

# 运动技能迁移在体育教学中的应用

郑权升

贵州商学院 贵州 贵阳 550000

**【摘要】**：我国教育事业迅速发展，进行全面深化改革，对体育教学质量进行更多的关注和重视，同时提出更高要求。教师在实际教学中要积极转变教学思想理念，创新体育教学模式，加强运动技能迁移的应用，提升学生综合能力和素养，实现身心健康的全面发展。

**【关键词】**：运动技能迁移；体育教学；具体应用

运动技能迁移在体育教学中被广泛应用，有助于学生更加迅速熟练地掌握新体育运动技能。体育教师在实践教学过程中，要正确引导学生掌握运动技能迁移的方法，充分运用其特性，提高运动技能学习质量和效率。

## 1 运动技能迁移阐述

### 1.1 概念

运动技能迁移主要是运动技能和理论知识学习中容易出现的情况。通常情况下，我们将已经形成的运动技能对其他相关体育运动技能的影响称为技能迁移。体育教学活动过程中，教师充分利用运动技能迁移的规律，全面有效提高体育教学质量和效率。运动技能迁移具有积极的作用，同时呈现出一定的消极作用，其正迁移主要是掌握相关体育运动技能对新技能的学习实现积极促进的作用，如学生掌握篮球相关运动技能，能够在手球技术学习上奠定良好的基础；负迁移主要是学生掌握运动技能对于新技能的学习造成不同程度的消极干扰影响，如人们学会骑自行车，同时进行三轮车学习的过程中会产生一定的不适应，甚至相比较不会骑自行车的人更好掌握骑三轮车的技能，原本就会骑自行车的技能产生一定的运动技能负迁移。

### 1.2 主要形式

①运动技能迁移主要包含两侧迁移的形式，主要是动作技能通过身体一侧迁移到身体另一侧，即锻炼身体某一侧的肢体，同时相应地提升了身体另一侧肢体的运动技能，进而通过两侧迁移形式对人体的手脚部分进行有效迁移。但是，我们根据相关实践研究进行分析，该种迁移不一定呈现出对称进行的状态，一般情况下优势肢体向非优势肢体迁移出现较大的迁移量。

②运动之间的相互迁移。学生以往学习掌握的体育运动技能在他们学习新体育运动技能的过程中发挥一定程度的作用，存在积极促进或者消极阻碍的影响。如，学生在以往学习过关于单杠运动技能，掌握一定的运动技术，进而在学

习双杠运动技能的过程中相对更加简单，起到良好的积极促进作用<sup>[1]</sup>。但是，学生掌握一定的篮球技术，进而在学习足球体育运动技能的过程中呈现出一定的消极影响。

③语言训练和运动迁移。体育教师在日常教学过程中，正式开展相关体育活动训练之前，通常对学生开展语言训练，传授相关运动的专业理论知识，便于学生更好地理解 and 掌握体育运动技能。如，体育教师对学生的反应速度进行训练的过程中，需要结合教师发出的相关信号指令，迅速准确地做出针对性的运动动作，在该种教学训练的情况下，通过语言训练学生的反应能力，相比较于没有经过训练的学生要强。

## 2 体育教学现状

### 2.1 教学理念落后

现阶段，部分体育教师在实践教学对自身岗位职责没有正确认识，缺乏高度重视。同时，部分学校更加关注学生专业学科的教学质量和效率，在一定程度上忽视了体育教学成效，甚至占用体育教学时间开展相关主要专业学科的教学课程，大大减少体育教学时间，不利于学生更好地进行体育运动训练。另外，教师对于运动技能迁移没有深入分析和了解，不能充分发挥其在重要价值和优势。教师缺乏学习和引进新时期先进体育教学理念，造成体育课堂沉闷无趣，降低学生学习兴趣和激情，不利于学生养成良好的体育锻炼习惯，形成终身体育思想意识，进而降低体育教学成效。

### 2.2 教学方式单一

部分体育教师缺乏教学方式的创新和改革，采用单一的教学模式，在课堂上进行简单的讲解相关体育运动的理论知识，对学生进行一定的示范，同时开展常规的跑步、伸展和体操运动，消耗大量的时间让学生自由活动，不利于学生体育学科核心素养和综合体育运动能力的培养。教师对运动技能的正向和负向迁移没有正确把控，对于各个体育运动之间存在的内在关联性没有详细分析和了解，进而不能有效实现

其运动技能的正迁移，无法有效达成体育教学目的。

### 2.3 体育教学评价体系不完善

部分学校在体育教学过程中，缺乏针对性及有效的教学评价体系，进而对教师的行为规范不能起到良好的监督约束作用。部分体育教师自身专业素养和综合能力不足，缺乏创新意识和能力，同时在日常工作中没有积极通过多种途径学习更多的专业知识和运动技能，进而在实际教学中存在一定不足。同时，体育教学针对教师运动技能迁移的具体应用成效缺乏相应的评价体系，从而对教师的教和学生学习成效不能正确评估。教师和学生不能结合全面准确的评价结果，对自身的教学模式和学习方式进行适当调整和优化，难以获得更好的体育教学和学习质效。

## 3 运动技能迁移在体育教学中的具体应用

### 3.1 转变教学理念、注重运动技能迁移应用

一方面，学校要加强对教师教学思想转变的引导，进行运动技能迁移教学培训，提升教师的综合素养和综合能力，正确地认识到运动技能迁移对学生的重要影响作用。学校可以组织体育教学经验分享会议；邀请专业人士进行运动技能迁移相关教学知识的讲座；为教师提供学习进修的平台和机会，鼓励他们进行自我能力的提升。另一方面，教师自身要积极转变自身的教学理念，积极响应国家教育新课程的改革，根据学生体育学习的实际需求和自身教学的经验高效应用运动技能迁移，发挥其最大应用价值和作用。教师可以通过互联网、阅读书籍、参加培训等不同的方式进行自我能力和素养的提升。教师在体育课堂上要转变自己的位置，将学生转变为课堂的主体，自己适当地做好引导工作。教师要了解学生心理和身体发展的实际需求，为学生精心设计体育活动，培养他们对体育的学习兴趣，养成良好的体育习惯。

### 3.2 创新运动技能迁移教学应用措施

#### 3.2.1 加强原有运动技能的巩固

运动技能迁移的正、负迁移一般都是以学生已经掌握的运动技能开展。因此，体育教师要高效利用运动技能的正向迁移，加强学生原有运动技能的巩固，同时有效衔接新旧技能学习，保证正迁移的形成。体育教师在实际教学中让学生学习一种运动技能，在学生熟练掌握该项运动技能之后，选择和其具有一定关联的运动技能加强学习，发挥正迁移的作用<sup>[9]</sup>。但是，学生对原有运动技能存在不理解、掌握不熟练等问题，对新体育运动技能学习的过程中，就会受到原有运动技能的消极影响，进而产生新旧运动技能之间产生负迁移。体育教师要高度重视学生运动技能掌握状况，科学合理地安排技能学习和锻炼，保证运动技能迁移的正迁移作用全

面发挥出来，有效提高体育教学质量和效率。

#### 3.2.2 明确运动技能概念、分析运动规律

体育教师要正确认识到理论知识和运动技能的重要作用，在体育运动理论教学过程中，要明确运动技能概念，保证概念讲解的精准性，有助于学生更加深刻正确地理解运动技能，采用理论知识全面深入的分析运动技能，对其更加深层次地了解。学生掌握运动技能的过程中，分析和了解各项体育运动技能之间的关联系，对新运动技能的学习起到积极促进的作用，更加直观地表现出运动技能正向迁移。

#### 3.2.3 增强运动技能之间的分析对比

体育教师开展体育教学活动的过程中，需要对运动技能之间进行详细正确的分析和对比，明确不同体育运动技能的核心内容，利用各项运动技能之间存在的不同关系，发挥运动技能的正向迁移作用。例如，体育教师针对不同体育运动技能的标准要求、目的、条件和锻炼形式等多个方面，全面对比和分析各项运动技能，确定技能之间存在的关系和异同，便于学生结合自己掌握运动技能的实际情况，更加迅速地学习新运动技能。

#### 3.2.4 教师和学生正确认识运动技能迁移

教师在体育教学中应用运动技能迁移的过程中，要充分发挥自身的引导和规范作用，正确认识运动技能迁移，进而有效提升体育教学效果。教师要深入分析和掌握各项体育运动技能要点，了解各项技能之间的内在关联，减少学生走弯路，更加快速有效地学习新运动技能要领。同时，教师要理解运动技能迁移的根本原理，针对性地创建新旧运动技能的联系，向学生更加直观地展现出运动技能迁移，便于运动技能学习和训练。另外，学生在体育教师的正确引导下要积极探究和了解运动技能迁移特点，根据自身运动实践，科学合理地调整学习训练方式，发挥运动技能正迁移作用，减少体育学习阻碍，更好地熟练掌握新运动技能。

### 3.3 完善体育教学训练评价

体育教师要客观评价教学训练活动，判断学生运动技能真实掌握情况，确认运动技能之间形成正迁移。通常情况下，教师应用迁移测试的手段，确定教学内容的影响，采用迁移测试进行教学评估活动，明确教师教学成果，同时根据评估结果适当规范地调整教学内容，进一步发挥运动技能迁移的正向迁移，提高运动技能迁移的应用效果。

## 结束语

运动技能迁移属于常见的体育教学措施。体育教师要正

正确认识运动技能迁移，在实践教学中巩固学生原有的运动技能，提高运动技能迁移应用效果，获得预期的体育教学效果。能，详细分析对比运动技能，制定完善的体育教学训练评价，

### 参考文献:

- [1] 汪选合.浅析运动技能迁移在体育教学训练学中的应用[J].当代体育科技,2019,9(018):39,41.
- [2] 叶秋霞,娄会娟.运动技能迁移在体育教育训练中应用研究[J].体育世界:学术版,2019,000(009):184-185.
- [3] 陈业铭.运动技能迁移在体育教学训练中的方法探究[J].百科论坛电子杂志,2019,000(020):724-724.

作者简介: 郑权升, 出生年月: 1992年3月, 性别: 男, 民族: 汉, 籍贯: 安徽, 学历: 硕士, 职称: 助教, 研究方向: 体育教育训练学, 工作单位: 贵州商学院, 单位地址: 贵州省贵阳市白云区麦架镇麦沙大道1号, 单位邮编: 550000。