

新课改下构建小学体育高效课堂的研究

王庆丰

大连市甘井子区实验小学教育集团辛博街小学

摘要: 新课改背景下,为进一步提高小学体育教学效率和质量,文章主要以高效课堂建设作为核心研究对象,先阐释高效课堂的基本概念及其特点,然后点明了高效课堂建设在促进学生身心发展、落实学科育人等方面的重要性,最后站在“动态分组+角色轮换”,深化团队协作、跨学科融合,赋予运动新意义以及数字化工具赋能,实现精准教学等角度提出新课改下构建小学体育高效课堂的构建策略,以此为新课改下提高小学体育教学质效,促进学生身心健康提供可操作的方法和思路。

关键词: 新课改; 角色轮换; 小学体育; 跨学科; 高效课堂

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2026.01.385

引言

随着新课改持续深入推进,小学体育教学活动面临从传统模式逐渐向高效课堂转型这一关键挑战。小学阶段属于学生身心发展的一个奠基期,体育课程教学活动不但关系着小学生身体素质的提升,同时在培养健全人格、达成立德树人根本目标等方面有着深远意义。因此有必要对新课改下构建小学体育高效课堂的策略展开深入研究,从而为小学生实现高质量健康发展进行助力。

一、高效课堂概述

(一) 高效课堂内涵

高效课堂现阶段是指在有限的课堂教学时间内,教师通过科学适宜的教学设计、有效的教学方法以及合理的教学管理,达到教学效果最大化的一种课堂模式。其核心在于教师应该以学生为主体,想办法充分调动学生的学习积极性以及主动性,切实让学生在课堂上可以高效地获取知识、技能以及情感体验。

(二) 高效课堂特点

现阶段,高效课堂主要具备四个基本特点:

1. 清晰的学习目标。作为教师应该在每节课正式开始之前便明确学习目标,要让学生清楚地了解自己将要学习什么知识,强化目标导向性;
2. 积极的学习氛围。正式教学期间,教师要借助积极的沟通、鼓励以及支持等,有效构建积极、开放的学习氛围,以此激发学生学习的兴趣,增强其学习主动性;
3. 科学的教学设计。教师必须结合学生的特点以及现实需求,科学设计教学内容、步骤以及活动等,确保课堂教学可以围绕学生实际,以此提高学习的针对性与有效性;
4. 及时的评价。课堂教学期间,教师要及时给予学生反馈,并且鼓励和引导学

生展开自评与互评,让学生更全面清楚地了解自身的优势和不足,通过扬长补短,不断提高学习实效^[1]。

二、新课改下构建小学体育高效课堂的重要性

(一) 促进学生身心健康发展

小学阶段属于学生身体以及心理发展的一个关键时期,打造出高效的体育课堂,能够在帮助小学生持续提升体质以及运动能力的同时,有效培养小学生良好的意志力、团队合作精神以及竞争意识等。此外,借助有效的体育锻炼,学生还可以释放压力、调节情绪,一直保持积极乐观的心态,这些均有助于促进小学生身心健康发展。

(二) 落实体育育人功能

高效课堂可以聚焦核心素养,进一步落实体育课程的育人功能。比如以技能目标为导向,借助“动作分解教学”“精准纠错”,帮助小学生扎实掌握基本运动技能,可以防止出现“六年体育学习,一项技能未掌握”的现象。而当小学生熟练掌握运动技能之后,更容易产生浓厚的运动兴趣,也容易养成终身体育习惯。此外高效课堂还可以渗透德育以及社会适应能力培养,比如通过团队项目,可以培养学生协作意识、责任意识、规则意识以及沟通能力、团队精神等,这对学生良好品质以及社会适应能力的形成与提升大有助益。

(三) 提高体育教学效率

小学体育每周一般为2~3课时,高效课堂能够借助时间精细化管理(如5分钟热身、20分钟技能教学、10分钟综合运用、5分钟总结等),防止出现“整队集合浪费时间”以及“讲解冗长缺乏实践”等有关问题,可以解决课时有限与目标多元之间的矛盾,切实提高教学效率^[2]。

三、新课改下构建小学体育高效课堂的策略探讨

(一)“动态分组+角色轮换”，深化团队协作

传统教学模式下，小学体育课堂的固定分组比较容易引发“强者主导，弱者旁观”这一失衡现象，不但会削弱团队协作效果，也会大幅度降低学生的参与度，影响教学实效。对于“动态分组+角色轮换”模式来讲，可以打破这一困境，借助灵活组队以及多元角色分配，可以让每个学生在差异化的任务中发挥自身的优势与特长、承担责任，既有助于提升团队凝聚力、实现全员参与，又可以充分挖掘个人潜力，达到课堂效率以及个人能力双重提升的目标。具体做法如下：

1. 教师在课前应该对学生的运动能力、社交倾向以及性格特点等作出综合评估，然后每节课结合具体教学内容，实施不同的分组方式，比如对于篮球教学，为提升对抗的公平性与挑战性，可以推行“组间同质，组内异质”模式，确保每组均有运用能力强、中、弱的学生；而在开展体操编创活动时，可以鼓励学生“自由组队”，尽可能让兴趣相投的学生共同组成小队，能够激发创意。
2. 在完成分组后，教师可以为各个小组设置多元角色，比如“队长”负责开展战术安排以及组织训练活动；“安全员”负责监督组员运动安全，及时提醒注意规范动作；对于“记录员”负责统计的分或者是记录训练进度；对于“宣传员”负责展示小组成果以及总结经验。注意角色分配并非固定，每节课或者是每个任务周期需要进行轮换，以此保证每位学生均可以体验不同角色。
3. 推行“最佳协作小组”以及“全能角色之星”等评价机制，以此对表现突出的小组或者个人给予表扬和奖励。

对于这种动态分组与角色轮换的教学模式来讲，可以避免学生由于长期担任角色而产生倦怠问题，也可以杜绝部分学生参与积极性不高的现象。这样在有限的课堂时间中，每一位学生均可以主动参与、发挥特长、贡献力量，课堂氛围不但活跃而且有序，既能够提高课堂教学效率和质量，也可以突显学科育人价值^[3]。

(二)跨学科融合，赋予运动新意义

传统教学模式下，小学体育课堂主要局限于各种动作技能训练，导致学生容易感到枯燥乏味。对于跨学科融合教学模式来讲，可以打破学科边界，切实将多种学科知识与技能融入到体育知识的学习活动中来，使得体育运动成为知识整合运用的一个重要载体。这种方式不但可以激发小学生的学习兴趣，还可以实现多元目标，

能够打造出高效课堂。以“障碍跑”教学为例，具体做法如下：

1. 教师可以将障碍跑与语文、历史等学科进行有机结合，构建出“长征之路”教学情境。正式上课前，教师先借助简短的故事讲解或者是视频片段，帮助小学生了解长征历史背景，以此在情感上形成一定的代入感。

2. 课堂教学期间，教师可以将轮胎、绳网以及软垫等一系列体育器材设计成模拟长征路线的一个障碍场地，然后让小学生扮演“小红军”，再依次完成跨越轮胎（模拟壕沟）以及钻过绳网（穿越封锁线）、翻越软垫（雪山）等一系列动作，以此在运动中学习一定的长征知识，又可以锻炼跑、跳、钻以及爬等多种技能。
3. 教学期间，教师可以在各个关卡设计一些学科融合任务，比如在“草地”关卡位置，可以放置一些与长征有关的语文诗词卡片，要求学生到达“草地”后先抽取一张大声朗读出来，并简单地分析该诗词表达的情感；在“通讯站”关卡，可以设置历史知识问答题目，比如“长征经历了哪些省份”等，唯有回答正确方可继续前进。如此学生在障碍跑运动中，既可以提升身体素质，也可以加深对历史文化以及语文知识的理解，还能够提升语言表达能力以及思维能力。
4. 学生执行任务期间，教师负责从旁观察，及时纠正动作技能，并且解答知识疑问等。

这种教学模式，可以让体育课堂变得更加丰富立体，能够充分激发小学生的学习积极性，并且在有限的时间中同步达成了体育技能培养、身体素质锻炼、语文知识学习、历史知识回顾以及情感教育熏陶等多种目标，真正地打造出了高效体育课堂^[4]。

(三)数字化工具赋能，实现精准教学

数字化时代，传统小学体育课堂依赖经验判断的教学模式已经很难满足学生的个性化学习需求以及提高教学质效。通过对数字化工具进行合理运用，可以实时动态地捕捉小学生的运动数据，并且直观呈现动作细节，可以让教师精准把握学情，从而为每一位学生精心定制最为适宜的教学方案。对于这种技术赋能的教学模式来讲，可以切实提高教学针对性以及有效性，真正地打造出现代化高效体育课堂。具体做法如下：

1. 课前，教师可以借助运动类APP为学生布置预习任务，比如自主录制跳绳视频然后上传APP，APP可以自动统计学生的跳绳个数以及识别动作规范性，同时给出个性化的分析报告，这样教师即可了解每一位学生的基

基础情况，合理调整课堂教学设计。

2. 课中教学期间，教师可以为学生配备智能手环或者是运动监测背心，以此实时采集学生的心率以及运动步数、卡路里消耗等一系列数据，并同步上传至教师终端，教师即可结合数据信息，实时动态地对学生的运动提出相关指导，比如当发现某位学生心率持续过高，可以及时提醒调整运动速度，防止出现运动损伤；如果发现部分学生运动强度不够，可以及时采取合理措施提升其训练量等。除此之外，针对一些动作技能、技巧教学，体育教师还可以利用数字化工具的慢放、回放、暂停等功能或者是3D动作捕捉软件等，为学生详细展示标准动作、帮助学生直观看到自身的错误等，可以提高动作技巧教学效率和质量。

3. 课后，教师可以借助管理平台为学生布置分层的课后训练作业，让学生结合自身实际情况选择差异化的运动任务，然后上传练习视频或者是有关数据。体育教师可以线上批改，随时标注问题和不足，并给出一对一指导或答疑解惑。

数字化工具的合理运用，可以让小学体育教学从以往的“经验教学”转变为“数据驱动教学”，教师可以真正地做到精准施教，课堂时间能够得到充分利用，可达到构建高效课堂的目的^[5]。

（四）“任务驱动+分层挑战”，激活课堂参与

新课改背景下，小学体育课堂教学中，学生的运动能力以及兴趣偏好存在一定差异，传统“一刀切”教学模式，容易造成“优生吃不饱，后进生跟不上”这一低效问题。对于“任务驱动+分层挑战”来讲，其主要以学生差异为核心切入点，借助设计阶梯式学习任务，让每个学生均可以找到适合自己的成长路径，从而有助于提高课堂参与度以及学习效果，达到高效教学的目标。在实际操作中，教师应该围绕教学目标和学生差异等，将教学内容设计成基础、进阶以及挑战三个不同层级的任务，以“跨越式跳高”这部分知识为例，具体做法如下：

1. 对于基础任务要求学生设计“跳过40cm横杆”任务，以此帮助运动能力相对较弱的学生有效掌握助跑、起跳等一系列基础动作，建立运动信心；对于进阶任务要求学生“跳过50cm横杆”，同时规范摆臂、过杆姿势，以此满足中等水平学生提升跳高技能的需求；对于挑战任务要求学生利用助跑节奏，连贯地完成过杆动作，同时引入小组竞赛活动，以此激发能力突出学生的跳高潜力。

2. 正式上课时，教师为学生发放“任务卡”，学生可以结合自身实际情况自主选择任务，同时佩戴不同颜色的臂贴用以区分，方便教师随时给予针对性指导。

3. 练习期间，教师负责巡回观察，然后为基础组学生耐心示范一系列动作要领，为进阶组学生提出一些纠错建议，对于挑战组学生应该传授提升技巧，从而保证每个层次的学生均可以获取到有效指导。

4. 正式运动期间，配套推行“运动能量章”奖励机制，学生每完成一项任务能够获取到一枚能量章，再积累一定数量后，可以在教师这里兑换体育器材使用权或者是担任小教练等奖励，从而提升小学生的学习动力。

5. 当学生已经完成当前层级任务后，可以由教师考察后引导其挑战更高层级，也可以由学生自主提出申请，以此达到动态进阶的目的。

这种教学方法，可以规避“一刀切”教学模式造成的时间浪费、参与度低等问题，可以让不同水平的学生均能够在较为有限的课堂时间中，借助完成符合自身实际情况的任务，获取到一定的进步与成长，从而提高课堂教学实效性以及效率，打造出真正的高效体育课堂^[6]。

结语

综上所述，打造小学体育高效课堂是贯彻落实新课改要求的一个关键举措，其不但可以提高小学体育课堂教学效率和质量，还可以充分发挥体育课程的育人作用，促进学生身心全面发展。因此小学体育教师应进一步加大对新课改下体育高效课堂建设策略的研究力度，切实结合教学实际，思考高效课堂建设角度和路径，从而推动小学生真正地达到高质量健康发展的目标。

参考文献

- [1] 何鹰翔. 新课改视域下小学体育高效课堂的构建路径探讨[J]. 体育画报, 2022(20): 186-187.
- [2] 曾秋菊. 新课改背景下构建小学高效体育课堂解决思路[J]. 优格, 2024(8): 41-43.
- [3] 程雪燕. 浅谈新课改背景下如何提升小学体育课堂教学质量[J]. 家庭教育研究, 2023(5): 96-98.
- [4] 李正海. 智慧课堂引入小学体育的路径与策略研究[J]. 武侠故事, 2023(46): 66-68.
- [5] 冯震. 创设愉悦氛围构建高效课堂[J]. 黑河教育, 2022(1): 71-72.
- [6] 俞信华. 新课标下小学体育课堂教学有效性的策略研究[J]. 课堂内外(初中版), 2024(41): 115-117.