

# 素质拓展训练在小学体育教学中的融入

朱丽萍

(山东省平邑赛博小学 山东 平邑 273300)

**【摘要】**体育教学一贯以来都是小学必修课程,是学生必须修习的一个学科,它不但能够培养学生的良好身体素质,并且还能够磨练意志,培育学生良好的性格。近几年随着小学教育改革的开展,让体育课程表现新的特色,老师在注重理论教育的同时,也创新了教学模式,实施素质拓展训练,以调动学生对体育练习的热情。但由于素质拓展训练在全国实施的时间较短,部分老师对其理解有误差,不能把握重点。针对此类现状,当前小学体育教师需要建立全新的观点,深入认识素质拓展培训,使之与小学体育有机融合,从而进一步提升素质教育水平

**【关键词】**素质拓展训练;小学体育教学;融入

二十一世纪以来,由于中国社会市场经济的迅速发展,以及教育教学改革的不断深入,中国小学体育课程改革日益引起了各界的重视。过去,单一的体育教学方法不利于调动学生对参加体育活动的热情,已无法适应现代教育需要。“素质拓展训练”是一个崭新的体育教学模式,它既可以丰富教学策略,又可以从全方位训练学生全身各个部位的运动机能,从而锻炼学生的毅力,增强其心理素质。根据当前小学体育运动的状况,对素质拓展练习和小学体育教学融合做出了深入的论述,为小学生身体素质的提高打下了基础。

## 1 有关素质拓展训练的概述

大家都清楚,体育是课程教育中最关键的学科之一,素质拓展练习就是小学体育课程中的拓展课程,是对小学体育教学的补充。素质拓展练习不同于传统的体育课程,其目的并不仅仅在于身体素质的训练,更在于培养小学生的心理素质与实战能力,通过训练和活动的方式帮助学生获得真实的体验。素质拓展练习的表现形式比较多元,和情境教育、实践活动等密切相关,可以培育小學生的团体意志和凝聚力。素质拓展练习大多富有挑战性,多人参加,以互动式体验、合作练习是主要前提,是培养学生素质教育的主要组成部分。素质拓展培训随着体育课程的不断完善,很多较有条件的小学都将体育运动课程编入了相应的教学内容,丰富了小学体育教学的方法,也更加调动了学生的运动激情,训练了学生的创造力和意志力。

## 2 素质拓展训练在小学体育教学中的融入

在上面阐述中能够更直观地认识到将素质拓展训练和小学体育课程融合的必要性和意义。但在实际的体育教学活动中,还需要结合实际,科学运用素质拓展的训练方法。

### 2.1 在素质拓展训练当中帮助学生完善体育知识和学习技能

在小学体育课程中,运动课程并非学生玩乐的地方,而体育既然成为了一种必修课,它存在的目的就不仅是为了让学生完成基本训练,从而提升身体素质,同时也是为了使掌握相应的运动常识,如教会学生怎样在运动中维护自身不受损害,怎样在伤害时学会自我救护,以及教会学生正确体育锻炼的方式等。在素质拓展训练中,老师为了提高学生的体能素质,首先要指导小学生进行体能活动,在小學生进行体能训练过程中,老师还要使小学生了解体育锻炼的基础知识、学会锻炼技能。过去的体育课堂中,老师不能将体育教学专业知识与技能系统地传授给小学生,在体育教学课堂老师也不能尽到身为老师的职能,不给小学生传递体育理论知识,而小学生们在体育教学课堂也分别开展教学活动,而在实际体育教学课堂也有着这样的一种现象,小学生们在一起聊天,不开展体育教学课外活动,甚至上了一半的体育课后逃课,这样的体育教学课堂对小学生没有起到培养效果,这样的体育教学课堂是没有什么效益的,而在现在的教育体制下,老师也必须在实际体育教学课堂中使

用素质拓展练习培养方式。

### 2.2 提高教师的综合能力

由于素质拓展培训也有它本身的优势,要发挥其与小学体育课程的融合效果,就应该通过教师的综合素养,让小学体育教师具有控制训练的能力。因此,小学的体育教师们应当改变自身的教育观念,进一步培养学生体育的综合能力,为素质拓展训练更好地渗透到小学体育课堂中打下更加扎实的基础。同时相关学校还应当通过定期训练师资,系统介绍素质拓展训练的有关内容,让老师更加深入地掌握并提高学生体育课程的控制能力。在小学体育课堂教学过程中,把素质拓展训练的基础知识和体育课程相结合,再进行素质拓展的综合训练,提高教师的整体能力。

### 2.3 以安全教学为重要前提

为了未来祖国建设的栋梁之才,为国家现代化发展建立的领导人,把身体素质拓展锻炼纳入小学体育课程,就应该以安全教育为基础。小学生个性活泼,在课外素质拓展锻炼中,极易忽略安全性的问题,一旦身体安全性得不到合理保证,则后果更加严重。因此针对此类现状,在全面融入素质教育并开展锻炼活动的过程中,在体育课程上老师需要时时注意学生的安全,小学生开展体育锻炼前要全面检测运动器材,并作好安全措施。

## 3 结束语

综上所述,在新素质教育背景下,小学体育课程已成为了小学生体质培养的主要课程,并提供了更高的教学要求。作为体育课程中最关键的教学环节之一,素质拓展训练对于培养小学生的综合素养能力有着关键意义。为了突破小学传统教学方法的局限性,老师需要根据小学生的身体特征等来设计素质拓展训练方法,并通过增加学生对于素质拓展训练的兴趣,充分调动学生的学习热情力,把小学生当成整个课程的教学主体,从而增强小学生的体能和心理素质。

## 参考文献:

- [1] 林文. 素质拓展训练在小学体育教学中的融入 [J]. 华夏教师, 2021(2): 95-96.
- [2] 马嘉悦. 素质拓展训练在小学体育教学中的融入 [J]. 新课程, 2021(35): 210.
- [3] 彭波. 素质拓展训练在小学体育教学中的融入探析 [J]. 新教育时代电子杂志(教师版), 2019(37): 59.
- [4] 皮希慧. 素质拓展训练在小学体育教学中的融入策略浅谈 [J]. 当代体育科技, 2021, 11(2): 35-37.

## 作者简介:

朱丽萍: 1979年01月06日,女,汉族,祖籍:山东省平邑县卞桥镇魏家庄,学历:本科,中学一级,学科:体育与健康。