家校携手,探索以体育人新路径

宁海县银河小学 潘珍珍

为全面贯彻落实"双减"政策,坚持"五育并举",积极落实指导纲要,全面提升学生的体质健康水平,笔者一直致力于专研如何通过共“学、练、赛”,进行家校共育以提高学生体质健康。

首先,家校共“学”,形成快乐运动的氛围。目前,不少学校的班主任都会在微信或者钉钉上建立班级群,不但方便家校联系,也为了解体育运动提供了有利的环境,为家长和学生共同形成享受运动乐趣的意识创造了良好氛围。

利用体育资源,共同了解体育知识。例如,亲子一同观看体育比赛,培养运动兴趣。小学生年龄大多在7-13岁之间,生理、心理会随着时间和环境的影响发生很大的改变。他们喜欢多种多样体育活动,会不自觉地模仿当下目光所及且力所能及的活动项目。根据这个情况,笔者搜索并制定体育比赛时间表,将最近的赛事通过钉钉班级群告知家长,并给孩子布置体育作业:回家和爸爸妈妈一起看比赛,回校后说说观后感。通过此举,有效培养了亲子运动兴趣,也提高了亲子时光的陪伴质量。还可以学习体育常识,提高运动快感。孩子在学校经过体育教师科学系统的方法指导后,初步建立了动作方法的概念,但是当学生回家巩固练习时,经常会出现动作偏差,从而导致越练越差,越练越不想练。笔者利用班级群经常会分享一些体育项目锻炼方法的公众号或是教学视频,让家长共同学习,以此来正确引导、指导孩子的家庭体育练习。

还可以利用自制视频,共同指导亲子技能。每一位家长都非常关心孩子的在校学习生活。利用家长这一心理特征,笔者组织学校体育组相互拍摄各自在体育课上的教学视频,以及学生享受快乐运动的样子,通过钉钉班级群让家长感受学生在运动中的成长和拼搏。另外,孩子在进行每一项集体体育活动时,体育组都会拍摄一段示范视频,指导学生锻炼。不仅方便家长更直观地了解正确的练习方法,也更了解我校体育老师良好的体育素质。家校共同参与到孩子的体育教育中,才会将“四位一体”真正落地开花。

其次,家校共“练”,拓宽增强体质的途径。随着现在人们生活水平的不断提高,提倡高质量生活。我校提出的家校共练措施,得到了家长们的认同和配合。利用学校的星家长评价体系,每天对家长和学生进行评分监管,以此保障共练质量。

同练体质健康项目,共育身体素质。各中小学校每年10月份要开展覆盖全体学生的体质健康测试,并及时上报测试数据。根据学生不同年级,设置了不同的体质健康项目以及评价标准。我们会通过班级群向家长介绍这些项目和评分标准,意在让家长、学生明确要求,并以优秀的成绩为目标去进行练习。但是,家长监督,孩子一人练习毕竟是很枯燥的,于是笔者组织体育组制定了相应亲子共练的方案。通过练习,不仅可以增加孩子练习的兴趣,更可以增强家长和孩子的身体素质,从而提高体质健康成绩。同练校运动会项目,共育竞争品质。体育运动会是学校教育的一种重要形式,可以推动学校群众性体育活动的开展,促进学生运动技术水平的提高。在家如何进行有效训练则要依靠家长的力量。还可以利用节假日亲子时间,突出竞赛项目练习。班主任可以在节假日针对跑步项目的学生布置此类体育作业,户外运动联合亲子共练,锻炼效果会事半功倍。此外,同练亲子锻炼项目,共育团结协作也至关重要。学校每一届体育节项目丰富,其中不少项目都需要家长和孩子的竭力配合,共同完成。这样的氛围就达到了设置亲子比赛的初衷,共育团结协作。

最后,家校共“赛”,营造体质健康的态势。比赛是展现练习效果的最好方式。本着更好地营造体育运动氛围,增强家校凝聚力。在学校的大力支持下,家校共赛,营造了提高体质健康的良好态势。

可以邀请家长参加球赛,促进学生求胜欲望。自开展家校合育后,我校体育组就邀请有体育特长的家长和学生进行比赛。这样的比赛,既让家长更了解学生的训练效果,也激发了学生的求胜心,一举两得。另外,邀请家长参加运动会,也是促进学校全民运动的不错手段。对孩子最好的言传身教,就是用实际行动告诉他们:热爱运动,坚持不懈。每一届体育节,学校都邀请家长一起参与裁判工作、摄影工作等。家校共赛,带给学校、家庭的除了体质健康的提高,还有生命间、亲子间最和谐的样态。

家校共练既是学校、家庭、学生学习的过程,也是练习、比赛与评价的过程,更是家校合力提高学生身体素质的过程。笔者所倡导的家校共同“学、练、赛”既符合校情、学情,又避免体育运动锻炼的单一性和枯燥性,最重要的是有效提高了学生的体质健康,最直接的体现就是我校今年的体质健康抽测成绩远远高于去年的成绩。在今后的体育实践研究中,笔者将完善家校共练的评价方式,努力将家校“学、练、赛、评”一体化落到实处。

浅谈体育教师与家长沟通中存在的问题及对策

遂昌县实验教育集团民族校区 叶潇颖 朱贤锋

体育运动不仅能增强青少年体质,促进身心健康,而且是中华民族永葆旺盛生命力的有力保障。多参加体育运动,可以增强学生的体质,帮助学生集中注意力,培养学生意志力,促使学生茁壮成长。

学校每年都会招一批运动能力出众的学生,进行运动训练和培养,体育老师在招学生的问题上总是会遭到一些家长的反对,家长不愿意自己的孩子参加运动训练队,因为他们认为,进入运动训练队不仅会影响孩子的学习,而且更害怕自己的孩子吃苦。

不光是家长这么认为。体育课在部分班主任、任课老师眼里,似乎也并不太重要,他们认为学生来学校最根本的目的就是学习文化课,主课老师更担心学生因为参加体育运动,而不专心学习,影响学生上课的注意力和积极性。他们甚至把这种思想观念无意识地传输给学生和家长,让家长和学生潜意识地认为体育课并不重要。在平时的体育课中,有个别班主任和任课老师会抢占体育课,或者留个别学生在教室做作业。对于学生参加业余运动训练非常不支持,认为学生参加运动训练队之后,会影响学生学习成绩。此外,在平时的教学中,体育老师和家长之间的联系、交流沟通比较少,双方之间没能取得相互联系和交流,这样不利于家长放下心中的包袱,造成了一系列问题,发现这些问题之后,体育教师又不主动去解决这些问题,让矛盾越来越激化。

针对上面所出现的问题,作为一名体育老师,首先应该主动和班主任进行沟通交流,向班主任了解一下学生的情况,同时把学生平时在体育课表现的情况反映给班主任。同时向班主任传输一些体育的知识、优势,让班主任了解到体育运动是对孩子有利的,更为最重要的是,在平时的训练中要经常关注学生的学习思想态度,抓好运动训练队员的学习、体育成绩,提高学生的体育成绩,利用体育积极性去带动其他课程,让班主任消除心中不必要的担忧。

另外,体育老师和家长的联系沟通,也是非常重要的,家长之所以不了解、不支持体育,是因为他们缺乏了解体育的渠道,老的思想观念还留在他们的脑海中,这就需要我们体育老师主动和他们进行交流和沟通,把正确的思想观念传输给他们,让他们慢慢地改变这种不正确的想法。我们要用实践来证明,提高学生的体育成绩,让他们看到孩子的进步,孩子的变化,帮助他们放下心中的包袱。

经过多方面的努力,在平时的教学中主动与班主任、家长进行了交流和沟通,取得很好的效果,班主任开始慢慢地支持体育老师的工作,家长们也开始主动联系,主动关心孩子的学习态度和训练情况。

总之,在平时的教学中,体育老师和家长之间的联系比较缺乏,双方之间没能够取得相互联系和交流,造成了一系列问题。作为一名体育老师,在发现这些问题之后,我们应该试着来解决这些问题或者改变目前的状况。针对之前出现过的一系列案例,在之后的训练中要学会试着去解决问题,主动和家长取得联系和交流,做好家长的思想工作,及时向家长反馈学生的表现情况,和家长共同处理一些学生问题,促进学生共同进步。

教、练、赛结合,提升儿童游泳技能

海盐县六里小学 陆飞越

想要在体育项目上不断勇攀高峰,不仅需经过教师的指导、日常的训练,还要比赛的强化,才能进一步掌握技能,提升自己的身体素养。接下来,笔者从教、练、赛三方面结合来分析一下儿童游泳技能提升的方法。

通过教、练、赛结合,培养学生的体育品质。首先,在游泳训练过程中加强对儿童综合力培养的重视,将其作为一条教学准则纳入儿童游泳训练目标中,从而引起教师和家庭以及儿童自己的重视。学校要定期对教师关于如何培养儿童的意志品质以及综合力进行培训和交流,提升体育教师教学方式方法的创新改革力度。体育老师应定期进行研讨交流总结经验,解决在实际教学中出现的新问题,进一步提升教学质量。

此外,训练过程中加强对儿童的意志力的培养。游泳教学中可以有分层教学,因材施教,让每一个儿童都有合理的挑战,通过自身努力克服困难和挫折,对体育活动有不同认识,同时提升身体素质。

通过教、练、赛结合,制定有效的目标和合理的评价。教师应该根据儿童个体的差异和实际课标的要求提前设计游泳目标,制定有效计划,根据儿童不同心理特征和能力去设置不同的要求,在尊重儿童的个性特点的基础上制定相应目标。只有符合儿童实际情况的教学目标才能提升教学质量,取得理想的教学效果。

其次,训练过程中进行有效评价和制定选拔策略。在游泳训练过程中教师对孩子的评价也是不容忽视的一方面。从儿童的表现出发,不管是从技能还是态度出发,都要以促进儿童发展为目的,给儿童给予一定的适当的评价,方法要多样化要创新化。另外,要对儿童游泳比赛进行合理评价。教师可以设计符合小孩子年龄特点和性格特点的游泳学习方式,比如在体育课中,可以进行游泳创新比赛,获胜的队伍可以得到一定的奖励,一方面可以增强他们参与游泳的积极性,一方面可以培养他们的综合能力。

通过教、练、赛结合,重视儿童的心理教育。兴趣是最好的导师,为了激发儿童学习游泳的动力,教师应该采取灵活多变的教学方法调动儿童的积极性。在游戏中进行教学会改变儿童的态度,对游泳的学习兴趣也会很浓厚,儿童的压力也会得到更好的释放,整个身心都会得到一种解放,从而提升了对身体的锻炼。还要建立和谐的师生关系,转化儿童不良心理,促进教学的有效性。分析儿童赛前的心理并进行指导同样至关重要,儿童在游泳比赛前容易出现紧张情绪和急躁心理,最后不仅导致比赛过程心不在焉,也让比赛丧失了原有的意义。偏重比赛结果而忽视过程,这是儿童教学过程中长期存在的问题。因此需要在比赛前后通过价值引导、爱心引导、兴趣引导、目标引导、环境引导等方式,引导儿童克服心理障碍。

在儿童游泳技能的提升方面,教、练、赛是重要的手段,只有这三者相结合,做好儿童游泳比赛活动中的各种思想工作,帮助他们克服心里障碍,才能让素质教育在游泳教学这块园地中开出鲜艳的花朵,结出丰硕的果实。