

# 小学体育教学中趣味化与生活化教学策略的运用

黎子晗

廉江市城北街道中心学校, 中国·广东 湛江 524400

**【摘要】**新课程改革的持续深化与全面推进,小学体育学科在教学内容体系构建与教学方法创新层面均呈现出显著变革,作为基础教育体系的重要构成模块,小学体育教学通过实施趣味化与生活化转型,能够有效提升学生在体育实践中的参与积极与自主性,这一改革路径与当前教育改革战略高度契合。因此,小学体育教师需主动探索趣味化与生活化教学策略的实践路径,通过优化教学设计框架,实现教学内容与实施过程的双向革新,进而达成体育教育的多维育人目标。

**【关键词】**小学体育;促进知识迁移;趣味化教学;生活化教学

## 1 小学体育教学中趣味化与生活化教学的重要性

### 1.1 激发学习兴趣,提升参与主动性

小学体育教学的核心目标之一是培养学生对体育活动的长期兴趣,而趣味化与生活化教学理念正是实现这一目标的有效路径<sup>[1]</sup>。传统体育教学模式往往以标准化训练和技能考核为导向,导致学生在重复性练习中产生倦怠心理,趣味化教学通过游戏化设计、情境化任务等手段,将体育知识转化为具有挑战性和探索性的学习活动,使学生在完成运动目标的过程中获得即时反馈与成就感,这种内在激励机制能够显著延长学生的注意力集中时间,使其在愉悦体验中形成对体育活动的正向认知。生活化教学则通过构建体育知识与日常经验的认知桥梁,消除学生对抽象运动理论的疏离感,当学生发现体育技能可直接应用于实际场景(如攀爬动作与日常防身技巧的关联)时,其学习动机将由外部要求转化为内在需求,这种认知重构不仅增强了学习内容的实用性感知,更通过“学以致用”的反馈回路,持续强化学生的参与意愿。

### 1.2 促进知识迁移,增强实践能力

体育教育不应局限于课堂场景,而应构建“课堂学习-生活实践-技能迭代”的完整闭环,生活化教学通过模拟超市购物、社区服务等生活场景,将体育训练嵌入真实问题解决过程中,这种情境化学习模式能显著提升学生对运动原理的深层理解,当学生在模拟情境中运用平衡能力完成货物搬运任务时,其对身体重心控制的认知将超越单纯的动作记忆,形成更具迁移性的运动思维。趣味化教学则通过任务设计的多样性,促进体育技能的创造性转化,如在障碍赛跑中,学生需自主规划路线、调整速度,这种开放性

问题解决过程能培养其策略思维与应变能力,当学生将课堂所学的起跑技巧迁移到校运会比赛时,其实质是完成了从知识记忆到能力运用的认知跃迁,这种迁移能力不仅体现在体育领域,更能通过“运动思维”的锻炼,提升学生在其他学科中的问题解决效率<sup>[2]</sup>。

### 1.3 培育核心素养,实现全面发展

体育教育作为素质教育的重要组成部分,其价值不仅在于强健体魄,更在于通过身体活动促进心理发展与社会适应,趣味化教学通过竞争与合作机制的设计,为学生提供多维度的成长空间,在小组竞赛中,学生需平衡个人表现与团队目标,这种角色认知的动态调整能显著提升其人际交往能力;在自主设计的体育游戏中,学生需统筹规则制定与资源分配,这种创造性实践能培养其领导力与决策能力。生活化教学则通过体育活动的社会化延伸,帮助学生建立健康的生活方式,当学生将晨跑习惯与城市绿道规划相联系时,其运动行为便超越了单纯的身体锻炼,升华为对公共空间的认知与参与,这种“身体-环境”的互动认知,能培养学生观察社会、改造环境的能力,更深远地,当学生将体育精神(如公平竞争、坚韧不拔)内化为行为准则时,体育教育便真正实现了“以体育人”的教育使命。

## 2 小学体育教学中趣味化教学策略的运用

### 2.1 教学道具的趣味运用

在小学体育教学中,引入各种有趣的教学道具能够极大地增加课堂的趣味性,如彩色小球、橡皮筋等道具,可以在不同的体育项目中发挥独特的作用,在投掷练习中,使用彩色小球可以让学生更加清晰地观察到投掷的轨迹和力度,同时彩色的小球也能吸引学生的注意力,提高他们的

参与度,教师可以将学生分成小组,进行投掷接力比赛,每个学生需要准确地将彩色小球投掷到指定的目标区域,然后迅速跑回与下一位同学击掌接力。通过这种方式,不仅锻炼了学生的投掷能力,还培养了他们的团队协作精神和竞争意识。橡皮筋则可用于跳跃练习。教师可以将橡皮筋设置成不同的高度,让学生依次进行跳跃挑战,随着高度的逐渐增加,学生的跳跃难度也不断加大,这激发了他们的挑战欲望,同时,教师还可引导学生发挥创意,用橡皮筋创造出不同的跳跃游戏,如多人合作跳跃、障碍跳跃等,进一步增加了游戏的趣味性和挑战性<sup>[3]</sup>。

## 2.2 趣味体育游戏的设计

设计具有挑战性的趣味体育游戏是小学体育趣味化教学的重要手段,平衡球比赛可以锻炼学生的平衡能力和身体协调性,教师可以在操场上设置一个平衡球赛道,学生需要站在平衡球上,保持身体的平衡,快速通过赛道,在比赛过程中,学生需要集中注意力,调整身体的重心,以避免从平衡球上掉落。这种游戏不仅考验了学生的身体素质,还培养了他们的专注力和应变能力。跳绳比赛也是一种经典的趣味体育游戏,教师可以组织学生进行单人跳绳、双人跳绳、多人跳绳等多种形式的比赛,为增加游戏的趣味性,教师还可设置不同的规则和挑战,如在规定时间内跳绳次数最多者获胜、在跳绳过程中完成特定的动作等,此外,教师还可以引导学生对跳绳进行创新,如用不同材质的绳子、改变跳绳的节奏和方式等,让学生在游戏中体验到创新的乐趣。

## 2.3 视频学习的引入

播放体育相关的精彩视频能够从视觉和听觉上刺激学生,激发他们对体育的好奇心和兴趣,如教师可以播放运动员的精彩比赛视频,如奥运会上的田径比赛、篮球比赛等,通过观看运动员们高超的技艺和顽强的拼搏精神,学生能够感受到体育的魅力和力量,从而更加愿意参与到体育学习中来。在播放视频后,教师可以组织学生进行讨论和交流,分享他们从视频中获得的启发和感受,同时,教师还可以引导学生模仿运动员的动作和技巧,进行简单的练习,如在学习篮球运球时,教师可以播放篮球明星的运球视频,让学生观察他们的运球姿势、手部动作和脚步移动,然后让学生进行模仿练习,通过这种方式,学生能够更加直观地学习到正确的体育技能,提高学习效果。

## 2.4 故事情境教学的开展

通过编排趣味的故事情境,将体育知识融入其中,能够让让学生在故事中体验和学习,如教师可设计一个“森林探险”的故事情境,将跑步、跳跃、攀爬等体育项目融入到故事中,学生需要扮演探险家的角色,在森林中完成各种任务,如穿越障碍、寻找宝藏等,在完成任务的过程中,学生需要运用所学的体育知识和技能,克服各种困难。在故事情境教学中,教师可以设置不同的情节和挑战,增加故事的趣味性和紧张感,如设置“大灰狼的追击”情节,让学生在跑步过程中增加速度和紧张感;设置“陡峭的山坡”情节,让学生进行攀爬练习,通过这种方式,学生能够在轻松愉快的氛围中学习体育知识,提高身体素质。

## 2.5 创意比赛的组织

组织创意比赛能够充分发挥学生的创意和才华,提升他们对体育课程的兴趣,如造势舞蹈比赛可以让学生结合体育动作和舞蹈元素,创作出独特的舞蹈作品,学生可以自由组队,选择自己喜欢的音乐和主题,进行舞蹈编排。在比赛过程中,学生不仅能够展示自己的舞蹈技巧,还能体现出团队合作精神和创新能力,创意体操表演也是一种很好的创意比赛形式,学生可以根据自己的想象力和创造力,设计出独特的体操动作和造型,教师可以给予学生一定的指导和建议,帮助他们完善作品,通过创意比赛,学生能够在体育学习中找到乐趣和成就感,更加积极主动地参与到体育活动中来<sup>[4]</sup>。

## 3 小学体育教学中生活化教学策略的运用

### 3.1 生活化体育教学资源的挖掘

体育教师应从现实生活中出发,发掘和收集各类不同的体育教学资源,并以布置家庭作业的形式,让学生积极参与实际的生活化体育锻炼,如教师可以要求学生每天进行晨跑,并录制晨跑视频发送至班级共享群,这种方式不仅能够让学生养成良好的晨练习惯,还能起到监督作用。教师还可以引导学生利用生活中的物品进行体育锻炼,如让学生用废旧的塑料瓶制作成哑铃,进行力量训练;用报纸折叠成各种形状,进行投掷练习或作为游戏道具,通过挖掘生活化的体育教学资源,学生能够更加深刻地体会到体育与生活的紧密联系,提高他们运用体育知识解决实际问题的能力。

### 3.2 生活化情景教学的融入

将生活化的情景教学方式融入到实际教学中,有助于学生更好地理解体育知识,养成热爱体育锻炼的好习惯,如在学习“队列队形”时,教师可以为学生播放一段关于阅兵仪式的视频,让学生直观地感受队列和队形的魅力,然后,教师可以引导学生模仿军人的队列和队形变化,进行练习。通过这种方式,学生能够明白队列队形在生活中的实际应用,如在学校集会、运动会开幕式等场合中,整齐的队列队形能够展现出良好的精神风貌。再如,在学习“平衡能力”时,教师可以创设“过独木桥”的生活情景,在操场上设置一条用木板或平衡木搭建的“独木桥”,让学生依次通过,在通过“独木桥”的过程中,学生需要保持身体的平衡,就像在生活中过狭窄的小路或桥梁一样,通过这种生活化的情景教学,学生能够更加容易地理解和掌握平衡能力的训练方法。

### 3.3 社会活动的积极引导

学校应积极组织学生参加具有实际意义的体育社会活动,帮助学生树立科学的体育意识,养成团结协作的体育精神,如参加社区组织的拔河比赛、健身操表演等活动,在这些活动中,学生能够与不同年龄段、不同背景的人一起合作和竞争,提高他们的社交能力和团队协作能力。同时,学校还可以组织学生参观体育场馆、体育赛事等,让学生亲身感受体育的魅力和氛围,如组织学生观看一场篮球比赛或足球比赛,让学生了解比赛规则、运动员的训练和比赛过程,激发他们对体育的热爱和追求,通过参加社会活动,学生能够将体育学习从课堂延伸到社会,拓宽他们的视野,提高他们的综合素质<sup>[5]</sup>。

### 3.4 生活化教材的合理改造

教师应根据学生的生活经验,对教材进行一定的改造,创造性地设计案例,使学生能从生活经验中找到共鸣,如在学习“投掷技巧”时,教师可以引导学生联系生活实际,让学生思考在日常生活中有哪些投掷的行为,如扔垃圾、投篮等。然后,教师可以让学生用生活中常见的物品,如塑料瓶、沙包等,进行投掷练习。

教师还可以将体育知识与学生的生活场景相结合,设计出具有生活气息的教学内容,如在学习“跑步技巧”时,教师可以模拟学生上学、放学的情景,让学生进行跑步练

习,在跑步过程中,教师可以引导学生注意呼吸的节奏、步伐的大小等技巧,就像在日常生活中跑步一样。通过生活化教材的改造,学生能够更加容易地理解和掌握体育知识,提高学习效果。

### 结论

小学体育教学中趣味化与生活化教学策略的运用具有重要的意义和价值,通过趣味化教学策略,如教学道具的趣味运用、趣味体育游戏的设计、视频学习的引入、故事情境教学的开展和创意比赛的组织,能够激发学生的学习兴趣 and 积极性,提高体育教学的趣味性和吸引力,而生活化教学策略,如生活化体育教学资源的挖掘、生活化情景教学的融入、社会活动的积极引导和生活化教材的合理改造,能够让学生将体育知识与生活实际相结合,提高他们运用体育知识解决实际问题的能力,培养他们的生活意识和实践能力。在实际教学中,教师应根据学生的特点和需求,灵活运用趣味化与生活化教学策略,不断创新教学方法和手段,为学生创造一个丰富多彩、生动有趣的体育学习环境。同时,学校和教育部门也应加强对小学体育教学的支持和投入,改善体育教学设施和条件,为趣味化与生活化教学策略的实施提供保障。相信通过趣味化与生活化教学策略的有效运用,小学体育教学将能够取得更好的教学效果,促进学生的身心健康全面发展。

### 参考文献:

- [1] 汪应尧. 核心素养视野下小学体育生活化教学探究[J]. 考试周刊, 2024, (24): 95-100.
- [2] 俞金花. 趣味化与生活化在小学体育教学中的影响分析[J]. 小学生(下旬刊), 2022, (02): 123-124.
- [3] 朱英. 运动成长, 快乐学习——趣味化与生活化在小学体育教学中的影响[J]. 新体育, 2021, (16): 57-60.
- [4] 章为华. 趣味田径在小学体育教学中的育人价值研究[J]. 体育教学, 2024, (S1): 190.
- [5] 陈佳佳. 趣味田径在小学体育教学中的实践应用与效果研究[J]. 田径, 2024, (12): 3-4.

### 作者简介:

黎子晗(1999.6-)男,汉族,广东湛江,小学体育与健康二级教师,大学本科,专业方向:体育教育。