

基于体教融合的羽毛球“五位一体” 课堂教学模式——以漳州第一中学为例

孙磊 叶清林

(福建省漳州第一中学, 福建漳州 363000)

摘要 ▶ 文章采用文献资料法、实验法、数据统计法、逻辑分析法的研究方法, 在漳州第一中学深化体教融合的实践过程中, 对羽毛球模块教学中实施学、练、赛、评、体能“五位一体”的课堂教学模式, 对实施前和实施后学生的运动技能、体能进行测试、对比, 发现运动技能和体能有明显的提升, 得出该模式能有效促进学生综合素质发展。

关键词 ▶ 羽毛球; 模块教学; “五位一体”; 课堂教学模式

DOI: 10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2024.07.027

为了落实中共中央办公厅、国务院办公厅《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》和体育总局、教育部《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》, 2021年, 教育部制定了《〈体育与健康〉教学改革指导纲要(试行)》, 根据《〈体育与健康〉教学改革指导纲要(试行)》要求, 落实立德树人根本任务, 树立“健康第一”教育理念, 深化体育教学改革, 强化“教会、勤练、常赛”, 让学生在课堂中享受乐趣、增强体质、锤炼意志、健全人格, 促进学生运动技能的掌握和健康水平的提升, 提高学生的羽毛球整体水平, 推动学校体育的发展, 促进体教融合, 构建科学、有效的体育与健康课程教学新模式。

福建省漳州第一中学羽毛球竞赛成绩突出, 成果丰硕, 荣誉颇多, 影响力广泛, 连续11年蝉联福建省羽毛球联赛

冠军。同时, 先后培养出5名队员进入国家羽毛球一队, 1名队员进入国家青少年羽毛球队, 还有60多人通过羽毛球高水平招生考上北京大学、同济大学、武汉大学等985、211名校。因此, 该校先后被评为“全国羽毛球后备人才基地”“全国群众体育先进单位”“省级传统特色校”“福建省单项(羽毛球)体育人才基地”。漳州第一中学是羽毛球传统特色学校, 为体教融合的实践提供坚实的基础, 在体教融合的基础上进行羽毛球教学改革, 全面提升教育教学质量, 培养学生学科核心素养, 提高学生综合素质。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

针对漳州第一中学高一、高二、高三年级国家课程必修

基金项目: 福建省教育科学“十四五”规划2022年度常规课题《基于体教融合的漳州一中羽毛球“三域一体”发展模式研究》(FJJKZX22-637)

作者简介: 孙磊, 男, 中学初级教师, 研究方向: 体育教学。

通讯作者: 叶清林, 男, 中学高级教师, 研究方向: 体育教学。

选学羽毛球模块的学生进行研究,每班抽取男女生各10人为研究对象。

1.2 研究方法

使用文献资料法、实验法、数据统计法和逻辑分析法进行研究分析。通过阅读相关文献资料,提出新教学模式;在教学模式实施前对各年段学生进行运动技能和体能测试,在实施后的学年末进行二次测试,分别对男生、女生的测试结果进行对比;采用Excel 2016对测试结果进行数据统计和作图,并对测试成绩统计结果进行归纳、分析、总结。

2 结果与分析

2.1 羽毛球“五位一体”教学模式概念的提出

在文献检索及同行交流中开启羽毛球教学改革思路,构建“学、练、赛、评、体能”五位一体的羽毛球课堂教学新模式,以学生为主体,全面发展学生的学科核心素养。

“学”是指在教学让学生懂得学了什么、为什么学,掌握正确的动作要领(即内容),学会学习方法,提高对羽毛球运动的认知,在学习中寻找乐趣。“练”是指在教学采用形式多样化的练习方法,包括集体练习、小组练习、个人练习、比赛练习、循环练习等,使学生达到一定量的练习,掌握运动技能,懂得锻炼方法,养成锻炼习惯。“赛”是在教学中形成常态化、多样化的教学比赛,使学生在比赛中运用所学技能、享受乐趣,养成锻炼习惯。“评”指教学中采用内容多维、形式多样、主体多元的评价方法。内容多维主要指重视学生的运动能力、健康行为和体育品德的综合评价;形式多样主要包括相对性评价、绝对性评价、过程性评价、终结性评价等;主体多元主要指教师评价,自我评价,学生评价。形成“以评促学,以评促教”,提升课堂教学效率,培养学生善于观察、懂得评价、善于表达的能力。“体能”是指每节课中安排10分钟左右的时间进行专项体能练习或补偿性体能练习,主要包括一般体能和专项体能内容,练习手段和方法需要多样化且实用有趣,注重发展学生身体素质,使学生懂得增强体质的锻炼方法。

2.2 运动技能和体能的评价标准制定

评价标准是评价学生学业水平的依据,通过制定《国家必修选修羽毛球课程运动技能评价标准》来评价必修选修模块学生的运动技能水平。运动技能评价标准由技术动作内容、分值、等级、标准四部分组成,技术动作内容由反手发网前球、正手发高远球、正反手放网前球到固定点、高远球半场对拉、前后场组合接球、比赛实战六部分组成。各部分

的分值除了比赛实战部分50分,其他各部分都是10分,体现出了比赛实战的重要性,重在考查运动技术在比赛中的运用。各技术的评分标准按分值分为优、良、合格、不合格四个等级。体能的评价标准以《国家学生体质健康标准》的测试内容、分值占比、评价标准和等级为依据,测试内容由BMI、肺活量、50米、坐位体前屈、立定跳远、引体向上(男)/仰卧起坐(女)、1000米(男)/800米(女)七个内容组成,总分值100分,各部分的分值占比分别为15%、15%、20%、10%、10%、10%、20%。

2.3 羽毛球“五位一体”课堂教学模式实施成效

漳州第一中学按照国家课程要求开设羽毛球必修选修模块并实施“五位一体”课堂教学模式。经过一学年的实施,对实施前和实施后的运动技能、体能进行监测和对比分析,发现实施成果显著,学生运动技能、体能得到了快速提升。

2.3.1 促进运动技能提高

在学年初和学年末对国家课程必修选修羽毛球模块的高一、高二、高三学生进行技能测试,测试结果如图1。高一男女生学期末与学期初的测试成绩进步明显,男生平均成绩提升了26.3分,女生平均成绩提升了24分。这跟高一学生刚入学,整体羽毛球基础较薄弱有关,经过学习后技术水平出现较大幅度的提升。高二和高三的测试成绩也有明显进步,高二男生平均成绩提升了12分,女生平均成绩提升了17分;高三男生平均成绩提升了6.6分,女生平均成绩提升了7.2分。高二、高三年级测试成绩提升的幅度小于高一,主要在于高二、高三学生经过了前期一年或两年的羽毛球课程学习,已具备了较扎实的基础,技能发展出现瓶颈。经过对羽毛球模块选修课的学生实施一学年的学、练、赛、评、体能“五位一体”的教学模式,运动技能成绩提升明显,可见,“五位一体”的教学模式取得了良好的教学效果,促进学生运动技能的大幅度提升。

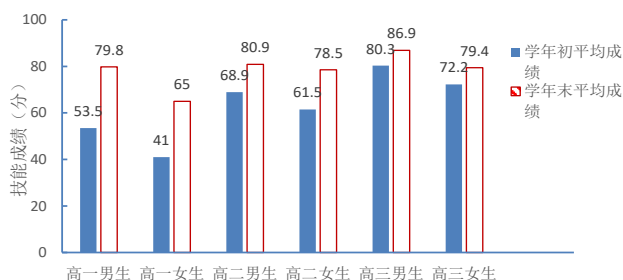


图1 羽毛球“五位一体”教学模式对技能成绩的影响

2.3.2 促进体能增长

在学年初和学年末对研究对象进行了体能测试，测试结果统计如表1，高一男生和女生分别增长了1.2%和3%，成绩增长的幅度不如运动技能增长的幅度大，主要原因在于高一的学生刚经过初中体育中考，身体素质尚处于高峰，进入高一后的体能发展出现瓶颈。高二、高三男女生的测试成绩

都能保持较高的增长率，分别增长了4.7%、5.6%和6.9%、5.8%，说明实施学、练、赛、评、体能“五位一体”的教学模式能有效提高学生体能成绩，特别是每节课实施10分钟左右的体能练习，极大地提高了羽毛球选修课学生的体能成绩和体质健康水平。

表1 学生羽毛球选修课体能测试情况

平均分数	学年初	学年后	增长率	平均分数	学年初	学年后	增长率
测试者	平均分数	平均分数		测试者	平均分数	平均分数	
高一男生(N=10)	84.85	85.91	1.2%	高二女生(N=10)	79.42	83.93	5.6%
高一女生(N=10)	76.93	79.26	3%	高三男生(N=10)	82.33	88.07	6.9%
高二男生(N=10)	78.72	82.49	4.7%	高三女生(N=10)	80.25	84.98	5.8%

3 结语

学、练、赛、评、体能“五位一体”的教学模式是漳州第一中学深化体教融合、促进羽毛球发展的实践研究策略之一，也是落实教育教学改革、促进学生综合素质全面发展的手段。“五位一体”教学模式的实施不仅提升了课堂教学效率，使学生更快、更好地掌握了运动技能，培养学生对羽毛

球运动的兴趣和爱好，养成终身体育的习惯，同时也在体能方面取得了很好的提升，促进了学生体质健康的发展，改变体质健康下降的局面。“五位一体”的教学模式不仅有效促进运动能力的发展，在健康行为、体育品德等方面取得良好的发展，健康行为、体育品德将成为今后总结与分析的方向。

参考文献：

[1] 新华社. 中共中央办公厅 国务院办公厅印发关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见[EB/OL].https://www.gov.cn/xinwen/2020-10/15/content_5551609.htm.2020-10-15.

[2] 体育总局网站. 体育总局 教育部关于印发深化体教融合促进青少年健康发展意见的通知(体发〔2020〕1号)[EB/OL].https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2020-09/21/content_5545112.htm.2020-08-31.

[3] 教育部. 教育部办公厅关于印发《〈体育与健康〉教学改革指导纲要（试行）》的通知（教体艺厅函〔2021〕28号）[EB/OL]http://www.moe.gov.cn/srcsite/A17/moe_938/s3273/202107/t20210721_545885.html.2021-06-30.

[4] 教育部. 国家学生体质健康标准（教体艺〔2014〕5号）[EB/OL].http://www.moe.gov.cn/s78/A17/twys_left/moe_938/moe_792/s3273/201407/t20140708_171692.html.2024-07-07.

[5] 于素梅. 义务教育课程标准（2022年版）课例式解读 体育与健康[M]. 北京：教育科学出版社,2022.6.

[6] 中华人民共和国教育部. 普通高中体育与健康课程标准（2017年版2020年修订）[M]. 北京：人民教育出版社,2020.5.