，让学生喜爱体育课，自觉主动地参与到体育活动中。

2 学情分析和教材分析

二年级的学生有一定的体育学习基础，但注意力不容易集中，容易受到外界环境的干扰，容易兴奋。总体来说，这个年龄段的孩子缺乏稳定性和持久性，并且处于生长发育初期，身体发育不全，不适宜较大运动量的教学。他们对于投掷动作技能有所接触，力量较薄弱，协调性还有待提高。

投掷是小学基本教材之一，是锻炼小学生上肢力量与肩带灵活性很好的练习形式。抛接胶圈是小学二年级体育投掷单元教学的主要内容之一。在课堂教学中，选用自制胶圈作为器材，并尝试采取几种游戏的方法进行教学，能够取得不错的效果。

3 教学案例描述

玩圈添乐趣。胶圈是由我们日常生活中废旧的自行车、电动车、汽车的轮胎改造而成的。上课期间，学生们好奇地

看向拿着胶圈的老师，七嘴八舌地问道是不是给他们玩的，教师笑着恭喜学生们答对了。紧接着教师让每位同学每人拿一个胶圈进行玩圈，比比哪组同学的玩圈的水平最高，哪个同学玩圈的方法最与众不同。学生们有序地准备各种方式的玩圈练习，有的在滚胶圈，有的在抛胶圈，有的把胶圈摆出不同的造型进行跳跃练习，甚至还有有的学生一人在胶圈里一人拉着胶圈在奔跑……该教学实例中，教师在上课的起始阶段进行了一个情境导入，把学生带入到了一个充满色彩和欢乐的世界里，学生对未知的世界充满了好奇心，从而激发了学生学习的兴趣。

套圈促练习。学校每年六一儿童节或多或少都有游园活动。在游园活动期间，套圈是学生们比较喜欢的项目之一，老师通常了解学生们的套圈水平，每到套圈活动，同学们都跃跃欲试地想挑战这个项目。因此，教师在教学中首先给学生几分钟的时间让他们去亲身体验活动，让他们利用小组交流的方式，讨论出哪种方式的抛圈可以提高命中率，学生们可以按照教师的规范与要求依次完成练习，也可以尝试不同的方法进行套圈练习，从而更有利于提高套圈命中率。练习结束后教师应该竖起来大拇指给学生点赞，夸赞学生，随后请小组代表发言。双手抛比较稳，侧对和面对投掷方向都可以，抛的时候要有一定的高度，单手抛的远，不容易套中目标，有一定的难度等等，同学们通过交流及尝试后都找到了适合自己的方法。最后组织学生进行比赛，请每组的第一个同学作为猎物站在胶圈里，他们可以把一只脚移动到圈外来接你们抛来的胶圈，三人套完后依次交换作为猎物，看哪组套中猎物的多。教学实例证明，教师面向全体学生的时候，必须以学生为主体，关注学生的个体差异，让学生选择恰当的方式进行练习，为学生提供了公平的学习机会，让每一位学生都能产生良好的学习体验，并增强他们学习的自信心。

捕鱼活气氛。二年级的孩子特别喜欢玩捕鱼游戏，在教学的最后环节，教师设置了“捕鱼游戏”，让学生分别做渔夫和小鱼，并且让他们自己制定捕鱼游戏的规则。在捕鱼游戏中，作为鱼儿的同学在水里游来游去，很是灵活。作为渔夫的同学也积极开动脑筋用什么样的方法可以捕到更多的鱼？因为游戏规则是他们自己制定的，所以在游戏中没有一个人违反规则。这个教学实例说明：教师需要尊重学生的主体地位，让他们自己制定游戏的规则，培养学生的创新能力，培养学生尊重对手、诚信自律、公平竞争的体育品质。

4 教学案例分析

趣味投掷课程结合了二年级学生的生理和心理特征，采用三种不同的游戏进行教学，让学生在整个情境中能够自觉、自主地进行学习，老师引导学生培养和激发他们的学习热情，用兴趣促进发展，并用学生喜欢的游戏为教学形式，把教学内容与游戏进行有机的结合，在老师的引导下，学生在轻松、愉悦的氛围下能够运用自主、合作、探究的学习方式进行练习。把学习变成一种“享受”，体验到学习的乐趣，取得了成功。从而真正做到“以学生的发展为本”。

本课程最高潮的部分应该是“渔夫捕鱼”的游戏环节，同学们或是渔夫，或是鱼，在游戏中既完成了任务又能得到锻炼，让学生在“玩”中练，在“练”中学。通过不断的反思，让学生真正成为课堂的主人。课程中使用废旧轮胎制作成胶圈来作为器材，充分发挥了一物多用、一用到底的优势。帮助学生们发挥天性，提高自由度，尤其是对于低年级学生而言，极大地提升了他们的理解能力，激发了他们的练习兴趣。

5 课后反思

学生的需要和情感体验是老师们关心的重点，也是体育与健康课程的关键部分，老师应积极主动地促进学生的全面发展，培养学生成为社会主义接班人。从课程的设计、评价等环节可知，学生们的主观能动性和全面发展的思考能力应该被放在比较重要的位置。教师在发挥主导作用的同时，要突出学生学习的主体地位，充分发挥学习的积极性和潜在优势，从而使他们的体育学习能力得到提升。

5.1 利用游戏，培养学生兴趣

小学体育教材中经常会运用到游戏，通过游戏化课程的教育学习，帮助学生养成团结合作、开拓创新精神，培养他们的竞争意识和集体荣誉感。兴趣是学生学习知识、参加活动并发展能力的直接动力。如在跑步游戏单元教学时，教师指导学生进行图形跑、障碍跑或追逐跑游戏，学生对图形跑的兴致较高，喜欢去尝试，参与度很高。性格孤僻的学生在享受游戏乐趣的同时也能很好地融入到群体生活中。孩子是否合群对学习的影响非常大，且小学期间是性格形成的关键时期，学生性格的培养在体育教学中也同样应该得到重视，在游戏过程中进行体育教学能帮助学生学会与人团结友善，激发学习兴趣。

5.2 归还课堂，给予学生空间

学生是教育的对象，也是课堂的主人。要想让课堂真

正成为学生成长的地方,就必须让学生全身心地参与到教学活动中来,这样才能激发学生的学习兴趣。因此,教师要鼓励学生积极地参与到体育课堂教学中,把课堂大部分的实践还给学生,让学生有时间去学习、练习、思考。给学生提供发展的机会。比如在教学中,可以让学生扮演“小老师”的角色,教师指引他们提前预习,为他们解疑答惑,然后再让“小老师”组织其他同学进行学习,进一步培养学生的组织能力。

5.3 改变方式,关注每位学生

体育与健康课程标准的教学理念,提倡用“主动参与,乐于探究,交流合作”为特点的学习方式进行学习,在教学中要以自主探究性学习方法为中心,关注学生的个体差异。在本课程的教学,以尊重学生为前提,通过“小组合作”的形式,让学生自己尝试学习。在小组合作学习的方式下,学生能够更好地掌握所学内容,保持对体育课的积极性,并获得进步。

5.4 营造氛围,助力健康成长

教学过程是教师与学生之间交流、学生与学生之间交流,共同发展的互动交流过程。教师要学会给学生创造高效的交流沟通条件,营造良好的学习氛围,让他们的创造潜

力可以得到发挥。融洽的学习氛围能让学生舒适、积极主动地学习,激发他们求知欲望,培养坚韧的意志,使他们能够克服不同的困难,在之后的成长道路上不断前行。

6 结语

重视体育课,就要按要求上好每一节体育课。“如何上好体育课”是每位体育老师需要思考的问题。打造体育“有效课堂”,要重视课外训练,给有兴趣的同学设计家庭作业,在家也可以轻松锻炼身体。通过分析实例可知,本课程中也存在着一些不足,开始阶段用以往的慢跑加徒手操来进行热身,学生学习的积极性不高,热身的效果不是很好。在玩圈游戏练习中,老师没有充分利用已有的场地,使得部分学生练习的动作不够舒展,影响了整体教学效果,教学中遇到突发状况,不能及时合理地解决等等。针对课程中出现的的问题,教师必须一步一个脚印,踏实地练好基本功,构建适合自己的课程体系,在之后的课堂教学中,要根据教学内容编创不同的热身韵律操,适时让学生参与到编创中来,掌握更先进的教育理念,以便能更好地处理教学中的突发事件。

文/吴杭青(南京市江宁科学园小学,江苏南京 211100)

作者简介:吴杭青,女,江苏连云港人,南京市江宁科学园小学二级教师,研究方向:体育教学。

参考文献:

- [1] 徐玲玲.实施“以学生发展为本”的小学体育课堂教学[J].小学生(下旬刊).2019(9):98.
- [2] 赵川.小学体育课堂教学有效性提高策略研究[J].青少年体育.2019(3):116-117.
- [3] 杨莹莹.以常规教育促进小学体育养成教育的分析研究[J].当代教研论丛.2020(7):120-121.
- [4] 陈以斌.小学体育课堂情境教学有效策略[J].新课程.2022(21):97.
- [5] 付立宇.快乐体育在小学体育教学中的运用探讨[J].新课程.2022(21):124-125.
- [6] 秦志鹏.运用游戏构建多彩小学体育课堂[J].当代家庭教育.2021(26):101-102.
- [7] 苟晓娟.体育游戏在中小学体育教学中的运用策略[J].新课程.2022(21):128.
- [8] 李苏.学习共同体:阳光体育课堂的多元构建[J].小学教学研究.2022(18):25-27.
- [9] 杨永泽.学生课余羽毛球活动开展现状研究[J].小学教学研究.2022(18):28-29+34.
- [10] 马欣越.充分利用体育游戏搞好小学体育教学[J].新课程.2022(21):98-100.