

小学体育学习中学生基本技术技能的掌握方法探究

刘依然

(江苏省新沂市时集镇中心小学, 江苏 徐州 221400)

摘要: 随着现代素质教育的发展, 体育教育越来越受到人们的关注和重视, 成为当下教育话题中的关键词。体育教学是提升学生运动能力、培养学生运动兴趣、提高身体素质的关键课程, 尤其在小学阶段, 教师不仅要培养学生终身体育的精神与意识, 还要采取合理手段, 教导学生掌握基本的运动技术与技能, 让学生拥有良好的运动能力。本文即深入探讨, 在小学体育教学中培养学生基本技术技能的有效策略与方法。

关键词: 小学; 体育; 基本技术技能; 教学

一、借助多媒体构建情境

在现代体育教学中, 越来越注重“理实”结合的教育方式, 首先通过理论层面的引导和教育, 让学生掌握运动的基本规则、运动方式以及特殊技巧, 然后再进行实践演练, 让学生进一步提升运动能力, 提高运动技巧。在此过程中, 教师即可运用多媒体构建相关的体育情境, 通过动画或体育明星的演示与呈现, 可以让学生更愿意主动学习和接触相关的体育知识, 这样不仅可以提升体育教学的安全性, 让学生提前对运动形式与内容深入了解, 同时也可以有效提升学生的运动兴趣, 更利于基本技能的培养与建构。

例如在“篮球”教学中, 教师不仅要通过篮球游戏让学生从小养成打篮球的习惯, 还有必要通过技能教学, 让学生掌握基本的投篮、传球、带球等技能, 让学生在篮球运动时更有参与感和成就感, 获得良好的运动体验。因此在教学过程中, 笔者就借助了多媒体, 为学生播放科比、姚明、易建联、詹姆斯等球星的基础篮球动作, 以此作为演示视频, 吸引学生快速投入注意力, 并在实践演练中进行尝试和练习, 以此作为基本篮球技能培养的开端。

二、将技术动作合理分解

对于小学生而言, 他们的运动能力受到身体素质的影响, 很多复杂的运动难以快速掌握, 尤其对于需要多步骤完成的技术动作而言, 学生往往难以协调肢体, 无法掌握相应的技能动作。针对这样的现象, 教师则可以运用技术动作分解教学的方式, 将多步骤的动作分解为单一动作, 引导学生分别掌握后再进行融合, 这样既可让学生更加轻松地掌握相应的复杂技术动作。

例如在学习“三级跳远”时, 该技术动作主要由单脚跳、跨步跳和跳跃联合动作组成, 对于小学生而言, 即使观看教师的演示动作, 多数学生也难以直接掌握这一组合作。因此可以将其分为三个步骤, 首先引导学生练习单脚跳, 比如组织一场单脚跳比赛, 让学生先掌握这一基本动作; 然后再组织学生练习跨步跳, 比如可以安排学生模拟跨栏比赛, 练习跨步跳的动作要点; 最后再将三个跳跃动作进行整合, 刚开始可以采取慢动作练习方式, 让学生记忆动作的组合方式, 并通过手把手的牵拉、引导, 让学生的动作逐渐协调和规范化, 然后随着速度的不断加快, 让学生一步步掌握三级跳远的技术动作。

三、构建学生小组共促进

在小学体育基本技术技能教学中, 教师还应掌握构建小组实施教学的方式。通过小组教学, 不仅可以促进学生之间的交流, 让组内学生能够通过互相协作与配合, 弥补各自的不足与缺陷,

还能借助小组之间的竞争关系, 激励各小组内部更加积极主动地参与到体育运动之中, 让学生班级整体得到有效的进步与提升。

例如在学习“跳绳”时, 不同学生之间的能力差异十分鲜明, 这就导致擅长跳绳的学生非常愿意参与该活动, 但是不擅长跳绳的学生就会放弃。为了避免差异引起的不良影响, 教师就可以采取小组竞赛模式。首先, 将学生按照跳绳能力进行异质分组, 每个小组之间的综合能力相对接近, 以保障组间的均衡性与竞争力; 其次, 在各小组内选出组长, 一般由跳绳能力最强的学生担任, 该学生可以根据自身的经验和能力, 指导其他同伴快速掌握技巧, 在短时间内提升跳绳的技能; 最后, 开展小组跳绳大赛, 每组依次选派一名成员跳绳, 分别选出每回合中跳绳次数最多的学生, 颁发优胜奖; 同时将各小组成员跳绳总数进行合计, 选拔出优胜小组。通过这样的方式, 既鼓励了个人能力突出的学生, 又借助团队的力量, 推动了落后学生的发展, 让学生整体得到了良好的发展空间。

四、积极采取激励性教育

除了上述教学手段之外, 教师还需掌握激励教育的技巧, 运用激励的术语引导学生的积极性与拼搏意识, 激发学生的体育精神, 进而让学生能够更加主动地掌握更多的基础技术与技能。例如在进行列队练习时, 整齐划一是基本要求, 为了激励学生, 教师一方面可以通过鼓励的方式, 让学生拥有信心; 另一方面还可以通过播放国歌、放映阅兵时的壮阔场面, 以此激励学生的不服输精神, 让学生能够通过不断地坚持与练习, 达到整齐的步伐与列队效果。通过激励教育, 可以让犯错的学生重拾信心, 可以让优秀的学生坚持努力, 更可以让学生真正掌握体育运动的基本技术与技能, 成为一名热爱运动、积极生活的好学生。

五、结语

综上所述, 在小学体育基本技术与技能教学中, 教师应掌握情境构建、动作分解、小组协作以及激励教育等多种教学方法, 以小学生的视角切入教学, 通过帮助学生建立体育爱好与运动兴趣的方式, 推动他们逐步掌握更多的技术动作, 获得运动能力的科学发展。

参考文献:

- [1] 何贤明. 小学体育教学中学生动作技术掌握的研究[J]. 东西南北: 教育, 2018(15).
- [2] 詹美晶. 探讨如何以多媒体提高小学生学习体育运动技能兴趣的策略[J]. 研究, 2020(41).
- [3] 贾雄英. 小学体育教学对学生运动技能培养的策略探究[J]. 考试周刊, 2020(07).