

小学体育教育改革与学生体质健康提升研究

■ 陈 凡

体育课程在小学教育体系中处于基础性地位，其核心任务不仅在于传授运动技术，更在于激发运动兴趣、塑造健康体魄、培育意志品质与团队精神。部分学校对体育课的重视程度不足，课时被挤占，教学内容与学生身心发展脱节，教师专业能力参差不齐，课堂组织形式单一，导致学生体质持续下滑，心理健康隐患增加。要扭转这一局面，必须从课程理念、目标定位、内容结构、实施路径、评价方式、师资建设六个维度系统推进改革，使体育课真正成为促进学生全面发展的关键载体。

课程理念层面，须确立“健康第一、兴趣先导、能力为重、习惯养成”的指导思想，将增强体质、健全人格、社会适应三大目标融为一体，摒弃“唯技能”“唯达标”的狭隘取向，强调体育对终身发展的奠基作用。目标定位应细化到每一个年级、每一个学期，依据国家学生体质健康标准，结合区域、校情、学情，把力量、速度、耐力、灵敏、柔韧五大身体素质的提升任务分解到具体单元，并与心理健康、社会交往指标有机结合，形成纵向衔接、横向贯通的目标链。

内容结构改革的关键在于打破“一刀切”模式，建立分层分类的课程资源库。低年级以游戏化、情境化活动为主线，重点发展基本动作模式和身体协调能力；中年级在运

动技能启蒙的基础上增加项目体验，帮助学生发现个人兴趣；高年级则提供模块化选项，允许学生在田径、球类、民族传统体育、新兴运动等项目中自主选择，鼓励持续参与。围绕“教会、勤练、常赛”展开：教会强调动作规范与原理阐释，勤练突出密度与强度科学递增，通过班级、年级、校级三级竞赛体系，把课堂成果转化真实运动场景中的能力展示与体验。

实施路径需要课堂、课间、课后一体化设计。课堂坚持“少讲多练、精讲善练”，运用任务单、小组合作、即时评价等手段，确保每一名学生在最近发展区内获得有效提升；课间十分钟升级为“微运动”时间，由体育组编排节奏明快、空间需求小的体能操，班主任督促完成；课后服务时段则开设社团、校队、亲子运动营，形成“一人一项、一生一长”的可持续锻炼格局。信息化手段贯穿始终：运动手环实时采集心率、步数，云端平台生成个人成长曲线，据此动态调整训练方案，家长通过手机端了解孩子体质变化，实现数据共享、协同干预。

评价方式改革的核心是多元、过程、激励。建立日常参与、技能掌握、体质进步、情意表现四维评价体系，采用等级+描述性评语的方式呈现结果，淡化横向比较，突出纵向提升。体质测试不再局限于年度抽测，而

是每季度滚动实施，数据直接对接课堂改进。

课外活动的组织应遵循“普及+提高”双轨并行。普及层面，每月设立一个主题运动日，全员参与趣味接力、民族体育展示、校园定向越野等项目；提高层面，建立“校级运动俱乐部”，由专业教练与体育教师共同指导，为有潜质的学生提供系统训练与竞赛通道。活动设计兼顾季节特点与地域资源：春季开展风筝制作与放飞；夏季组织水上安全与游泳体验；秋季举办户外徒步与野外生存；冬季融入冰雪项目初识与室内体能挑战，确保全年无空档、兴趣不断线。

家庭与社区协同同样不可或缺。学校编制《家庭运动指导手册》，按年级列出亲子游戏、居家体能训练方案，家长通过打卡平台上传视频，教师定期点评。与社区体育中心签订共建协议，周末及假期向学生免费开放场馆，并安排社会体育指导员带练，形成“学校教会、家庭勤练、社区常赛”的完整链条。

小学体育教育改革没有终点，只有持续不断的迭代与优化。唯有坚持问题导向、目标导向、结果导向相统一，以学生身心健康成长为中

心，才能真正让体育成为撬动全面育人的杠杆，为培养体魄强健、人格健全、堪当民族复兴重任的时代新人奠定坚实基础。

（作者单位：利川市第二民族实验小学）

可以利用信息技术手段，如多媒体教学、在线教学资源等，丰富教学内容，提高教学效果。例如，通过视频演示正确的运动技巧，让学生更加直观地学习；利用在线平台进行运动知识的学习和测试，增强学生的学习兴趣。这些现代化的教学手段不仅能够提高教学效率，还能有效规避意外伤害事故的发生。

场地设施的安全性也是预防意外伤害的重要因素。学校应及时更新体育器材，确保器材的安全性和可靠性。要合理安排场地，避免因场地狭窄或不平整而引发的意外事故。在选择运动项目时，学校应根据体育教学大纲的要求，结合学生的实际情况，选择适合学生年龄和身体素质的项目，并合理安排运动量。

总之，小学体育课堂意外伤害预防机制的构建需要从教师、家长和学校等多个方面入手。教师要认真备课，关注学生的兴趣和特点，为学生制定个性化的教学方案，确保学生在体育课堂中能够自主学习。家长要积极参与孩子的教育工作，重视与教师的沟通，加强与学校的联系，共同为学生营造一个良好的学习环境。学校要不断提高体育设施和场地建设水平，加强安全教育，制定完善的安全管理制度，将预防机制落实到实际教学中。

（作者单位：利川市忠路镇民族小学）

初中语文课堂中合作学习对提升学生语文素养的作用

■ 郭 莉

新课程改革不断推进，语文教学也在持续探索创新与完善，致力于构建高效的语文课堂。在新课程标准的引领下，合作学习作为一种重要的教学模式，被广泛应用于初中语文课堂教学中。通过合作学习，教师能够将学生的个性发展与课堂教学目标有机结合，借助科学合理的分组与分工，实现学生之间的优势互补和资源共享，为学生营造良好的合作学习氛围。合作学习不仅有助于教师从整体上把握课堂教学内容，更能充分体现学生个体间的差异性。

在初中语文教学实践中，教师应充分考虑初中学生的年龄特点和具体的教学内容，帮助学生制定合理的学习目标，并引导他们在合作学习中明确这些目标，进而提升语文素养。在交流过程中，引导学生从不同角度进行分析和评论，帮助他们加深对文章的理解和认识。以小组为单位开展合作学习，能够让每一位学生都积极参与到课堂教学活动中，真正实现每一位学生的学习主体地位，从而有效提升学生的语文素养。

在语文课堂教学中开展合作学习，教师需要根据学生的具体情况，科学合理地进行分组，并确定合理的分工。分组时，要综合考虑学生的语文学习能力、学习习惯、性格特点等多方面因素，尽量做到男女搭配、组内异质、组间同质。这样的分组方式既能发挥小组

内各成员的优势，又能充分体现小组成员间的差异性，为学生之间开展合作学习创造良好条件。分组后，还要对学生进行合理分工。根据学生的学习能力、性格特点、学习习惯等方面对学生进行科学分工，确保小组成员各司其职、优势互补，为学生提供更多发挥才能的机会。

新课改背景下的合作学习对教师提出了更高要求。教师不仅要引导学生主动参与合作学习，还应根据教学内容精心设计课堂问题。在学生参与合作学习的过程中，不能只注重形式和过程，更要关注合作学习效果，并对其进行评价。只有这样，才能让学生真正参与其中。在开展初中语文合作学习时，应充分考虑学生的兴趣和发展需求，结合教学内容和学生实际设计有针对性的课堂问题。问题设计要具有一定的挑战性和思考性，同时应将课堂问题与生活实际相结合，让学生感受到问题与生活的紧密联系。

在语文课堂教学中，教师应注重培养学生的综合能力，而合作学习能够有效提升学生的语文综合能力。通过合作学习，学生共同探讨问题，可以有效提升知识理解能力、问题解决能力以及语言表达能力。在合作学习中，学生之间能够进行交流和探讨，对学习内容进行深入理解和研究，从而提升语文综合能力。

信息技术与高中英语写作教学深度融合路径探究

■ 侯莹莹

信息技术与高中英语写作教学的深度融合，既是课程内容数字化的升级，更是教学理念、师生关系与评价方式的整体重构。传统的英语写作课堂往往陷入“教师命题—学生写作—教师批改—学生订正”的线性流程，学生被动接受，缺乏真实交际目的，修改也仅停留在表层语法纠错，难以触及思维深度。而信息技术介入，能够把写作任务还原到真实、动态、可交互的语言环境中，让词汇积累、句式训练、内容构思、同伴互评、教师反馈、文化浸润在同一数字生态中循环发生，形成“输入—加工—输出—再输入”的螺旋上升。

学生写作中的首要障碍是词汇量不足。以往教师用纸质单词表或默写检测，记忆效果短暂且脱离语境。如今，教师可以引导学生使用词汇学习平台，把课标词汇按主题、词根、语块整理为可视化的语义网络；平台通过间隔重复算法在学生即将遗忘时推送复习任务，同时根据写作话题智能匹配高频搭配。

句子结构薄弱是第二个普遍问题。传统课堂中，教师讲解五大基本句型，从句和从句非谓语句动名词，但学生缺少即时验证与修正渠道。信息技术将句型训练嵌入写作过程：学生输入初稿后，智能批改引擎会自动标出颜色标记结构缺陷，如主谓一致、悬垂修饰、逻辑

连接缺失，并提供可替换的句式模板；学生点击即可看到对比示例，模仿后即时生成新句。系统还根据学生水平推送“句式升级”任务，要求把简单句合并并为含非谓语句的复合句，或将陈述句改写为倒装、强调句型，以丰富表达层次。教师不再一次性批改终稿，而是在学生写作的关键节点插入微指导，实现“过程性干预”。

信息技术将静态文本拓展为多媒体资源包：在探讨“长城”主题时，教师不再局限于课本短文，而是整合高清航拍、三维建模、考古纪录片、联合国教科文组织档案、中外游客博客等多模态材料。学生通过可交互时间轴梳理长城修建史，在虚拟地图上标注不同朝代关隘，对比中外媒体对长城的象征意义解读。阅读任务也随之升级：小组需在数字协作空间内共创一份“长城文化指南”，要求融合历史事实、地理数据、文化符号与个人感悟，最终以图文并茂的电子杂志形式发布。

评价方式革新是深度融合的关键一环。传统分数加红笔批注难以激发学生持续修改动机。借助信息技术，教师把写作评价拆分为三维量规：内容深度、语言质量、创新意识，每维设置四级描述语并配以范例。学生初稿上传后，系统先进行机器互评，标出可改进项目；同伴依据量规在云端互评，给出具体建议；教师再基于数据报告进行二次评价，聚焦

思维品质与情感态度。所有批注以语音、文字、符号多模态形式嵌入文本旁，学生点击即可查看，并一键生成修订前后对比图。教师把优秀修订案例自动收入班级写作语料库，供全班检索学习。评价不再是终结性判决，而成为持续对话与共同成长的起点。

深度融合并不意味着技术凌驾于教学目标之上，而是让技术隐身为“认知脚手架”。教师的角色从知识传递者转为学习设计师：课前，分析平台数据诊断班级薄弱点，设计微项目；课中，穿梭于屏幕与小组之间，提供即时策略指导；课后，教师依据学习分析图谱推送个性化拓展任务，形成“数据—决策—行动”闭环。学生则从被动完成任务转向自主设定写作目标，在数字档案袋中追踪自己词汇增长曲线、句式复杂度变化与同伴互动频次，真正体验“写作即成长”。

信息技术与高中英语写作教学的深度融合，最终指向学生核心素养的整体提升：语言数据在真实任务中被反复锤炼，思维品质在能力循证与观点碰撞中走向深刻，文化意识在多模态阅读与跨文化交际中自然生成，学习能力则在自主选择任务、设定目标、反思改进中持续提升。当技术退居幕后，留下的将是能够用英语讲好中国故事、与世界对话的新一代学习者。

（作者单位：建始县第一中学）

整本书阅读在高中语文核心素养培养中的作用研究

■ 王小燕

随着新课程改革的深入，培养学生的语文核心素养已成为高中语文教学的终极目标。核心素养强调的不是碎片化的知识点，而是学生在真实情境中综合运用语言文字解决问题的能力与品格。整本书阅读区别于篇章阅读、片段阅读，要求学生完整地、持续地阅读一部作品，与文本进行深度对话。这一过程不仅是信息的获取，更是对作品的整体把握、内在逻辑的梳理、精神内核的探究以及个人意义的建构，这与核心素养的培养要求高度契合。

整本书阅读首先为学生的“语言建构与运用”提供了丰厚的土壤。一部完整的文学作品本身就是

一个相对独立而精妙的语言系统。学生沉浸于整本书的阅读中，能够大量接触经过作家精心锤炼的、处于具体语境中的鲜活语言。这种接触不是孤立的词汇记忆或语法分析，而是在连贯的叙事或论述中自然而然地感知语言的节奏、韵味、表现力与逻辑力量。通过持续的、大量的整本书阅读，学生能够潜移默化地吸收优秀的语言表达范式，丰富自身的语言积累，提升语感，进而更有效地进行自我的语言表达与建构。从简单的语句模仿到复杂的篇章创作，整本书阅读所提供的高质量语言输入是任何孤立的语言训练都难以替代的。

对于“审美鉴赏与创造”这一核心素养，整本书阅读的作用更为直接和深刻。文学作品是美的结晶，整本书阅读使学生能够完整地体验一部作品的整体美学风格和艺术成就。从精巧的结构布局到细腻的景物描写，从生动的人物刻画到深刻的哲理升华，学生可以在完整的阅读旅程中，感受文学艺术的魅力，培养审美感知能力。通过教师的引导和同伴的分享，学生可以学习如何鉴赏文学作品的语言美、形象美、意境美和思想美，学会辨别作品的优劣高下，形成健康的审美情趣和一定的审美判断力。

在当代时代，信息技术的迅猛发展为各个领域带来了深刻的变革，教育领域也不例外。小学教学作为基础教育的重要组成部分，其教学方式和方法也在信息技术的推动下不断革新。将信息技术与小学数学课堂深度融合，不仅是教育现代化的必然要求，更是提升小学教学质量的关键所在。本文通过对信息技术与小学数学课堂融合的深入探讨，分析了其重要意义、现状以及具体的融合策略，旨在为小学数学教师提供有益的参考，推动小学数学教学的高质量发展。

信息技术与小学数学课堂的融合具有重要的意义。首先，它能够为学生营造生动有趣的学习氛围。小学阶段的学生正处于好奇心旺盛的时期，对于抽象的数学知识往往感到难以理解。而信息技术的引入，尤其是多媒体技术的应用，能够将抽象的数学概念转化为直观的图像、动画和视频，使学生更容易接受和理解。其次，信息技术的应用能够有效激发学生对数学的兴趣。小学生的学习能力相对较弱，容易在学习数学时遇到困难。传统的教学方式往往难以调动学生的学习积极性，而信息技术的使用则为教学注入了新的活力。通过多媒体技术展示知识要点或拓展知识内容，教师可以将数学知识与学生的生活实际紧密联系起来，让学生感受到数学的实用性和趣味性。最后，尽管信息技术在小学数学教学中的应用已经取得了一定的成果，但仍存在一些问题。部分教师在运用信息技术时，未能充分考虑学生的个体差异，包括学习能力、学习习惯和学习方法等。这可能导致一些学生在课堂上无法与教师有效互动，无法及时反馈自身学习情况，甚至无法吸收教师所讲授的内容。此外，一些教师虽然认识到信息技术的重要性，但由于缺乏相关理论知识和实践经验，不知道如何将信息技术与数学教学有机结合起来，导致信息技术在课堂上的应用未能发挥应有的作用。

总之，合作学习是语文课堂教学教学中常用的一种教学模式。在教学过程中应注意合理分配合作学习小组，科学设计合作学习内容，合理控制合作学习时间，同时引导学生积极参与到小组讨论中来，从而促进学生语文素养的提高。在今后的教学过程中，要进一步改进教学方法和策略，以更好地适应新课程改革的要求，推动初中语文教学的持续发展。

（作者单位：利川市汪营镇初级中学）

一、生活数学的基本概念与特点

生活数学是指将数学知识与日常生活紧密结合的一种教学方法，它强调通过真实的生活场景来理解和运用数学概念。与传统的数学教育不同，生活数学不是单纯地教授公式和计算技巧，而是让学生在真实生活中发现数学、体验数学，让抽象的数学变得具体可感，帮助学生建立起数学与现实世界的联系。

生活数学的特点主要体现在三个方面。首先，它具有很强的实用性，所教授的内容都是学生在日常生活中经常会遇到的数学问题。其次，生活数学注重情境化教学，通过创设真实或模拟的生活场景，让学生在自然的环境中学习数学。最后，这种教学方法特别强调学生的主动参与，鼓励他们动手操作、亲身体验，而不是被动地接受知识。

与传统数学教育相比，生活数学更注重培养学生的数学思维和应用能力。传统教学往往以考试为导向，侧重于解题技巧的训练；而生活数学则着眼于学生的长远发展，致力于帮助他们掌握用数学解决实际问题能力。这种差异在特殊教育中表现得尤为明显，因为特殊教育更需要通过具体、直观的方式来理解抽象的数学概念。

二、生活数学在特殊教育中的应用价值

生活数学在特殊教育中的应用价值体现在它能够弥补缺乏抽象概念与具体经验之间的鸿沟。例如，在教授时间概念时，通过制作个性化的作息表，用图片表示不同时段的活动，学生不仅能理解时间顺序，还能培养时间管理能力。这些生活场景中的数学学习几乎不会让学生感到压力，反而能激发他们的参与热情。

在提升生活技能方面，生活数学发挥着不可

整本书阅读同样是培养学生“文化传承与理解”素养的重要途径。许多经典名著本身就是特定时代、特定民族文化的缩影和载体。通过阅读《红楼梦》，学生可以窥见中国封建社会的世态人情与文化礼仪；通过阅读《呐喊》《彷徨》，可以理解近代中国社会的思想变革与民族命运；通过阅读莎士比亚的戏剧，可以领略文艺复兴时期的人文精神。整本书阅读使学生有机会深入一种文化内部，了解其价值观念、思维方式、行为规范和社会结构，从而增进对中华优秀传统文化的认同感，并以开放包容的心态理解和尊重世界多元文化。在这种跨时空的对话中，学生的文化视野得以开阔，文化自觉与文化自信得以增强。

要切实发挥整本书阅读在核心素养培养中的多重效用，教师需要革新教学策略。首要的是营造沉浸式的阅读环境与氛围，保障学生有充足且相对集中的时间进行静心阅读，减少不必要的干扰，让学生真正“读进去”。其次，阅读过程的指导应摒弃精讲细析的传统模式，转向以学生为主体、以问题为导向的深度探究。教师应设计具有挑战性的核心任务或议题，引导学生围绕文本进行批注、讨论、争鸣和写作，推动他们与文本、与作者、与同伴展开深度对话。最后，构建多元、过程性的评价体系至关重要。评价应关注学生的阅读投入度、思维深度、交流质量以及最终的成果表现，而不仅仅是标准化的答案，从而真正引导和激励深度阅读的发生。

总之，整本书阅读是连接语文知识与核心素养的一座坚实桥梁。它通过提供完整的、有意义的语言实践和人文熏陶情境，为学生的语言能力、思维能力、审美素养和文化品格的综合发展开辟了广阔空间。高中语文教学应充分重视并科学实施整本书阅读，不断探索优化教学实践的策略，使其真正成为滋养学生语文核心素养的源头活水。

（作者单位：利川市第五中学）

信息技术与小学数学课堂融合模式研究

■ 罗 娟

为了更好地实现信息技术与小学数学课堂的融合，教师需要从多方面入手。首先，教师应加强对信息技术相关理论知识的学习和研究，提高自身的综合素质和专业素养。只有具备扎实的理论基础，教师才能在教学实践中灵活运用信息技术，将其与数学教学内容有机结合。其次，教师要关注学生的学习情况和反馈，及时调整教学方式和方法。在课堂上，教师可以通过观察学生的表情、动作以及回答问题的情况，了解学生对知识的掌握程度。对于学生在学习过程中遇到的问题，教师应及时给予指导和帮助，确保每个学生都能跟上教学进度。同时，教师还可以通过问卷调查、小组讨论等方式，收集学生对信息技术应用的反馈意见，根据学生的实际需求调整教学内容和教学方法。最后，教师在将信息技术与数学教学相融合的过程中，不仅要注重学生对信息技术的操作和使用，更要帮助学生培养自主学习的意识。例如，在小学二年级“分数加减法”的教学中，教师可以通过制作课件，将教学内容以直观的方式呈现给学生。课件中可以包含实物图片、动画演示等元素，帮助学生建立对分数加减法的初步认识。同时，教师还可以通过课件展示一些与生活密切相关的例子，如超市购物时的折扣计算、家庭生活中的物品分配等，让学生在真实生活场景中感受分数加减法的应用，从而激发学生的学习兴趣 and 自主学习的意识。

综上所述，在当前的小学数学教学中，教师要要想提高课堂教学质量，就必须将信息技术与数学相结合。通过信息化教学手段与传统教学方法的相互补充，教师可以更好地激发学生的学习兴趣，提高课堂教学效率。教师需要改变传统的教学观念，注重培养学生自主学习的能力，建立良好的师生关系，营造积极的课堂氛围，并科学合理地运用信息技术。这样，才能实现信息技术与小学课堂教学的融合，推动小学数学教学的高质量发展。

（作者单位：利川市忠路镇民族小学）

浅谈生活数学在特殊教育中的重要性

■ 王春芳

在特殊教育领域，生活数学不仅仅是一门学科，更是帮助学生融入社会的重要工具。通过将数学知识融入日常生活，特殊教育的学生能够更好地理解和运用这些技能，从而提高他们的生活质量和社会适应能力。本文将探讨生活数学在特殊教育中的独特价值及其实际应用。

替代的作用。智力发育迟缓的学生通过模拟超市购物活动，从认识货币到计算找零，逐步掌握基本的财务概念。可以设计分层次的任务，从简单的“用10元钱买一瓶水”到复杂的“比较不同包装商品的价格”，循序渐进地培养计算能力和消费意识。这类训练不仅限于课堂，家长也被鼓励在家中创造类似的实践机会，如让孩子参与家庭采购清单的制定。当学生发现自己掌握的数学技能真的能解决实际问题时，学习动机和自信心都会明显增强。

多感官参与是生活数学教学的另一个显著优势。针对注意力缺陷或多障碍学生，教师可以设计包含触觉、听觉等多种感官刺激的数学活动。例如用不同质地的材料制作数字卡片，让学生在触摸中记忆数字形状；或者将数学运算编成节奏明快的儿歌，帮助记忆计算步骤。这种教学方式有效解决了传统课堂单一讲授模式导致的注意力涣散问题。

生活数学还特别注重个性化学习路径的设计。同一个班级里，可能同时采用多种教学方法：为语言理解困难的学生准备图示操作指南，为动作协调障碍的学生调整操作工具的尺寸，为社交焦虑的学生安排单独的操作空间。在测量主题的教学中，有的学生用标准尺子量课桌，有的则用脚步丈量教室，这种差异化的要求确保每个学生都能在自己的能力范围内获得成功体验。值得注意的是，这些个性化调整并非降低学习标准，而是找到最适合每个学生的知识入口。

社会适应能力的培养是生活数学带来的深层价值。通过角色扮演活动，如“餐厅点餐”或“公交乘车”，学生不仅练习了计算技能，还学习了排队等候、礼貌请求等社会规则。小组合作的数学游戏则创造了自然的社交情境，比如共同完成拼图式数学题，既锻炼了问题解决能力，又促进了同伴互动。这些活动设计都遵循“做中学”的原则，让学生在真实或模拟的社会场景中，潜移默化地提升数学应用能力与社会交往能力。

（作者单位：鹤峰县特殊教育学校）