

# “互联网+教育”背景下小学体育线上教学初探

刘 帅

(深圳市福田区梅华小学, 广东 深圳 518049)

**摘要:** 2020年1月27日《教育部关于2020年春季学期延期开学的通知》让我们“宅”于家中过着“超长版寒假假期”。但是,教育部要求教育教学工作不能停,课堂从线下转为线上,这种上课形式对老师们来说,也是一种全新的挑战。根据梅华小学教育教学目标,按照“停课不停教、停课不停学、停课不停练”要求,充分考虑学生在长期居家隔离情况下,精神、情绪、身心健康等问题。梅华小学体育科组不忘教育使命,责任于心、担当于行,踏上“云端”践行“以体育人”,让梅华学子漫步“云端”,参与体育运动,锻炼身体。

**关键词:** 以体育人; 线上教学; 强身健体

【中图分类号】G623

【文献标识码】A

【文章编号】ISSN1002-879X(2023)17-186-02

随着互联网技术的蓬勃兴起,线上教学(也被称为在线教育)已成为当下一种重要的、常态化的教育形式。线上教学也被称为在线教育或网上学习,是指在网络虚拟空间的基础上,将现有的科学技术、计算机软件、网络教学平台等与课程教学相结合,利用现代网络技术组织教学活动。2020年1月27日《教育部关于2020年春季学期延期开学的通知》让我们“宅”于家中过着“超长版寒假假期”。但是,教育部要求教育教学工作不能停,课堂从线下转为线上,这种上课形式对老师们来说,也是一种全新的挑战。根据梅华小学教育教学目标,按照上级“停课不停教、停课不停学、停课不停练”要求,充分考虑学生在长期居家隔离情况下,精神、情绪、身心健康等问题。梅华体育科组不忘教育使命,责任于心、担当于行,踏上“云端”践行“以体育人”,让梅华学子漫步“云端”,参与体育运动,锻炼身体。

## 1 “以体育人”强身健体——“育体”

由于学生居家生活学习,活动空间受限,身体活动次数减少、久坐与观看电子产品时间增多,就容易出现肥胖、体能下降、免疫力下降、视力不良等问题。根据实际情况,为了梅华1548名学子身心健康发展,激发学生居家锻炼的兴趣,增强体质,强身健体。

首先在课程选择上,针对强身健体,梅华小学树立了健康第一,全面发展的教育理念,开齐开足体育课。在校领导的科学规划,周密部署,精准施策下,体育科组老师依托《义务教育体育与健康课程标准(2011年版)》与校本课程相结合的原则,帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。低年龄段1—3年级趣味性强、运动项目为主如:改编《五禽戏健身操》《简易武术组合操》《亲子游戏类》等项目结合柔韧、平衡、协调、速度、力量等身体素质练习。高龄段4—6年级实操性较强、韵律性较强有挑战性的运动项目如:《健身操》《武术》《球类练习》《韵律操》等项目结合力量、速度、协调、平衡、柔韧等身体素质练习。

其次,在“云端”体育教学中坚持落实“三基”育人,“三基”即体育基础知识、体育基本技术和体育基本技能。“三基”是学校体育教学的基本任务所在,即锻炼身体、增强体质;学习体育基本知识和基本技能;对学生进行思想教育、锻炼健全人格。梅华体育科组8位体育老师通过视频会议,集思广益,在教学内容和形式上下功夫,针对“三基”育人,每一位体育老师,都亲自讲解、示范,录制了适宜学生“云端”学习,居家运动视频,同时通过各种途径收集适合各年级段的运动项目和课程“云端”资源,以保障梅华1548名学子,在“云端”乐享体育锻炼。

## 2 “以体育人”强身健体——“育心”

在“以体育人”云端教学实践中,针对不同年龄段学生身心发展特点。教学实践中要注重学生的参与性,培养学生的自信心。为了解决“云端”教学反馈机制滞后,体育科组老师通力合作,积极配合,采取视频集体备课制,以确保教学内容设计合理化,运动强度、负荷设计、教授内容难度安排要循序渐进、避免急进、急退或急停、由易到难、由简到繁、强度逐渐增强。以培养学生自信心和意志力。如《武术操》《韵律操》《健身操》等实操性强的项目,在“云端”教学中,录制教学视频采取多个

示范面,对每一个动作环节进行剖析,由慢到快、由分解、分段演练到整体演练、由节拍缓慢到配乐练习,让学生在“云端”学习中体会到体育锻炼的快乐与成长(收获),不仅增强体质,还潜移默化地提升学生自信心,从而达到“育心”之目的。

## 3 “以体育人”强身健体——“育德”

伟人毛泽东曾在《体育之研究》一文中阐述“体育之效,在于强筋骨,因而增知识,因而调感情,因而强意志。筋骨者,吾人之身,知识、感情、意志者,吾人之心,身心皆适,是谓俱泰。”这一精辟论述揭示了体育与德育的内在联系。在“以体育人”“云端”教学实践中,在教学形式的选择上,注重学生全面体验。为了激发学生居家锻炼的兴趣,参与体育锻炼,同时增进孩子和父母之间的沟通、配合、交流。梅华1548名学子,于4月13日至17日相聚“云端”竞赛,2020年梅华小学第四届体育健康节——乐锻炼、强体魄、递温情”为主题的居家亲子运动会。各年级比赛项目如下:一年级比赛项目:亲子游戏(开合跳)、二年级比赛项目:亲子游戏(翻山越岭)、三年级比赛项目:踩点舞、四年级比赛项目:十字交叉跳、五年级比赛项目:韵律操《燃烧我的卡路里》、六年级比赛项目:《健身操》。第四届体育健康节,“云端”竞赛在全体梅华班主任的大力组织下,家长朋友们的积极支持配合下,成功地落下了帷幕。生命在于运动!“云端”居家运动会,展示了梅华学子延期开学“云端”学习实践居家锻炼的成果。通过“云端”居家亲子运动会,不仅锻炼了学生的意志品质,增强了体魄,培养了学生规则意识,诚信意识;更传递出孩子与父母之间无限的爱和幸福。锻炼了学生的沟通(家庭成员之间)能力以及人际(家庭成员之间)协调能力;同时还锻炼了学生责任意识与团队合作意识。梅格竞立,尚美韶华!梅华人用实际行动,诠释着人民教师神圣的使命:立德树人,让梅华每一棵幼苗快乐健康成长!

## 4 “以体育人”坚守育人职责,严守师德师风

作为教师要牢固树立,教书育人的责任意识,为了传承梅华“用爱育人,用心做事”的职业精神,演绎年轻“尚美”教师主播的故事。为了提高网络“云端”教学质量,积极探索信息技术与体育教学的深度融合,使线上教学进一步优化,把关质量,体育科组根据学校工作安排,推荐刘帅老师于“云端”之上,“主播”了一堂生动、精彩、有趣,深受学生喜爱的武术公开课,课后体育科组全体教师积极参加网上评课,并形成总结。

## 5 体育空中课堂在线教学实践分析

### 5.1 提问互动,明确主题

在组织开展体育空中课堂之前,体育教师需要提前对课程标准予以研读,清楚了解空中课堂的教学目标和教学重难点,结合本课教学内容把握关键教学环节。由于学生居家学习会在一定程度上受到场地以及器材的制约,教师可合理降低学习难度,制定有针对性的在线学习目标,营造师生互动的学习情境,对居家体育锻炼可能出现的扰民等问题做好充足预案,在师生有效互动的过程中提升教学效率。通过设计问题来引导学生积极参与到课堂互动中来,组织进行自主学习探究活动,激发学

生思维积极性,让他们能够对本节课的教学内容有充分掌握。

### 5.2 作业互动,及时反馈

在线教学过程中,体育教师需要对学生上节课的体育锻炼作业完成情况实施客观评价,借助于信息反馈和学生进一步连线互动,充分尊重不同学生之间的差异,真正做到因材施教,促进在线教学针对性和实效性提升,让学生能够主动参与到课堂活动中来。在教学过程中,针对学生在课后体育锻炼时存在的普遍性问题予以集中讲解与视频展示,让学生清楚动作要领。另外还可以将学生进行课后体育锻炼的视频上传到班级群,有效调动其居家锻炼的积极性。

### 5.3 学练互动,巩固提高

按照班内学生的学习基础以及居家锻炼的特点对课堂教学流程予以设计,比如说我们可以通过学一学、练一练、比一比、评一评等方式开展教学。体育教师可借助于“双屏同播”的方式来为学生直播讲解,帮助学生更为清楚地看到动作细节,借助于有效的练习互动来让学生掌握体育技能,促进教学效率提升。同时组织学生练习的过程中可以利用随机“摇号”的方式来抽取学生一对一连线,要求学生通过视频进行动作展示和知识要点回答,教师第一时间对其予以点评及纠错,提升练习效果,也能够有效激发学生参与互动的主动性,进一步巩固在线课堂知识内容。如针对掷球入框这一动作,采取随机摇号的方式和学生连线,了解到学生使用手腕发力予以投掷,没有做到肩上屈肘,我们能够第一时间发现问题并及时对其进行动作指导,学生纠正后再次完成几个动作,规范性得以极大提升,也帮助了其他同学了解到动作要领。另外在组织比一比活动时,师生进行连线互动,模拟线下课堂活动,引导学生在学中玩、玩中评,师生之间能够充分沟通交流。同时在趣味游戏环节,我们借助于多媒体软件进行跑酷游戏,要求学生按照屏幕中的动画提示以及教师发出的口令,通过跑、跳等基础动作来完成相应的任务,不但有效确保了学生在家的运动量,还让线上教学变得更具有趣味性,但在游戏过程中要时刻提醒学生注意安全,避免扰民。

### 5.4 语言互动,有效激励

在组织开展线上教学的过程中体育教师能够设计互动性较强的语言来激励引导学生,譬如说:同学们咱们一起来玩好吗?大家可以跟着老师的动作自己试一试吗?老师做完了,你们呢?时间还有30秒,大家继续加油!同时可以通过班级体育小明星这一荣誉榜来对表现好的学生进行鼓励,也能够发挥出激励其他学生的作用。最后我们还可以基于问题引导要求学生一边思考一边体验,进一步促进线上互动实效性的提升,不断深化学生在线学习体验,促进教学质量提高。

### 5.5 游戏互动,提质增趣

在线上教学时,我们设计了“快乐风车转盘”的体验游戏,转盘中分别写下了体育锻炼活动(跳绳、仰卧起坐等)、家务劳动、亲子游戏、教师任务等不同的内容,随机抽取学生连线互动,学生按照教师指引来“转动”大风车转盘,最终完成指针指示的内容。借助于这样一种充满趣味性和期待感的游戏,不但能够显著调动学生参与线上互动的积极性,

还能够玩耍的过程中进行体育锻炼,让线上教学的形式与内容更加多元化,促进教学质量提升。

### 5.6 作业设计,自主健身

体育教师要结合本课的教学内容在完成线上教学之后为学生合理设计锻炼任务,确保他们能够保证基本的居家运动量,逐步培养学生参与体育锻炼的意识。同时要提示学生做好下节课学习的准备,在居家进行体育锻炼时注意安全并开展好个人防护,和线上学习形成闭环,将体育锻炼渗透到线上和线下的各个环节。

### 5.7 案例反思

基于体育课程教学自身的独特性,我校积极探索探究空中课堂教学模式,本案例对空中课堂线上教学的各个环节予以优化设计,借助于直播软件的连线互动功能,组织开展丰富多样的趣味性游戏,进一步强化了学生的线上学习体验,促进教学效率提升。在实际教学中,教师可以第一时间对学生予以指导和鼓励,对学生实施科学客观的评价,帮助其规范体育动作,掌握体育技能。在趣味性游戏的设计和开展过程中,学生还能够与家长、教师共同互动,有效保障学生居家运动量,实现线上体育学习与线下居家锻炼的密切联系,提升在线教学质量。

另外,在空中课堂教学中我们发现,部分学生的注意力难以长时间集中、学生的自控性较差、教师的针对性指导有限等,导致部分学生无法养成常态化的居家锻炼意识,每天的最少运动时间得不到保证,对此体育教师在组织开展教学活动时应当尽可能选择限制较少、趣味性较强的活动,引导学生在课堂中和教师一起连线锻炼。在未来的体育教学教研中,我们还应当积极主动和学生家长进行沟通,取得更多家长的支持与理解,不断推进家校联动,共同致力于为学生创设良好和谐的居家学习环境,确保学生在家中能够坚持体育锻炼,实现身心全面发展。

## 6 小结

梅格竞立,尚美韶华!自“小梅花”空中课堂开课以来,梅华体育科组每一位老师都始终坚守“以体育人”之责,责任心、担当于行,从体育课程内容选择、教育教学方式、学法指导、课后反馈机制以及学生锻炼效果评价上,都是因地制宜,因人而异,让梅华学子漫步“云端”,参与体育锻炼,强身健体,精彩绽放!

## 参考文献

- [1] 全洪捷,于海杰.互联网+教育背景下小学线上教学有效性研究[J].科技风,2023,(06):44-46.
- [2] 程翔.让学生体魄强起来[J].北京教育,2019(12):1.
- [3] 刘丽群.习近平总书记关于扶贫工作重要论述研究[D].四川外国语大学,2020.
- [4] 王占春.王占春教育文集:学校体育的实践与研究[M].北京:人民教育出版社,2010.
- [5] 官心.体育强国建设视域下《体育之研究》的价值旨归与实践指导[J].湖南第一师范学院学报,2023,23(04):81-87.
- [6] 屈明.“完全人格,首在体育”体育教学促进健康人格形成途径[J].人民教育,2019(17):59-61.
- [7] 徐佩军.体育在线教学中的“劳动智慧”基于新课标的小学体育线上教学的实践探索[J].上海教育,2022(22):134-135.
- [8] 许强,王仁超.居家体育锻炼巧融学、练、赛、评——小学体育线上教学的实施策略与思考[J].中国学校体育,2022,41(04):17-19.
- [9] 张振强.小学体育线上教学的实践路径[J].中国学校体育,2022,41(04):28.
- [10] 储玉祥.“互联网+”背景下小学体育混合教学模式探索[J].中小学电教(教学),2022(02):94-96.

(上接第185页)复杂性和难度性。在这方面的研究有表面的、也有深层次的有具体的也有抽象的,到目前为止在全国的某些地区这些研究开展是相对比较全面的。但是我省作为西部地区比较贫困的省份在这方面的工作的开展更是困难重重,在这方面的研究也比较少。而我所调查的这个县作为全国贫困县之一由于长时间的贫困再加上当地居民大多为少数民族,人们对体育教育认识不足导致人们对体育教育事业的不重视,这使得体育教育事业在该地区开展尚少。本研究旨在对当地体育教师能力

结果的调查与分析,为提高当地体育教师能力,发展当地体育事业做相应的数据参考及建议。这是本选题的一个重要依据。

## 参考文献

- [1] 金晓.《幼儿教师能力学》出版[J].幼儿教育,2000(01):35.
- [2] 中共中央国务院发布《关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》[J].高教与经济,1999(3):8.
- [3] 林崇德,申继亮,辛涛.教师素质的构成及其培养途径[J].中国教育科学,1996(6):16-22.
- [4] 王春燕.体育教师能力研究[J].体育文化导刊,2006(12):84-86.
- [5] 董水军.在教学中成长——初中体育教师能力结构探析[J].体育时空,2013(3):87.