



# 小学体育家庭作业结构化实施的策略\*

——以水平二“足球控球”单元为例

□ 孙建顺

**【摘要】**结构化布置小学体育家庭作业,有利于实现作业的育人价值。以水平二“足球控球”单元为例,教师通过“整体架构单元作业目标,多维设计单元作业内容,立体重建过程管理体系,有效构建多元评价体系”等策略,激发学生的主动性,让学生在完成作业的同时,加深对体育知识的认识,提升体育核心素养。

**【关键词】**小学体育;家庭作业;结构化;策略

体育家庭作业,是指学生根据体育教师的要求,在课外时间独立进行的体育锻炼与学习活动。<sup>[1]</sup>它是体育学习由课内向课外的延伸,也是校内学习成果向校外的推广与深化,更是落实“校外锻炼一小时”政策要求的一种重要方式。目前,全国各地都十分重视体育家庭作业,但各校在布置体育家庭作业时,还存在着一些问题:作业布置缺乏系统性;作业布置存在随意性;作业布置以碎片化技术练习为主,缺少结构化。这些情况严重影响着学生体育家庭作业的完成度。

《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》(以下简称《课程标准》)对知识技能学习提出了“结构化”的要求。布置体育家庭作业,也需要落实这一要求。体育家庭作业注重结构化有助于学生掌握完整的运动技能,使学生深刻了解知识与技能之间的逻辑联系,加深对单个技术与完整运动的理解。因为碎片化的练习无法使知识、技术、战术、规则、素质、体能之间形成关联。<sup>[2]</sup>同时,结构化的练习有助于提升学科育人价值。因为它关注整体性与系统性的思维,能够避免碎片化练习的弊端,突

出知识与技能在真实场景中的应用。下面就以水平二“足球控球”单元为例,阐述小学体育家庭作业结构化实施的策略。

## 一、整体架构单元作业目标

整体架构单元作业目标是有效实施小学体育家庭作业的前提。反观以往的体育家庭作业设计,往往存在着随意性与无序性,且效率不高。单元教学目标是单元作业目标的“指南针”,设计单元作业目标需要基于“四个性”<sup>[3]</sup>。第一,目标的关联性。作业是课堂教学的延伸与补充,作业设计需要基于课时目标与课堂教学内容。第二,学情的针对性。作业设计需要基于学生的学习情况与运动能力,既不能让学生觉得难度过大,失去学习的信心,又不能总是让学生重复练习,失去兴趣。第三,难度的层次性。教师需要全面关注学习能力强、中等、弱的三类学生,既要有面向全体学生的“基础作业”,又要有面向学有余力学生的“挑战练习”,还要有面向特殊学生的“个性作业”,让每一层次的学生都能找到适合自己的作业。第四,功能的整合性。作业设计不仅需关注运动能力,还需关注体育知识、健

\*本文系江苏省教育科学“十四五”规划2021年度重点课题“学习共同体视角下小学生课外体育作业模式的建构与实施”(课题编号:T-b/2021/23)和“运动技能结构化教学的设计与实践研究”(课题编号:T-b/2021/32)的阶段成果。



康行为与体育品德等,创造性地利用一个作业任务达成多维学习目标。

足球控球技术是《课程标准》目标体系下水平二的重要教学内容。教师可通过分析《课程标准》、核心素养、年段培养目标与教材要求等确定“足球控球”单元作业目标(如表1)。

表1

“足球控球”单元作业目标	
1.知道足球脚背正面射门、运球过人、传接球的动作要领,说出拉扯球员等犯规行为的判罚及相关足球战术名称,简要评价足球比赛	
2.能够完成运球过人、传接球、脚背正面射门等要求,能与同伴完成简单的技战术配合,产生足球运动兴趣,逐步形成战术意识	
3.养成遵守规则、团结拼搏的团队精神,提高与他人交流沟通的能力	

## 二、多维设计单元作业内容

多维设计单元作业内容是有效实施小学体育家庭作业的基础。传统作业设计过多关注技术与体能的练习,对足球的多元技术进行分解,让学生练习碎片化的技术。这样的作业不利于学生对整体技战术的掌握,学生的健康行为、体育品德等学科核心素养也难以得到提升。学习水平二“足球控球”单元之前,学生已经初步学习过基本的移动、原地运球、传接球与射门等技术,能进行一些简单的足球游戏。这为本单元教学与作业设计奠定了一定的基础。教师在设计“足球控球”单元作业时,需

要基于单元作业目标,打破围绕运球进行单一技术练习的桎梏,结合传球、接球、过人、配合、射门等技术,从基础知识与基本技能、技战术运用、体能、展示或比赛、规则与裁判方法、观赏与评价等方面对课时作业进行设计,使每样作业尽可能多地融合体育知识、比赛规则、品德培养等学科核心素养,激发学生对足球项目的学习兴趣,提升学生的整体认识(如图1)。

## 三、立体重建过程管理体系

过程管理是有效实施小学体育家庭作业的关键。目前,体育家庭作业的实施虽取得了一定成效,但囿于学生年龄和所处年段,也出现了“虚假作业”等不良现象,难以实现作业的预期效果。这主要是由学生与家长对作业的目的与意义认识不清、锻炼目标不明确、作业过程管理单一等造成的。因此,要实现精细作业的过程化管理,就需要重塑对作业的认识,建构多维立体的作业管理体系。

### (一)加强体育宣传,精准发力

体育家庭作业应重建“意义感”。教师要强化学生与家长对体育家庭作业的认识,可以通过召开家长会,发放宣传单,制作体育家庭作业海报等形式,让家长了解身体健康的重要性与体育锻炼的意义。针对认识不清、内驱不足的学生和家长,可以进行个别引导。

### (二)健全作业制度,规范管理

体育家庭作业应重建“制度感”。教师要建立

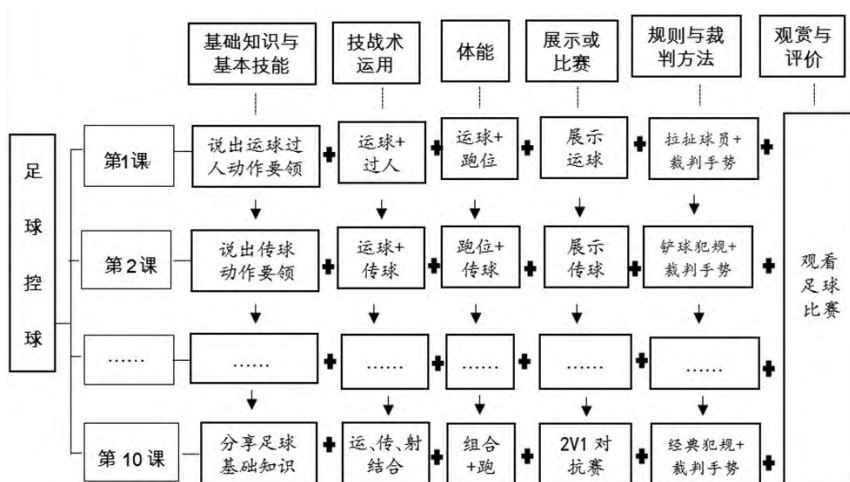


图1





庭作业中的重视程度较高,但一般多以横向对比评价为主,对纵向的“进步程度”的关注不够。由于学生存在个体差异,作业评价也应重点考查差异性问题,着重提高学生的运动积极性。教师应因材施教,针对不同个体,分层级设定要求,让每类学生都能在评价中找到努力的目标和方向。

二是关注健康行为。家长不是体育专业人士,无法为学生提供安全保障。因此,教师应教学生正确的热身方法,使学生学会预防损伤,消除疲劳,帮助学生树立安全意识。

三是关注体育品德。作业目标有三重境界,最低境界为提升运动能力,较高境界为培养行为习惯,最高境界为立德树人。目前的作业评价对学科育人方面的关注较少。教师需要关注体育精神、体育道德与体育品格,促使学生养成良好的行为习惯。当然,习惯的养成与品质的锤炼并不能一蹴而就,需要教师长期关注,持之以恒。

## (二)评价主体要多元

《课程标准》重视综合性学习评价,评价主体以体育教师为主,鼓励学生与家长参与评价,建立多元评价体系,发挥各主体的优势,更好地促进学生核心素养的提升。

一是教师评价。教师是小学体育家庭作业的设计者,负责监督与评价学生的作业完成情况。教师可围绕作业目标,通过调查问卷、课堂作业等了解学生的锻炼情况。具体可采用即时性评价、过程性评价与终结性评价相结合的方式,对学生的表现作出即时性评价,对作业的完成情况作出诸如过程记录、定期复盘等过程性评价,对作业学期或学年完成质量进行终结性评价。

二是学生评价。学生是学习的主体,因此建立以学生自评为基础,以学生互评为补充的学生评价机制十分重要。在实施学生评价时,需要明确告诉学生具体的评价标准,引导学生寻找差距。例如,教师可结合水平二“足球控球”单元“正脚背运球”作业技能制作评价量表并赋分,供学生在自我反思与同伴互评中参考(如表3)。

表3

动作要求	自然跑动	上体稍前倾	脚背绷紧	脚背正面推拨球	动作协调	合计
分值	10分	10分	30分	40分	10分	100分
等级	☆	☆	☆☆☆	☆☆☆☆	☆	
自评得分						
互评得分						

三是家长评价。家长是小学体育家庭作业实施的支持者、陪同者与协助者。家长参与作业的方式一般有三种,分别是陪伴式、裁判式与“家长式”。学习足球传球后,教师布置学生与家长一起进行足球传球游戏,发挥陪伴的作用。学习正脚背射门技术后,家长严格按照教师给出的动作要领与得分要点,对学生的动作质量进行评价,发挥裁判的作用。教师布置学生三分钟定距运球往返接力,让家长计时、记录运动成绩,发挥家长的作用。后期由教师收集运动数据,进行研究。

## (三)评价形式要多样化

多一把尺子,就多一份精彩。小学体育家庭作业评价形式的多样化可激发学生参与体育活动的积极性与主动性。

一是作业作品化。即将作业制作成图片或拍摄成短视频,并发到社交网络平台,让同学、亲人或网友进行点评。以踩球比多、射门有道、传球比准等为例,家长可以拍摄小视频并配上文字说明,发到学校指定的平台或者大众媒体平台,让学生从“别人的点赞”中获得认可与挑战更高水平的动力。

二是作业比赛化。即将小学体育家庭作业完成情况通过线上、线下两种比赛方式展示出来。第一种是线上比赛,将学生的锻炼情况发到网络平台,以网友点赞或者投票数量多者为优胜的方法进行比赛,也可以围绕同一项目,基于同一标准,以短视频来判断动作质量的优劣。第二种是线下比赛。小学体育家庭作业的完成情况可通过举行线下的专项活动进行展示,或将其纳入学校体育节,让每个学生的技能都有展示的平台。



# 美育融入道德与法治单元整体教学的策略

——以五年级上册“骄人祖先 灿烂文化”为例

□ 吴晓婷

**【摘要】**美育是“五育”的重要组成部分。小学道德与法治教材蕴含着丰富的审美元素,将美育融入道德与法治课程,有助于儿童在“拔节孕穗期”提升审美素养和道德修养。在《道德与法治》五年级上册第四单元“骄人祖先 灿烂文化”的单元整体教学中,教师“挖掘美育元素,进行分层设计;立足学生视角,开展美育教学;优化评价方式,促进美善合一”,让学生从不同的视角审视中华民族的美学积淀,鉴赏中华民族优秀传统文化之美,进行个性化的审美表达。

**【关键词】**道德与法治;美育;单元整体;教学策略

美育是“五育”的重要组成部分。中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》(以下简称《意见》)提出:美是纯洁道德、丰富精神的重要源泉。<sup>[1]</sup>美育与德育虽然承担着不同的育人任务,但在教学实践

中,两者如鸟之两翼、车之两轮,相辅相成,承担着协同育人的任务。可以说,美与德之间存在着深层的一致性。<sup>[2]</sup>小学道德与法治教材蕴含着丰富的审美元素,将美育融入道德与法治课程,有助于儿童在“拔节孕穗期”提升审美素养和道德修养。在单

三是作业积分化。即对平时作业情况进行累计。教师可组织家庭锻炼积分赛,把平时的锻炼情况折算成“运动币”,记入《体质健康成长册》,不定期交流,并予以表彰。积分可兑换学习用品,以此提升学生练习的兴趣,从而实现以体启智、以体育人的学科培养目标。

学校亦可开辟体育橱窗或开设校园网站体育板块,定期展示学生的体育锻炼情况,营造良好的体育氛围。

知识的生成不是割裂的。布置结构化的小学体育家庭作业,有助于厘清知识与技能的关系,加强知识与技能的系统性、关联性与应用性,让学生在完成作业的同时加深对体育知识的认识。学校应将校内与校外结合、线下与线上结合,重构立体多元的管理评价体系,让学生在完成作业的过程中

建构知识图谱,形成专项技能,提升核心素养。

## 参考文献:

[1] 顾明远. 教育大词典[M]. 上海: 上海出版社, 1998: 212.

[2] 徐庆涛, 曹强, 赵明, 等. 体育学科结构化教学的实践探讨[J]. 教学与管理, 2022(14): 57-60.

[3] 吴嗣勇, 顾德新. 单元教学视域下的体育家庭作业设计[J]. 体育教学, 2023(3): 28-30.

[4] 健康中国行动推进委员会. 健康中国行动(2019—2030年)[EB/OL]. (2019-07-15)[2023-08-09]. [https://www.gov.cn/xinwen/2019-07/15/content\\_5409694.htm](https://www.gov.cn/xinwen/2019-07/15/content_5409694.htm).

[5] 顾德新, 吴嗣勇. 基于“双减”背景下小学体育家庭作业的实施对策[J]. 体育教学, 2023(2): 36-39.

(江苏省常州市新北区孟河实验小学)