

新课标背景下初中跳绳大单元教学设计研究

冯懿

惠州市第一中学下埔校区, 广东惠州, 516008;

摘要: 新课标提出了义务教育阶段学生全面发展的新标准, 也是国家对培养人才的新要求和标准。其中在课程落实方面, 提出的大单元教学模式, 对有效培养学生的体育核心素养有着重要作用。本文对初中跳绳大单元教学设计进行研究与分析, 阐述了体育大单元教学的概念及其设计依据, 进一步梳理了其教学设计策略, 从而提高初中跳绳教学的质量和实效, 给一线教师运用大单元教学提供借鉴案例。

关键词: 新课标; 初中跳绳; 大单元教学设计

DOI: 10. 64216/3080-1516. 25. 10. 005

《义务教育体育与健康课程标准(2022 年版)》(以下简称“新课标”)里提出大单元教学的运用是推动学校教学改革进程的重要突破口。大单元教学是以设计一个完整的教学单元为活动, 囊括全面的学习内容和技能知识, 让学生能够更系统性、呈阶梯性的掌握所学内容。现今学校体育教学存在学生的身体素质下降、体育素养弱以及教学手法和内容过于单一等问题。而体育大单元教学是注重学生理论、技能等方面的全面培养, 有利于学生综合素质的提高。在初中跳绳教学中, 设计大单元教学并运用进课堂, 可以让学生对跳绳项目形成系统性认识, 进而提高课堂教学质量。

1 体育大单元教学概述

毛振明教授在早期就倡导大单元教学并总结其是一个包含多个小单元教学过程, 且具有整体性、全面性的教学活动。现今如何在具体教学中实施体育大单元教学, 是一个需要关注并解决的问题。体育大单元教学并不是泛指要大量设计教学任务和目标, 它应是符合学生实际技能基础和学习规律, 适应教学实际的活动过程。因此, 体育大单元教学的设计应具有多样性及多元化的活动引入并融合不同类型的体育运动项目, 注重学科交融, 综合囊括多种理论和技能知识, 并系统、层次化的设计在单元教学中, 从而提升课堂教学质量, 让学生养成良好的运动习惯。

2 初中跳绳大单元教学的理论依据

2.1 心理学发展理论

心理学教授提出孩童的学习能力是跟随生理发展

而不断成长和积累的。初中跳绳大单元教学通过将知识串联且完整性的传授学生, 能够促进学生的身心健康发展, 提高学生在运用所学知识的能力, 并能激发学生的学习乐趣, 培养创新性思维。在学生成长阶段, 教师应该增强学生的自我管理意识和自主学习能力。跳绳项目中, 有双人摇绳跳、花样跳绳等类型, 可以与同伴一起合作学习, 能够增强学生的集体意识和团队精神。

2.2 基础运动学理论

根据初中生的运动神经细胞的不断发育。教师可以根据其发育的规律, 设计相应适合的运动练习, 能够更好的促进中学生身体各器官的发育, 让学生能够通过运动养成规律的作息和良好的锻炼习惯, 提升核心素养。基于该原理, 教师在开展跳绳大单元教学时, 应该根据学生实际的身体情况, 设计有针对性的活动, 提高学生的跳绳能力。

2.3 经典教育学理论

该理论指出学生在学习活动时, 会受到自身身体素质及周围环境因素的影响, 进而会导致学习技能的熟练程度有差异。在初中跳绳教学中, 跳绳训练可以增强学生身体的协调性, 让学生能够进行技能的迁移学习, 促进学生身心健康。因此, 在跳绳教学中, 教师应基于教育学理论基础来设定目标, 充分考虑学生的实际需求, 对跳绳项目的训练内容进行设计和安排, 重视学生已有的知识经验, 在身心建立发展的前提下, 让学生熟练掌握跳绳技能, 并达到提升学生核心素养的效果。

3 新课标背景下初中跳绳大单元教学设计策略

3.1 基于核心素养，制定单元教学目标

在设计单元教学目标时，教师要注重学生是否能深度学习以及学生核心素养的发展，并兼顾运动技能、品德及健康意识等多个方面，规划学生的发展水平和预期达成结果。这需要教师深度学习体育核心素养的内涵及维度表达，具体化表述课程要求的内容，并在学年、学期教学目标的表述上，细化每个阶段性的单元目标且具有连贯阶梯性，明确表达通过单元教学能够让学生学到怎样的运动技能及实现怎样的素养发展。在设计了具体有效的单元目标，才能有效规避课程内容的不连贯性及内容脱节。在设计完体育大单元教学进行实施时，需要重视学生在学习过程中目标学习的情况，教学的相关过程和活动是为了更好教学所铺垫，教学活动中的完成度和学生表现应该有完整的评价体系来体现，并且能够在评价中反馈学生核心素养的发展状况。

3.2 设计趣味内容，激发学生学习乐趣

在初中跳绳大单元教学设计上，教师应重视内容设计的趣味性和对学生的吸引力，让学生能够自主性的加入学习中而不是被动的，这样会更有利于之后教学的实施。因此，在备课时，教师应先调查学生的跳绳基础、学习态度等方面，结合调查的学生实际情况，设计有针对性的教学活动，能够让学生的学习状态迅速进入到教学活动中，帮助学生在活动中更全面的了解大单元教学的主题，提高跳绳技能。在开展初中跳绳大单元教学时，教师应以学生乐趣为目的，引导学生自主参与进教学活动中，进而提高学生的运动能力。教师在教授跳绳项目前，可以先放一段跳绳比赛视频，让学生们初步了解正确跳绳的动作，为接下来的教学打下基础。同时在教学活动中，教师可以引导学生积极合作学习和讨论，促进学生自主的参加跳绳练习。在练习后，教师可以安排跳绳小组比赛，设置比赛规则，学生会投入其中，更好地掌握技术动作。

3.3 设置情景活动，体验完整运动项目

情景设置是大单元教学的一个重要着力点，在教学活动中设置相关教学情境，在情境教学中提出任务，使学生能够更全面的了解运动知识，在其中成为知识的主

体学习者和建构者，进而学生能充分发挥自己的能动性，体验到完整的运动情景。新课标中提到教学内容的设计要重视情境设置，改变以往的老旧方式，创设复杂的情景是必要的。在情境中学生能够获得全面清晰的运动体验感，更有助于学生运动技能的掌握及学生良好体育品德的培养。在单元教学中设置情景教学最常用的方法是情感创设，它包括以下阶段：一是教师的情感渲染，设置团队学习、游戏活动等，能够促进学生沉浸其中；二是情绪激发，在设置的问题和问答互动中，让学生产生对该运动的情绪和积极状态；三是产生情感的深入，在教学互动中引导学生去创造情境活动，通过设问、讨论等参与进来，并在情境中不断深入深化。比如在跳绳项目学习中，教师可以设置问题，创造比赛环境，让学生主动参与并展示，再进行互相评价和总结。

3.4 引导自主探索，强调主体地位

与传统的跳绳教学比，大单元跳绳教学时更重视以学生为教学的中心，教学重点是对学生的自主能力和创新发展能力的培养，每次单元教学内容的调整和目标调整，都是为了能够帮助学生更深入投入进课堂学习中，让学生的体育素养得到提高，养成良好的锻炼习惯。因此，在进行跳绳大单元教学活动时，教师可以布置创新探索任务，并引导学生去探究跳绳的相关知识，提高学生对跳绳项目的认知和跳绳的水平。比如，教师可以布置跳绳的历史发展和跳绳的类型探究任务给学生，鼓励并引导学生去运用多种学习手段，通过调查，问卷，整理等方式，去了解跳绳的历史发展和种类演变，为后续教师进行教学打下好的基础。同时，教师应转变传统以教师为主体的观念，引导学生主动结合自己已有的认知将知识转变为自己的来表述和展示，培让学生了解跳绳知识的同时，全面提高学生的综合素养能力。

3.5 展开技能比赛，进行科学引导

在跳绳大单元教学课堂中，教师可以运用课堂开展技能比赛，让学生主动去实践跳绳技能。在跳绳比赛的过程中，教师可以根据学生的状态进行相应的科学引导，在教师的引导下学生会知道自己在学习过程中需要进行改进的地方在何处，进一步帮助学生提高跳绳技能水平。同时，教师在组织学生进行跳绳比赛的过程中，学

生会运用自己所学的技能实践到其中去,可以促进學生产生兴趣和积极性,让学生感受跳绳比赛的环境,体会团队的精神,帮助学生更好的掌握跳绳技能。

3.6 设置合理教学评价, 推动学生反思

教学评价是初中体育教学中不可缺的过程,有助于学生清晰了解自己的水平及需要改进的地方,进一步提高学生运动技能。跳绳大单元教学重视以学生为主体进行评价,设置学生自评和相互评价,促进学生产生自我反思的意识。以跳绳教学为例,学习评价从跳绳能力、健康行为及品德形成三个方面进行论述。跳绳能力方面,摇绳和腿部配合协调,连续起跳时身体协调,动作优美;健康行为方面,学生了解运动量的大小,及时进行运动前的肌肉拉伸等热身活动,避免运动受伤;学生及时了解跳绳的正确姿势,怎么去提高跳绳的频率;设置每天的跳绳练习 10-15 分钟。学生品德方面,在课堂练习中能够小组合作,具备团队精神;在跳绳比赛中,能够守规则,并真诚比赛,尊重自己的竞争对手,与队友互帮互助;在比赛中端正态度,平常心对待输赢。

4 结语

新课标背景下初中跳绳大单元教学有助于提高学生的核心素养和教师的教学水平,其优化策略对提高初中跳绳项目教学质量有着一定作用,使传统的初中跳绳教学环境得到了优化。因此,体育教师应该深入了解体育大单元教学的内涵,围绕教学目标、内容、任务活动等要点,设计其具体实施路径,为体育各个项目教学融入新的方式方法,为促进中小学生的身心健康发展而努力。

参考文献

- [1] 吴倩. 新课标背景下小学体育“学、练、赛”一体化教学模式研究[J]. 体育视野, 2024 (20): 80-82.
 - [2] 毛振明, 于素梅. 思考解析“教会、勤练、常赛”——“体育走班制教学”是保障“教会、勤练、常赛”的正确教学模式[J]. 体育教学, 2021, 41 (01).
 - [3] 张以, 赵晓丹, 毛振明. 新一轮体育课程教学改革视域下的“大单元体育教学”[J]. 体育学刊, 2022, 29 (06): 127-133.
 - [4] 周良. 核心素养下初中体育大单元教学实践策略研究[J]. 家长, 2023 (29): 23-25.
 - [5] 王崎. 聚焦大单元教学设计的初中体育课堂教学策略探究[J]. 安徽教育科研, 2023 (23): 57-59.
 - [6] 王曼茜. 初中体育大单元教学的设计与实施[J]. 新课程研究, 2023 (8): 108-110.
 - [7] 刘杰. 核心素养导向下小学体育大单元教学价值、构成及优化路径研究[J]. 冰雪体育创新研究, 2023 (18): 117-119.
 - [8] 包爱江. 新课改下体育大单元教学设计与实践路径[J]. 甘肃教育, 2023 (15): 78-81.
 - [9] 杨向东. 关于核心素养若干概念和命题的辨析[J]. 华东师范大学学报(教育科学版), 2020, 38 (10).
- 作者简介: 冯懿 (1998.05.18—), 性别: 女, 民族: 汉, 籍贯: 湖南汨罗, 职务/职称: 中学二级教师, 学历: 硕士, 单位: 惠州市第一中学下埔校区, 研究方向: 学校体育教学与训练。
- 课题: 惠州市 2023 年度基础教育科学研究课题; 惠州市初中体育大单元教学设计研究——以跳绳项目为例 (立项编号: 2023hzkt214)。