

试论中小学阳光体育大课间个性化模式探究

党占维

阳光体育背景下,中小学大课间体育个性化模式的顺利开展要与活动内容、形式的设计紧密相关,因此对于中小学校来说,要贯彻“健康第一”的阳光体育大课间个性化发展理念,不断地丰富大课间个性化体育活动,在提升中小学生锻炼意识的同时,促进中小学生德智体美劳全面发展。但是,由于不同学校的体育教学资源的配置不同,加上受到教学环境的制约,如何提高大课间个性化体育教学活动目标的实现,促进中小学生参与的积极性与主动性成为研究的重点。鉴于此,本文将重点探讨阳光体育背景下,中小学大课间个性化模式应用策略,供参考。

一、中小学阳光体育大课间运动模式发展现状

自从阳光体育理念引入到中小学大课间运动中,学生们参与的积极性较高,各个地区的教育教学主管部门也确保和开展了每日活动 1h 的体育教学目标,而大课间是应用最广泛的模式之一。但是,随着体育教学改革的逐步深入,加上中小学生对大课间活动内容要求的不断提高,导致大课间体育运动模式与学生参与的需求和爱好存在不匹配的问题,如何解决这些问题,引导中小学生保持可持续的积极性,成为研究的重点和热点。

从目前看,大部分中小学在大课间体育运动开展的过程中大都采用国家提供的广播体操,少部分学校采取了特色化的体育项目。从大课间的活动内容上看,城镇区域的学校在大课间体育运动内容上较乡村学校更加丰富,体育特色学校较普通学校丰富,通过实际调研还发现,大部分学生个体都认为大课间活动的内容相对单一,与自身的期望相差较远。而对大部分中小学生对喜爱的大课间运动项目进行调研得出,最喜欢的大课间运动主要有羽毛球、篮球和健身操等,而具有民族传统元素的跳绳、踢毽子和陀螺等项目。由此可看出当前中小学大课间体育活动内容与学生期望存在一定偏差。

二、中小学阳光体育大课间个性化模式应用策略分析

1. 中小学阳光体育大课间活动内容选取

结合当前中小学阳光体育发展现状,综合大课间体育活动内容,设计和构建大课间体育活动互动式框架和模式,对于提高学生运动技能,养成良好的运动习惯具有重要意义。因此,为了实现大课间体育活动的不断丰富化,挑选出中小学生对喜爱的大课间体育运动项目,本文从室内和室外分别总结和挑选出中小学生对喜爱的阳光体育大课间活动内容。其中室外活动内容主要包含有:体操类,如广播操、韵律操、列队操、啦啦操等;舞类,如集体舞、民族舞等;民间传统体育项目,如武术、陀螺、跳绳踢毽子等;球类运动如篮球、排球、乒乓球等。室内活动内容主要包含有:操类,如眼保健操、原地操和椅子操等;游戏类,如角力、反应等;室内拓展类,如攀岩、桌球等。

2. 不同大课间个性化模式的融合开展

①小集体模式。主要采取分开与合并的模式,以班级、年级单位为主,在传统教学模式的基础上,选取某一项核心的体育活动内容展开,主要让中小学生能够高效掌握相关体育活动内容,科学合理地设计活动内容、活动时间及次数等,在小集体大课间活动模式应用中,主张学生获取成就感为主。

②小群体模式。此模式下,需要中小学生进行自由组合,主要的活动理念上让中小学生能够自由组合,在参与大课间体育活动的过程中能够相互交流、相互沟通,通过相互帮助,不断提高参与体育运动的积极性和兴趣等。

③分散模式。作为一种相对宽泛的运动模式,可建立基于“自主学习”“学导式教学”,在此类型活动开展的过程中,应紧紧把握住学生的学习现状和学习习惯,在每次大课间活动开展之初,老师都要积极询问学生有何疑问,然后针对性地进行高效解答,并在下一次活动开展的过程中进行验证,制定定期提醒中小学生的目的。

此外,还要建立阳光体育运动背景下的大课间体育活动评价机制,可由专职体育教师和班主任分别作为评价小组的成员,构建组长制,及时统计参与的学生人数、出勤人数和对应的活动情况等,并对所有的学生进行计分,开展总评,并科学合理地评定班级评价指标体系。

三、结语

综上所述,阳光体育大环境、大背景下,中小学体育大课间活动的开展不仅要顺应素质教育理念,同时还要以提升大课间体育活动理念为核心,遵循“以人为本”的大课间体育活动原则,结合大课间体育活动开展的内外环境,合理规划场地、共享体育教学资源、创新体育活动形式和内容等,尽可能地保证中小学阳光体育大课间个性化模式的科学推广与应用。

(作者单位:陕西省榆林市第八中学)