

# 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).