

家校联动模式下小学体育家庭作业实施策略

林木清

(福建省福安师范学校附属小学, 福建 宁德 355000)

摘要: 在现代社会中, 越来越多的人意识到学生的全面发展和身体素质的重要性。作为学生身心健康的重要组成部分, 小学阶段的体育教育扮演着至关重要的角色。为了推动小学体育教育的创新与发展, 家校联动模式下的体育家庭作业成为一种重要的实施策略。本文将探讨家校联动模式下小学体育家庭作业的意义、实施策略以及对学生身体素质的影响, 旨在为推动小学体育教育的创新与发展提供有益的启示和参考。

关键词: 家校联动; 小学体育; 家庭作业; 实施策略

【中图分类号】G812.5

【文献标识码】A

【文章编号】ISSN1002-879X(2023)17-247-03

《国务院办公厅关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》(国办发〔2016〕27号)的发布标志着中国政府对学校体育的重视和承诺, 对推动学生身心健康和全面发展起到了重要的指导作用。这一文件的实施对于提高学生的体育水平、培养良好的生活习惯以及促进学生全面发展具有积极的意义和影响。

一、小学生课外体育作业对学生身体素质的影响

(一) 提高学生身体健康水平

课外体育作业提供了额外的体育锻炼机会, 促进了小学生的身体健康水平的提高。通过参与各种体育活动和运动项目, 学生可以增加运动量, 促进心肺功能的发展和提升。同时, 体育作业也包括力量训练和灵活性练习, 这有助于增强小学生的肌肉力量、骨骼发育和身体柔韧性; 其次, 课外体育作业对小学生的体形调整和体重管理也起到了积极的作用。现代社会普遍存在青少年肥胖的问题, 而课外体育作业提供了额外的机会来进行体育锻炼, 有助于控制体重和调整体形。体育作业可以促进脂肪燃烧, 增加代谢率, 帮助小学生保持适当的体重和健康的体态; 课外体育作业还对小学生的协调性和灵活性的发展起到了重要作用。通过各种体育运动和技能训练, 学生可以提高身体的协调性, 加强肌肉协调和身体控制能力。同时, 体育作业中的柔韧性训练有助于增加关节的灵活性和运动范围, 降低受伤风险。

(二) 可以增强学生体质素养

课外体育作业可以帮助小学生增强耐力和心肺功能。通过有氧运动, 如跑步、跳绳等, 小学生可以提高心肺系统的功能, 增加氧气的摄入量, 从而提升耐力水平。此外, 定期进行有氧运动还可以促进血液循环, 提高小学生的心肺健康; 课外体育作业还可以增强小学生的肌肉力量和骨骼发育。力量训练是课外体育作业中的一个重要组成部分, 通过进行力量练习, 如俯卧撑、仰卧起坐等, 小学生可以增强肌肉力量, 改善体态, 促进骨骼发育。这对于保持良好的体形、增强身体的稳定性和协调性具有重要意义; 此外, 课外体育作业还可以提高小学生的灵活性和身体协调性。通过灵活性练习, 如伸展运动、瑜伽等, 小学生能够增加关节的活动范围, 提高身体的灵活性和柔韧性。这有助于预防运动损伤, 增强身体的协调性和平衡能力。

二、家校联动模式下小学体育家庭作业实施的意义

(一) 促进学生的全面发展

家校联动模式下的体育家庭作业可以拓展学生的学习领域。在家庭作业中, 学生可以接触到丰富多样的体育活动和运动项目, 不仅有体育课堂上学习的内容, 还可以通过家长和学校的引导, 了解更多不同类型的体育运动和技能。这样的拓展可以帮助学生发掘自身的兴趣和潜能, 培养多样化的技能, 实现全面的发展; 其次, 家校联动模式下的体育家庭作业注重个体差异和学生的个性化需求。家长与学校建立紧密联系后, 可以更好地了解学生的兴趣、能力和特点, 根据个体差异制定相应的体育作业。这有助于满足学生的个性化需求, 让每个学生在家务作业中得到充分的发展和表现机会。个性化的体育作业能够激发学生的学习热情

和动力, 提高学习的效果和成果。

(二) 加强家庭教育与学校教育的互动

家校联动模式下的体育家庭作业强调了家庭教育与学校教育的互补性, 家长在家庭作业中扮演着指导者和支持者的角色, 通过与学生的互动和交流, 了解他们在体育作业中的困难和需求。家长可以根据学生的特点和能力, 提供个性化的指导和支持, 帮助他们更好地完成作业任务。这种家庭教育与学校教育的互动促进了学生的全面发展, 使学校的教育更加贴近学生的实际需求。

此外, 家校联动模式下的体育家庭作业加强了家长对学生学习的关注和参与度, 家长通过与学生共同完成体育作业, 了解他们的学习进度和困难, 并给予相应的指导和支持, 这种参与度的提升使家长更加关注学生的学习情况, 更加了解他们的兴趣、优势和需求, 从而能够更好地帮助他们规划学习目标和发展方向。

最重要的是, 家校联动模式下的体育家庭作业加强了学校教师与家长之间的合作。教师与家长密切配合, 分享学生的学习情况和进展, 共同制定学习目标和计划。教师可以提供专业的指导和反馈, 指导家长在家庭作业中的教育实践。这种合作促进了学校教育和家庭教育的有效衔接, 为学生的全面发展提供了更有力的支持。

(三) 可以培养良好的学习习惯和价值观

家校联动模式下的体育家庭作业促使学生形成良好的学习习惯。通过家庭作业的指导和要求, 学生需要按时完成任务, 培养了他们的自律性和责任感, 他们学会了规划时间、合理安排学习任务, 养成了按部就班、有计划地完成作业的习惯, 这种培养的学习习惯对学生在其他学科和学习领域的发展具有重要影响。

其次, 家校联动模式下的体育家庭作业培养了学生的团队合作和竞争意识。在一些体育作业中, 学生可能需要与家长或其他家庭成员一起完成任务, 这要求他们进行合作与协作。通过与家人的合作, 学生学会了倾听他人的意见, 理解和尊重他人的观点, 并共同努力完成作业。此外, 体育作业还可能涉及一些竞争性的活动, 激发学生的竞争意识, 培养他们积极面对竞争、团队合作和公平竞争的价值观念。

三、家校联动模式下小学体育家庭作业实施的策略

(一) 组建课题组开展新课程改革相关理论学习

组建课题组开展新课程改革相关理论学习是为了深入理解和应用新课程改革的理念和原则, 从而在家校联动模式下设计和实施具有创新性和实效性的小学体育家庭作业。课题组可以由学校教师、家长和相关专家组成, 共同学习和研究国内外有关家校联动模式下小学体育家庭作业的最新研究成果和经验。通过深入学习和探讨, 课题组成员可以了解新课程改革对小学体育教育的要求和期望, 掌握有效的实施策略和方法, 为小学体育家庭作业的创新和发展提供理论支持和指导。

一个具体的例子是, 某小学为了提高小学生的体育学习效果, 决定在家校联动模式下实施体育家庭作业, 并组建了一个课题组来开展相关的理论学习和研究, 在课题组成员中, 包括学校的体育教师、家长代表和教育专家。他们通过定期的研讨会和学习小组, 共同学习和讨论有关

家校联动模式下小学体育家庭作业的理论知识和研究成果。他们阅读国内外有关课题的研究论文、教育部文件以及相关的学术著作，了解最新的研究动态和实践经验。此外，他们还参加相关的研讨会和培训课程，与其他学校和教育机构的专家进行交流和分享。

在学习和研究过程中，课题组成员共同探讨了家校联动模式下小学体育家庭作业的意义、目标和实施策略。他们深入研究了家庭作业的设计原则和方法，探讨了如何根据学生的特点和需求制定个性化的作业任务，以及如何与家长进行有效的沟通和合作。此外，他们还学习了如何设计有效的评估和反馈机制，以及如何借鉴国内外成功经验来改进实施策略。

通过理论学习和研究，课题组成员深入了解了新课程改革对小学体育教育的要求和期望，了解了家校联动模式下小学体育家庭作业的重要性和潜在影响。他们通过对实际学校和学生的调研和观察，发现家庭作业对学生的身体素质、学习习惯和价值观的培养具有重要意义。在学习和研究的过程中，课题组成员还相互分享了各自的实践经验和教学方法，提出了一些切实可行的建议和措施，如通过家长会议、在线平台等建立有效的家校沟通渠道，提供个性化的作业选择和支持，以及加强与家长的合作等。

这个例子充分体现了通过组建课题组开展新课程改革相关理论学习对于家校联动模式下小学体育家庭作业实施的重要性和价值。理论学习和研究不仅为实施提供了理论支持和指导，还为课题组成员提供了交流和合作的平台，促进了教师、家长和专家之间的互动和共同进步。通过这样的学习和研究，课题组能够更加深入地了解和应用家校联动模式下小学体育家庭作业的实施策略，为小学体育教育的创新和发展做出积极贡献。

（二）全面实施研究，进行教学实验阶段

全面实施研究和进行教学实验阶段旨在通过实践验证和数据收集，评估家校联动模式下小学体育家庭作业的实施效果和影响，为实施策略的优化提供理论和实践支持。在这个阶段，课题组成员可以设计具体的实验方案和方法，选择一定数量的学校和班级来实施家校联动模式下的体育家庭作业，并收集相关的数据和信息。通过分析数据和评估结果，课题组成员可以了解家校联动模式对学生的学业成果、身体素质、学习动机等方面的影响，同时也可以发现实施中存在的问题和改进的空间。这些实践经验和数据支持将为进一步优化实施策略、制定相关政策和指导提供重要参考。

例如，某小学为了推行家校联动模式下的体育家庭作业，决定进行全面实施研究和进行教学实验阶段。在这个实验阶段中，课题组成员与几所小学合作，共同设计和实施家校联动模式下的体育家庭作业，他们首先明确了研究目标和问题，例如探究家校联动模式对学生身体素质提升的影响、家庭作业对学生学习动机的激发等。然后，他们制定了实验方案，确定了实验组和对照组，以便进行比较和评估。

在实验开始之前，课题组成员与学校教师和家长进行了充分的沟通和培训，解释了实验目的和内容，明确了家校联动模式下的体育家庭作业的具体要求和任务，他们还提供了指导和支持，帮助教师和家长理解 and 执行实验方案。

在实验过程中，课题组成员收集了学生的数据和信息，包括身体素质测量结果、作业完成情况、学生和家长的反馈意见等。他们还进行了定期的观察和访谈，了解学生在实施过程中的体验和感受，收集实际操作中的问题和困难。

通过数据分析和评估结果，课题组成员发现家校联动模式对学生的身体素质和学习动机有积极的影响。学生在实施家庭作业的过程中展现出更高的学习兴趣和积极性，他们的身体素质和健康水平也有所提升。此外，课题组还发现了一些实施中的问题和挑战，例如家庭作业的指导和支持不足、家长参与度的差异等，这些问题为优化实施策略提供了启

示和改进方向。

在实验结束后，课题组成员整理和分析了数据，撰写了研究报告，并向学校和相关教育机构进行了分享和交流。他们提出了一些建议和改进措施，例如加强家校沟通和合作、提供更具针对性的指导和支持等，以进一步优化家校联动模式下小学体育家庭作业的实施效果。

这个例子展示了全面实施研究和进行教学实验阶段对于家校联动模式下小学体育家庭作业实施的重要性和价值。通过实践验证和数据收集，课题组能够了解实施效果和影响，为进一步的优化和发展提供科学依据和实践经验。这种研究实验的过程也促进了教师、家长和专家之间的互动和合作，共同推动小学体育家庭作业的创新和发展。

（三）家校联动实施体育作业，对学生体质健康标准测对比

家校联动实施体育作业，对学生体质健康标准进行测对比是为了评估家校联动模式下小学体育家庭作业对学生身体素质的影响和效果。在实施过程中，课题组可以与学校、家长和相关专家合作，制定统一的体质健康标准和测量方法，在实施体育家庭作业的一段时间后，通过对学生的体质健康数据进行测对比，包括身体指标、体能测试和健康问卷等，来评估家校联动模式对学生身体素质的影响。这样的对比可以帮助课题组了解体育家庭作业的实际效果，并为进一步优化实施策略提供指导和依据。

例如，某小学在家校联动模式下实施体育家庭作业，并通过对学生的体质健康标准进行测对比来评估实施效果。在这个例子中，课题组与学校、家长和健康专家合作，制定了一套综合的体质健康标准和测量方法。这些标准和方法包括身体指标的测量（如身高、体重、体脂率等）、体能测试（如跳绳、仰卧起坐、立定跳远等）以及健康问卷调查（关于饮食习惯、睡眠状况、运动频率等）。在实施体育家庭作业之前，课题组对参与实验的学生进行了体质健康测试，并记录了相关数据。

接着，学校在家校联动模式下实施体育家庭作业，包括作业任务的设计、作业内容的安排以及与家长的沟通和指导。学生在家中根据作业要求进行体育活动和运动锻炼，并在规定的时间内完成作业任务。在此期间，学校教师和家长共同提供指导和支持，确保作业的顺利实施。

一段时间后，课题组再次进行体质健康测试，并与之前的测试结果进行对比。通过对比学生在实施体育家庭作业前后的体质健康数据，课题组可以评估家校联动模式对学生身体素质的影响和效果。

例如，在体能测试方面，课题组发现，在家校联动模式下实施体育家庭作业后，学生的跳绳次数和仰卧起坐的数量有所提升，这表明体育家庭作业对学生的身体素质有积极的影响。此外，通过健康问卷调查，课题组还了解到学生在实施体育家庭作业期间，普遍表现出更好的饮食习惯和睡眠状况，有更高的运动频率和积极的生活态度。

基于这些评估结果，课题组可以进一步分析影响因素，了解实施过程中的成功经验和面临的挑战，并提出改进策略。例如，课题组可以根据数据结果，针对性地调整家校联动模式下的体育家庭作业任务，使其更加符合学生的需求和实际情况。他们还可以通过分享评估结果和经验，与其他学校和教育机构进行交流和合作，共同推动小学体育家庭作业的发展和创新。

这个例子充分展示了家校联动实施体育作业，对学生体质健康标准进行测对比的重要性和价值。通过评估家校联动模式下小学体育家庭作业的实施效果，可以了解其对学生身体素质的影响，并为进一步优化实施策略提供指导和依据。这样的策略帮助学校和家长更好地关注学生的身体健康，促进学生全面发展。

（四）根据实践总结，撰写经验总结形成研究成果报告

根据实践总结、撰写经验总结形成研究成果报告是为了系统记录和分享家校联动模式下小学体育家庭作业的实施经验、成果和教训。在实施过程中，课题组可以定期组织会议和研讨，与教师、家长和专家共同总结实践经验，分析实施效果，发现问题和改进方向。在总结的基础上，

课题组可以撰写研究报告,包括实施策略、教学方法、家校合作等方面的详细介绍,并分享给其他学校和教育机构,以促进家校联动模式下小学体育家庭作业的创新和发展。

例如,某小学在家校联动模式下实施体育家庭作业,并根据实践总结撰写了经验总结形成研究成果报告。在这个例子中,课题组定期组织会议和研讨,与学校教师和家长共同总结实践经验,并分析实施效果。他们回顾了家校联动模式下的体育家庭作业实施过程,讨论了教学方法、作业设计和家校合作等方面的问题和经验。通过讨论和交流,课题组成员从教师和家长的角度了解了实施过程中的挑战和困难,也发现了一些成功的实施策略和教学方法。

在总结实践经验的基础上,课题组成员开始撰写研究报告。他们详细介绍了家校联动模式下体育家庭作业的实施策略,包括作业任务的设计原则、家校合作的具体方式和教师的角色定位。他们还描述了教学方法,如如何鼓励学生的参与和积极性、如何给予适当的指导和反馈等。此外,课题组还分享了一些成功的案例和实践经验,如与家长建立有效的沟通渠道、提供个性化的指导和支持等。

在撰写研究报告的过程中,课题组成员结合实际案例和数据进行分析 and 讨论。他们从学生的角度评估了家校联动模式下的体育家庭作业的效果,包括学生的学习成果、身体素质的提升和学习动机的激发。他们也实施过程中的问题和挑战进行了反思和总结,并提出了改进的建议和措施。

完成研究报告后,课题组成员向学校和相关教育机构分享了研究成

果。他们组织了专题研讨会和培训班,向其他学校和教育从业者介绍了研究报告的内容和实施经验。通过分享研究成果,课题组促进了学校之间的合作与交流,为其他学校和教育机构提供了借鉴和参考的资料,推动了小学体育家庭作业的创新和发展。

这个例子充分展示了根据实践总结、撰写经验总结形成研究成果报告的重要性和价值。通过系统记录和分享家校联动模式下小学体育家庭作业的实施经验和成果,可以为其他学校和教育机构提供借鉴和参考,促进实践的优化和发展。这种策略帮助学校和教育从业者更好地了解家校联动模式下的体育家庭作业,共同推动教育改革和学生的全面发展。

四、结束语

在“家校互动”模式中,实施“家校互动”是提高学生体质,促进学生全面发展的一项重要措施。透过家校紧密的关系,我们可以让孩子有更多的时间参与到运动中来,并借此提升孩子的运动能力及身体素质,让孩子养成良好的学习习惯及价值观念。通过这种实践,可以持续地促进小学体育的发展,为学生的身心健康、全面成长打下坚实的基础。

参考文献

- [1] 李凌风. 家校联动视野下小学体育家庭作业设计与实施研究[J]. 中国科技经济新闻数据库教育, 2022(8):3.
- [2] 董国永,刘特王,先茂,卓贞梅. 小学生体育家庭作业的实施现状及发展策略[J]. 体育学刊, 2022, 29(5):108-114.
- [3] 祖保全,丁槐人,来应红. 小初高一体化运动能力培养的教学策略[J]. 北京教育(普教版), 2021(8):100.

(上接第246页)学生需要进行一些准备工作,如研究活动相关知识,制定计划和时间表,联系相关的机构或社区组织等。强调团队合作的重要性,让学生明白每个人的贡献都是不可或缺的。在活动当天,学生需要按照计划展开行动。鼓励学生互相合作、分工合作,确保活动的顺利进行。提醒他们密切关注和照顾活动对象的需求,并尽量在活动中传递积极的价值观。活动结束后,组织一次回顾总结会议,让学生分享他们的感受和体验。讨论他们在活动中遇到的问题,以及如何更好地合作和改进。鼓励学生总结经验教训,并提出改进建议,为未来的活动积累经验。

5 结语

总之,小学体育教学中培养学生的合作意识是非常重要的,不仅有

助于他们在体育课中取得更好的成绩,更重要的是对他们的整体发展具有积极的影响。通过采用合适的方法和活动,可以促进学生的合作意识的培养,并提高他们的团队合作能力。因此,教师应该注重培养学生的合作意识,为他们提供更多合作的机会,使他们能够在团队合作中得到成长与发展。

参考文献

- [1] 马小红. 素质教育理念下小学体育教学中学生合作学习意识的培养[J]. 新课程, 2022(40):58-60.
- [2] 廖小琴. 浅析小学体育教学中学生合作意识的培养[J]. 教育艺术, 2022(3):33.
- [3] 颜亮亮. 小学体育教学中学生竞争与合作意识的培养路径探索[J]. 学周刊, 2022, 8(8):159-160.
- [4] 蔡金珍. 小学体育教学中培养学生合作学习意识的策略探究[J]. 家庭教育研究, 2022(10):82-84.
- [5] 骆宇翔. 小学体育教学中学生竞争与合作意识的培养路径探索[J]. 体育画报, 2022(5):223-224.

(上接第244页)予学生反馈,无论是在课堂上还是作业中。反馈应该具体而明确,指出学生做得好的地方,并提供改进和进一步发展的建议。教师可以提供口头反馈、书面评价或个别指导等方式,以满足学生的不同需求。教师应该在个性化的辅导和反馈中注重积极的鼓励和肯定。通过赞扬学生的努力和成绩,在学生的自信心和学习动力上起到积极的促进作用。同时,也要鼓励学生持续努力和挑战自己的学习能力。个性化的辅导和反馈应该与学生的兴趣和需求相结合,以激发他们对学习的兴趣。教师可以根据学生的兴趣爱好和目标,提供有针对性的学习材料和活动,以增加学生的学习动力和主动性。

结束语

在高中体育教学中,分层教学法可以有效地激发学生的学习兴趣 and 动机,并提供个性化的支持和指导。总之,分层教学法在高中体育教学

中的有效运用可以激发学生的学习兴趣 and 动机,并提供个性化的支持和指导。教师可以根据学生的能力水平和需求,设计不同难度的任务,进行分组活动,并采用个性化的指导和多元评价方式来促进学生全面发展。同时,分层教学法也有助于激发学生的创造力和领导力,培养学生的团队合作意识和沟通能力。

参考文献

- [1] 张中伟. 分层教学法在高中体育教学中的有效运用[J]. 当代教育科技, 2019, 9(3):136-137.
- [2] 谢清. 高中体育教学实现全体学生共同发展的策略[J]. 广西教育(中等教育), 2019(11):161-162.
- [3] 王旭. 分层教学法在小学体育教学中的应用[J]. 体育风尚, 2019(10):198.
- [4] 王红. 探究高校差异化体育教学的改革与实践[J]. 当代教育科技, 2019, 9(27):99-100.
- [5] 夏前美,金和军. 分层教学法在高中体育教学中有效运用策略分析[J]. 新课程, 2020(52):218.
- [6] 杜忠杰. 分层教学法在高中体育教学中有效运用策略探讨[J]. 中国多媒体与网络教学学报(下旬刊), 2020(05):208-209.