

农村小学“三竹活动”创设阳光大课间的实践

宁海县山水小学 吴定河

如何激发学生参与大课间体育活动的积极性?如何保证大课间活动的质量?改革大课间操形式势在必行。为改变现状,我校决定把民族传统体育项目——“三竹活动”即竹竿舞、抖空竹、踩高跷引入到大课间活动中来。通过开发“三竹”活动促学校特色发展,通过融合“三竹”运动打造体育大课间模式,通过多彩“三竹”大课间,提高体质健康水平。

我校近年来开展大课间活动中,坚持“突出特色、全员参与、陶冶情操、快乐健体”的原则,立足校内资源,丰富活动内容和活动形式,从而深入推进小学大课间体育活动,促进学生身心健康和谐发展。虽然活动时间上得到了保证,但是由于长期受到应试教育影响,学生的活动积极性不尽如人意,对大课间的兴趣也不是很浓厚,如何激发学生参与大课间体育活动的积极性?如何保证大课间活动的质量?成为摆在教师面前亟待解决的问题。

所谓“三竹活动”即竹竿舞、抖空竹、踩高跷这三种以竹为载体的运动的总称。“竹竿舞”是集体育与艺术为一体的运动项目,器材简单易得,动作简单易行,符合学生身心发展发展的年龄和性别特征,运动量适中,易于形成群众性体育艺术运动。“抖空竹”只要一个空竹,一根线就可以玩了,不受时间限制,四季都能开展是中国传统杂技中,以简单小巧,信手可得

的物件,练出高超技艺的代表节目。它原是一项十分有趣的中国民间游戏。抖空竹集娱乐性、游戏性、健身性、竞技性和表演性于一身。“踩高跷”活动不用多大的技巧,只要孩子双手抓住绳子顶端,踩上高跷时双脚一前一后地踩,最后将手中所持的皮筋拉直、抓牢。用手提住麻绳上端,将竹筒放在地面上,双脚分别踩在两只罐子上,慢慢地走。

“竹竿舞”能激发学生的运动兴趣,培养同学之间的合作精神与团队意识。“抖空竹”是全身运动,可以加快人体的新陈代谢能力,不仅动起来行云流水,还可以玩很多花样,对学生来说一点也不枯燥。“踩高跷”既能锻炼学生身体的平衡,也能提高学生动作的协调性,对孩子的身心发展起到了较好的作用。而且以上三种运动一年四季都能大范围开展,时间空间不限,学校容易安排。

山水小学以“三竹活动”为牵引,取竹之品质,并加以改造和创新,形成了独树一帜的校园竹文化。让学生在玩竹中培养团结合作、积极向上、做一个“善群、奋进、健康、乐观”的山水学子。

“三竹活动”对于培养集体主义思想,合作精神有着极其重要的意义,有利于发展学生身体的灵敏、耐力素质,对于发展学生的智力与体能有着极为重要的作用,与校风“善群、竹竿舞奋进、健康、乐观”

一致。学校自主开发了校本教材《竹韵山水》和《三竹教案》,制定了详实具体的内容体系和管理体系,激发了全校师生的兴趣,形成了以“三竹活动”为主要内容的大课间课程体系;我校在以往的内容体系增添了新元素。即结合学校的经典诵读、童谣,让学生在“三竹活动”的同时,按节奏背诵童谣,达到了以活育德,以德辅智的效果。

为了更好地发挥竹艺术在大课间活动中的作用,提升学生的综合素质,我们在实践中把体育活动与艺术欣赏有机地融合在一起,建构了“体艺融合”体系。通过竹竿舞、抖空竹、踩高跷在体育课堂和大课间与运动技巧的结合,使学生在运动中学到知识和技能,得到快乐的体验,得到成功的快乐。

通过开展与竹有关的活动,培养学生的韵律基础,使学生在学习中提升,在运动中得到展示,在创造中得融到发展,从而达到感悟生命的快乐的目的。在“三竹运动”中悟到的或形成的品质意志和精神勤勉保持和发扬,生成更有益自身发展的品质,潜移默化到做人、做事当中去,为将来从事社会劳动和社会活动做准备。

每学期开学初,学校教导处把特色教育纳入正常的教学中,安排好特色课,指定特色课的任课老师,同时学校还制定了《三竹活动比赛评分标准》、《三竹活动评

价机制》等。激励老师和学生积极参与到特色项目中来,观察班级在各类比赛中的获奖名次以及对学校竹竿舞发展是否起到推动作用。同时,由教导处学校统筹安排大课间活动框架,把大课间活动分为四个时段:第一时段为《七彩阳光》广播操;第二时段为《风情竹竿舞》;第三时段为以班级为《兔子舞》;第四时段为以班级为单位开展的竹竿舞、抖空竹、踩高跷等。第四时段的活动由班主任根据本班的实际自主决定。四个时段的活动项目丰富多彩,构建了丰富多彩的大课间。

自从开发了“三竹”活动,课间活动项目丰富多彩,打破原先单一的活动形式,调动了学生参与的积极性,大部分学生都能保持活动的兴趣。许多家长反映,学生自从持续参与锻炼之后,生病的次数比早年间有了下降,胃口也更好了。此外,“三竹”活动开展期间对学生的体质健康水平起到了促进作用。自2014年以来,全校体质健康测试平均体育分逐年增长,从2014年的86分到2015年89.4分,直至今年91分,其中三次体质健康测试名列前茅,成绩喜人。

以“三竹活动”创设阳光大课间,旨在体现新时代校园的开放性、艺术性和教育性,是我校特有的融“体育、舞蹈、游戏、教育”为一体的新型的课间活动模式。愿我们的孩子在“三竹活动”创设的阳光大课间中感受浓浓的体育氛围,快乐地成长。

浅谈如何提高体育课的实效性

龙泉市育才学校 赵 彬

“以学生的发展为本”是体育与健康课程关注的核心,教师要敢于打破“齐步走”的格局,提倡“异步走”的做法。现今的体育课堂发生了可喜变化,但也出现了令人担忧的问题。如何使课堂中的现象与实效达成统一成了亟待解决的问题。

体育课上,学生变得主动、活泼了,变得让老师“收不住”了,他们自主、放松地进行各种教学活动,大胆地发表自己的见解,这正是新课程所期望的。可是,也有少数教师片面追求气氛热烈、形式新颖,丢掉了体育课应有的特性。

如今的体育公开课形式多样,让人眼花缭乱。有些老师在体育教学中开始追求“时尚”,他们对于公开课的理解就是“表演”,教学环节的安排和教学器材地选择花费了他们太多的时间,上课器材卡车装,“扁担”、“南瓜”进课堂,课堂变成了表

演场。其实那些热闹的活动与教学目标的设置并无多大联系,仅是为了乐而乐。有时就连听课的老师还没有明白过来执教者的意图,学生就已经动起来了。其实,我们真正需要的是实在的体育课,是对学生老师都有用的体育课。

如何让体育课上得又好又实在,需要把课程改革的理念和课程标准的要求转化为科学的教学设计。教师在进行教学设计时应熟读课程标准,对自己设计的每一个教学环节都问一个为什么,思考自己设计的每一个教学环节是否有助于教学目标的达成,求实求真,摒弃“花架子”。课后要及时反思、总结、调整,和同行一起探讨,开展校本教研活动,这样才能使教学设计日趋合理和完善。新课程标准的内容更加要求教师时刻提醒自己,课堂是展示自己的舞台,但不是“做秀”的舞台,

要兢兢业业为学生服务,让每一个学生都能学有所得。

课堂教学需要对问题的深入研究和思考。教师应根据学生的实际水平精心设计教学方案,能够引导启发学生积极、科学地思维,特别是在新授课教学时,设法让学生提出问题,然后在不断地思考和讨论过程中将学生的思考引向深入,只有经过学生的思考,教学内容才能真正进入他们的头脑。

学生是课堂的主角,教师只是引导者。在课堂上学生总是要经历一个从不会到会的过程,教师不要害怕课堂中的短暂停滞,教师不能用事先演练的方法来扼杀学生的自主性和创造性,正是在这种磕磕碰碰、自主探索中,知识才能潜移默化地在他们的头脑中生成。

一堂公开课肯定有很多老师来听课,

如果每一个听课老师都能从中学到知识,这就是一堂十分成功的公开课。执教者的个人风格,教学的内容选择,教学手段的创新等等都是可以吸引其他老师的地方。好课必定是内容大于形式的课堂。内容朴素一点,简单一点也无妨。那些紧紧围绕教学内容设置,标新立异,富有创新精神的形式才是值得提倡的。

总之,要想上出“好体育课”,就必须以真实为前提,以效果为基础。因为在现实生活中,一切虚假的东西都是人们“攻击”的对象,人们所抛弃的东西全是没用的东西。另外,对于广大体育教师来说,如果没有扎实的理论指导教育实践,如果没有多少次反复实践与反思的锤炼是上不出真正的好课的。构建更实效的体育课堂需要我们不断地思考、摸索。

让体育课成为孩子们展示的舞台 浅析小学体育课堂“板凳学生”现象

上外附属浙江宏达南浔学校 谢晓杰

在小学生群体中,学生的身体素质有好有差,身体素质好的,既有速度,又有力量,而且协调性也较好,但有的学生却只有速度,没有力量(或只有力量,没有速度),也有各方面都比较差的同学。素质较好的同学在平时的课中表现活泼好动,学习动作的能力强,在练习的时候其他的同学愿意与他们一起玩耍、一起练习。相反,素质较差的同学自然受到了“板凳”的待遇,久而久之,把自己孤立起来,不愿与其他同学一起练习。

作为一名教师,总是希望自己的课能够上得顺顺利利,能按自己的教学计划进行。在平时的课中我们往往叫一些素质较好、平时表现好的同学来进行示范,不

仅能够节省时间,还能较好地达到示范效果。所以,教师为了课上得顺利,不出意外,就很少给素质差的同学机会。一位上公开课的教师在让学生进行示范时,一位素质较好的同学被叫到了三次。而另一些同学则没有表现的机会。

在教学中,由于教材的原因,只能片面地要求几个人或一小部分同学参加,这样一来,那些素质较差的同学的机会就更少了,只能成为“板凳”同学。在《角力》授课中,根据要求只能有几个同学参与,而其他同学只能在旁边当观众。

一些条件较差学校,特别是农村小学,体育设施薄弱、器材较少的情况比较突出。由于受到场地器材的限制,就必然造

成一部分同学不能在有限的时间内得到机会,而这一部分同学往往是素质较差的一些“板凳”同学。如一所学校的呼拉圈数量较少,教师在给学生上有关内容时,只能让学生分成几个小组进行练习,而在小组中,“板凳”同学由于性格及素质等各方面的原因,得到表现的机会也是少之又少。

在大力提倡素质教育的今天,学生是课堂的主体,教师只是主导地位。作为一名新时代的教师,要有以学生为主体,面向全体学生的观念。在课中,善于观察、善于调控,关注课堂上的每一位学生。教师只有倾注更多的爱心,才能唤起学生奋发向上的勇气。体育教学要加强协作,体现团队精神。特别要加强“尖子生”和“后进生”

之间的协作,这样不仅能较好地完成任务,还加强了两种学生群体之间的交流,让“板凳”同学在活动中体验成功,建立自信。对于教学内容,教师要经过精心的筛选,尽量选一些快乐、趣味性强、运动量适中、学生又能广泛参与的教材。对于体育教学来讲,场地器材好比是黑板粉笔,缺一不可。我们要努力提高硬件设施,对于一些简便易制的器材,教师可以自制,不能因为器材问题让学生丧失学习的机会。

总之,作为一名体育教师,对待学生要公平、公正。使每位同学都能积极地参与到课堂教学中,让他们在学习中感受乐趣,体验成功,让孩子们快乐地在“舞台”中央展示自己。