



“新课程”背景下的小学体育课大单元教学

余纯璐

摘要: 采用文献资料法、访谈法和测试法, 在分析以往单元教学实践经验与教训的基础上, 进行大单元教学的实践。研究表明, 运用大单元的学习, 学生对动作的掌握情况更为良好, 在学习过程中学生的体育兴趣高涨、意志品质得到了培养、身体素质等其他方面都有了很大的进步。

关键词: 小学; 体育课; 大单元教学; 实践

中图分类号: G807.01 文献标识码: A 文章编号: 1006-1207(2009)02-0095-03

Large Unit PE Teaching in Primary Schools with the Background of New Course

Yu Chun-lu

(PE Department of Shanghai Normal University, Shanghai 200234, China)

Abstract: By the ways of documentation, interview and test, large unit teaching was applied on the basis of the previous unit teaching experience. The result shows that through large unit study, the students have a better command of the skill. The course of study arouses their learning interest, strengthens their will and improves their fitness.

Key words: primary school; PE class; large unit teaching; teaching practice

1 问题提出

《国务院关于基础教育与发展的决定》明确提出基础教育要“贯彻‘健康第一’的思想, 切实提高学生体质健康水平。”旨在解决我国青少年体质健康等问题, 在目前的小学体育课堂教学中, 还存在着由于教学安排单元过小、低级的重复, 每个学期安排5种以上的教学项目, 每堂课中安排主、副两种教材, 在这种“蜻蜓点水”式的教学排列, 加上短小的教学单元结构, 使得学生难以尝到运动和体育学习的乐趣, 也不能使技能和身体素质得到提高。每阶段教学都是从最基础初级开始, 总是停留在“初步体验”的程度上, 体育课中出现活动时间短, 负荷量小, 技能水平低、身体素质差的现象。学生什么都学, 而什么都没学会。为了改变这种现状, 本研究根据大单元教学理论, 把握住青少年阶段是学习技能发展身体素质的最佳时机, 在分析教材和学生特点的基础上, 对小学四年级的4个项目采用大单元教学, 力图在理论与实践为小学体育课程改革提供参考依据。

2 研究对象和方法

2.1 对象

静安区教育学院附属小学四年级的40名小学生。

2.2 方法

2.2.1 文献资料法

收集和查阅国内外资料, 有关教学设计、单元教学的研究著作和文献。

2.2.2 调查法

对大单元教学后的效果进行了问卷调查。共发放问卷40

份, 回收40份有效回收率为100%

2.2.3 测试法

对参加大单元教学的学生练习前后的各项指标进行测试。

3 结果与分析

3.1 大单元教学的理论依据

3.1.1 大单元教学的基本概念

大单元教学是从优化教材结构着手, 运用系统的“整体原理”编排教材, 沟通教材之间的联系, 使每个单元不再是点滴零散的“知识点”, 而是一个“知识链”、“知识块”。在一学期中用相对集中课时, 对一个教材连续进行教学。使学生在课上有充分的时间去练习、相互探讨的过程。

3.1.2 大单元教学的理论依据

(1) 依据教学设计理论。教学系统是由相互联系、相互作用和相互影响的多种要素构成, 教师在备课的过程中, 用系统的方法对这些要素进行合理的安排和计划, 这就是教学设计。大单元教学设计是教学设计的一种, 是将教学的诸要素联结起来, 成为一个有机的整体, 做到相互渗透, 纵横贯通, 从而能达到整体联动、一举多得、事半功倍的教学效果。

(2) 依据系统论的“整体原则”。从优化教材结构着手, 运用系统论“整体原理”编排教材, 有利于沟通教材和教学之间的联系, 布鲁纳的整体法实验研究表明, 从整体或部分出发, 解决问题, 整体法优于部分法。整体构建大单元教学设计与教学方法之一, 是把技能学习与具体的应用、知识、情境结合起来, 以获得丰富的实践性智慧, 从而提高技能水平和学习兴趣的一种现代体育教学方法。它

收稿日期: 2009-01-15

作者简介: 余纯璐(1965-), 女, 副教授, 主要研究方向: 学校体育理论与实践。

作者单位: 上海师范大学 体育学院, 上海 200234



强调教学活动的整体性，特别是技能运用情境的整体性。

3.2 大单元教学过程的设计

大单元有利于学生对某项内容进行深入有效的学习，无论是身体上的、还是知识上的或道德上的，都要求有一个有效的相对长的学习过程。在采用大单元教学中根据教材的性质和学生的特点分为3个阶段进行教学设计。

第一，导入新课阶段：采用理论课的教学，图表的演示和现代教学媒体的运用，介绍各项教材的对锻炼身体意义作用及锻炼方法进行讲解、演示给学生建立起感性的认识，初步引导学生确定其学习的目标。

第二，诱导与辅导阶段：围绕大单元教学的重点设计一系列的辅助练习。在准备部分设计专门的准备操，以体验熟悉以及辅助诱导练习为基础；为了集中学生的注意力，配合练习则采用游戏和比赛方法进行教学。

第三，指导学习活动阶段：教师以示范为主，启发学生思维，组织学生自己去练习思考，突出练习的量和密度。教师仅作为学生质疑发问的指导者、参考者，经过学生自主练习以后，教师对该项技术进行简单的评估和考核。并且组织小群体比赛，激发小学生的学习情趣；游戏创编也多围绕活动项目的有关特点进行。

3.3 大单元体育教学的要求

3.3.1 根据教材、学生的特点安排大单元内容，并注重增强体质的实效

使用大单元教学，把现行大纲中的教材内容进行重新集中再分配，在充分研究各个年龄学生技能和素质的“敏感期”的基础上，把运动项目安排在各个学期中，对每个运动项目既要把技术学深学透，又要通过其专项练习发展学生的某种身体素质和能力，同时还要突出内在于每项运动的文化性和教育性，使学生能“举一反三”，理解同类运动的基本特征。如：耐力跑是被小学生认为是一项枯燥、乏味、厌学的内容，但我们发现平时学生自己可以在自己喜爱的运动中玩得满头大汗，其奔跑的距离远远超过他们单独练习耐久跑的距离。这说明学生只要对他喜欢的内容和形式感兴趣就会积极主动的进行锻炼。因此，在耐力跑教学中围绕着大单元教学目标，以培养学生对体育的兴趣，提高学生身体基本活动能力为目的教学。在跑的教学中不求速度快，把跑定位在发展提高心肺功能上，要求学生采用不限时间的规定距离跑，或者是不限距离的规定时间跑，来发展心肺的耐力功能。如：耐力跑中采用捆绑式跑的方法，4人一组一起跑，每次轮流换人取物，看哪组取物最多。要求：不许掉队。采用手拉手带着跑、鼓劲加油等，迎合了学生的好胜性，真正培养了学生团结互助的意识和行为，并且使得学生活动的兴趣非常浓厚。挖掘了学生的耐力跑的潜力，促使每个小组一次连续跑了400 m。游戏使原本枯燥乏味的、令学生害怕的耐久跑，却受到了学生的喜爱。原来课中安排的2 min的耐久跑，有一些学生中途就停下来了，而这节课上却跑了3 min没有一个学生掉队。实践证明采用游戏的方法，让学生在游戏的过程中学习多种身体锻炼的方法，学生乐于接受。只要学生对体育活动产生兴趣，就会把学习锻炼化为自身的需要，其乐无穷，既增加了练习强度，提高身体素质又培养克服困难的精神。

3.3.2 倡导自主、合作的学习方式，培养学生的自锻能力

课程改革的目标之一，就是要在课程实施的过程中，积极倡导自主、合作、探究的学习方式。大单元教学模式非常强调学生自主独立的学习行为，首先教师必须转变教学方式，其次教师在教学中要激发起学生的学习欲望，并帮助学生逐步掌握学习方法，养成良好的学习习惯，产生一种不断成功、不断满足的愉悦体验，变“要我学”为“我要学”的自觉学习境界便自然而然地产生了。再次教师根据课程标准的总体目标，结合学校实际情况，选择教学内容和安排教学进度，内容的学习由易到难，由简到繁。如：上跳箱课时，根据学生的心理特点，在教学上改变了过去一刀切的做法，而是安排循序渐进的由低到高4种不同的练习内容。每个学生可自主选择练习内容，这样既符合学生认知水平，又使每位学生都积极地、自觉地投身到学习活动之中。在学习过程中，学生基本掌握一种练习内容后，又进行第二轮的分组学习。此时，每个学生在组内都扮演了双重角色：既是老师又是学生。小组成员在“教”与“学”的过程中相互切磋、相互帮助，形成良好的学习和锻炼的氛围，充分发挥了学生学习的主体能动性，激发学生浓厚的学习兴趣，这样不仅提高了教学效果，更重要的是小学生在“学会学习”、“学会合作”和“学会健身”方面的意识和能力在教学过程中得到了培养和发展。其次，对教学的重点、难点、要求和练习次数及活动项目的转换等可适时增减调整，使教师的指导针对性强，更具有灵活性，教学效果显著。

3.3.3 注重每次课中学习过程评价，以培养学习兴趣为抓手

在大单元教学中，注重每次课中的评价活动，能让学生不断感受成功的喜悦，激发学生进行体育锻炼的热情，评价能帮助教师激励学生的学习及改进教师的教学评价。例如篮球教学时，了解和学生学习的基础水平，确定学习教材内容，并创编篮球相关技术的游戏，特别在教学中渗透同学之间的协同配合意识，由易到难，逐渐引入，发展其活动的的能力。同时在教学中选择几种适合学生的简单技术进行娱乐和健身的教学并即使对学生学习情况进行评价。如：在投篮比赛中降低要求，每次投球不进碰框也可得1分、投入得2分，学生分别进行自我展示，请学生当评委，让学生相互评价。在整个评价活动中，不仅对学习结果进行评价，而更加注意学习过程进行评价这样可以保持学生的活动情趣。又如：当有的学生的动作没得到其他学生的肯定时，教师会说：“某某同学的动作做得也不错，如果多练几遍他一定会做的更好。”此外，在教学中，对学生练习及时进行鼓励，一句“你真棒”、“你有很大的进步”、“你一定能超过老师”等定让学生心花怒放，学习的兴趣更大了，使学生充分体验到成功的喜悦。尤其是注重学生的过程中学习和学习中的情感态度的评价。采取自我评价和互相评价的方法来帮助学生认识自我，获取成功体验，建立自信心。

4 运用大单元教学的后取得的成效

4.1 有利于小学生身体素质的提高

大单元教学的教学思路和教学方法的安排遵循体育教学规律，符合了学生的身心特点，学生易于接受，在培养兴



趣的同时,使学生置身于学习的氛围中,因为课中安排一个教材,使学生增加学生实际练习的时间、次数,保证了运动负荷量,不仅提高了学生的运动技术水平,而且,通过课中各项活动达到改善学生身体素质的目的,从表1可见采用大单元教学的教学有利于提高学生的身体素质。从学生身体素质测试的指标看第二个学期都好于第一学期,各项身体素质在试验一年后均有明显的增长,学生身体素质的总体水平得到较大的提高。

表1 大单元教学后小学生4项身体素质统计表 N=40
Table I Statistics of the 4 Items of Students' Fitness after Large Unit Teaching (N=40)

内容	\bar{x}_1	\bar{x}_2	t 值
25 m往返跑	45.70	44.20	2.67*
仰卧起坐(次数)	39.00	43.00	1.58*
实心球(m)	5.28	5.54	2.15*
立定跳远(m)	1.53	1.57	1.58*

注:表中1、2分别代表了第一学期和第二学期的平均数,*代表 $p < 0.05$

4.2 有利于动作技能的掌握

大单元教学有着很强的连贯性和整体性。它克服了小单元教学中,由于每个单元的课次少,学生对所教的技术往往是刚能掌握或部分掌握,就转到练习其它项目,等到下一单元练习时,学生对已学过的技术遗忘程度相当高,只好再复习巩固。这样不仅浪费时间,而且打击了学生学习的积极性。大单元教学是在一个单元里完成一个学期的教学内容,学生可以比较清楚地了解教学的整个过程,明白每一节练习的目的,体会体育教学过程的连贯性、系统性。在滚铁圈大单元的教学中,学生的学习兴趣一直很高,练习的状况也很好。通过8课时的教学后,学生的动作技术掌握情况比较好,从测试结果看25 m直线滚铁圈占65.5%、个人花式滚铁圈96.6%以及二人交换滚铁圈技术达到82.8%,全班同学的技术动作掌握的较好,进步很快。

在静安区2006年5月的体育教学检测中,大单元教学班的学生单独完成动作技能率达到100%,熟练完成动作的比重占88.5%,只有7.7%的学生动作不熟练,在全区名列前茅。通过大单元教学后,学生对动作的掌握情况良好,学生的兴趣不仅始终高涨,而且在学习过程中意志品质得到了锻炼,克服了跳箱时的恐惧感。实践证明,经过大单元学习学生在身体素质等其他方面都有了很大的进步。由此可见大单元教学与传统的教学相比,占有明显的优势。

4.3 有利于意志品德的培养

我们在上课开始前与课程结束时分二次对学生进行调查,从表2数据统计中反映出学生克服困难的自信心有了大幅度的提高到70.1%,而原自信心严重不足下降至0.4%。这表明在教学过程中学生有勇气去完成一定难度的动作技能。比如在学习跳箱的过程中,较多学生上课后来给教师看他们上课的成果,这里的“成果”并非在跳箱上完成优美连贯的跳箱动作,而是卷起他们的裤管,给教师看他们脚上

的瘀青,但在他们的脸上并没有丝毫的痛苦,更多的是一种不畏艰难、勇于挑战的神情。其中有一位男孩,胖胖的身材,每一次上箱的时候都来不及收腿,导致脚都肿了一圈,但他一直不停的练习,每次叫他休息,他都告诉老师这是最后一次,从他的身上我们看到的是不怕吃苦,永不妥协精神。课后,很多学生都不愿离开,跳完一次又一次,直至上课铃响。通过大单元教学,使学生建立起学习的信心,提高学生对体育活动的情趣,自觉参与活动,最终养成自我锻炼的习惯。

表2 学生对克服困难的自信心调查(N=40)
Table II Survey of the Students' Confidence in Overcoming Difficulties (N=40)

	充满自信	自信度不明显	自信心不足	自信严重不足
第一学期初%	58.9	23.7	9.5	8.1
第二学期末%	70.1	18.3	2.2	0.4

5 结论

5.1 大单元从优化教材结构着手,运用系统的“整体原理”编排教材,沟通教材之间的联系,使每个单元不再是点滴零散的“知识点”,而是根据教材、学生的特点教材形成“知识链”、“知识块”,从而有效地提高学生的运动知识技能学习。

5.2 大单元,可以根据学校场地,教师学生的各自特点有创造性的选用具体内容,采用具体教法和学法,开拓了教师的思维,有利于整体单元设计的质量及学习效率的提升。采用大单元教学有利于提高学生的学习兴趣、自信心和意志品质。

5.3 大单元教学改变了教师的教学方法和学生的学习方式,这种教学形式为学生构件了开放的学习环境,丰富了获取知识的渠道,提供学生更多的锻炼机会,保证学生为一次课中练习时间和运动负荷,有效的提高学生的在身体素质。

参考文献

- [1] 毛振明. 体育教学论[M]. 北京:高等教育出版社, 2005.
- [2] 毛振明. 大单元教学体育教学改革的突破口[J]. 浙江体育科学, 1990:50.
- [3] 吴维铭, 卢闻军. 探讨探讨大单元理论在体育教学实践中的应用[J]. 成都体育学院学报, 1997, 23(4):42—45.
- [4] 潘绍伟, 于可红. 学校体育学[M]. 北京:高等教育出版社, 2005.
- [5] 林越英, 等. 初中武术单元教学实验研究[J]. 福建体育科技, 2002, (4):62-64.
- [6] 戴建辉. 新课改背景下小学体育大单元教学设计与实施[J]. 体育师友, 2007(2):6-7.
- [7] 张勇伟, 王浩, 张逸. 例谈小学主题单元教学设计的策略和方法[J]. 中国学校体育, 2007(4).

(责任编辑: 陈建萍)