

# 小学体育教学质量提升改进的方法探析

◆ 凌琳

(简阳市养马镇中心小学 641402)

摘要:自“阳光体育”运动开展以来,体育课程在小学教育中的地位显著上升,体育教学的核心目标也从最初的“传授学生运动技巧”转向“培养学生运动习惯”,以带动全民健身素质的提高。本文针对小学体育教学质量提升改进的方法进行探析,旨在为读者提供思路。

关键词:小学教育;体育教学;教学质量

体育课程是小学教育中为数不多的室外课程之一,该课程的教学内容、形式与文化类课程差别较大,不光注重体育运动知识的讲解,同时也看重学生身体素质方面的训练,是帮助学生建立良好生活习惯与运动意识的重要途径。小学生正处在启智开蒙的关键阶段,其行为意识将在小学阶段的学习中形成雏形,因而小学生格外需要教师的悉心引导。因此,体育教师应不断思索如何改进体育教学的质量,让小学生在扎实掌握体育运动技巧的情况下,对体育运动产生浓厚的兴趣,继而发展出体育运动爱好,养成体育运动习惯。

## 一、转变教学理念,注重课前准备

在素质教育改革之后,各学科的教学内容都依照学生的实际情况发生了调整,体育也不例外,现阶段的体育课程标准已经充分考虑到小学生的身体素质以及年龄特点,为体育教师推荐了许多运动强度适中的教学内容,供教师安排具体的课堂教学<sup>[1]</sup>。为了最大限度地激发小学生对于体育学习的兴趣,体育教师首先要做的就是充分备课,并且在备课时不光要考虑到课程任务有哪些,还要知道学生感兴趣的学习方式是什么样的。因此,体育教师要充分把握住体育教学的未来方向,明确体育教学的实质性目标,设计出趣味性、教学性得宜的课堂教学。

例如,在准备《传球运动》的教学设计时,体育教师应考虑到“球类运动深受小学生喜爱”与“传球是一项简单重复的运动”等正负两方面的因素,并加以调节,使课堂教学刚好契合学生的兴趣点。备课时,教师一方面要为本次教学制定出详细具体的规则,以免学生将“传球”完全当作游戏,而不愿按照标准动作进行训练,另一方面也要准备多种练习形式,如将双人传球、三人传球、四人传球等形式互相搭配,避免学生在单纯的传球练习中陷入枯燥情绪。当教师在备课时充分考虑到教学要求与学生实际,并努力中和二者的矛盾时,课堂教学的质量自然可以得到提升。

## 二、优化师生关系,灵活驾驭课堂

由于体育课程带给学生的学习压力要比文化类课程小很多,因此体育教师在优化师生关系方面具有天然优势,许多学生都愿意将体育教师看作自己的“盟友”。然而,这种现实因素带来的却不只有好处,还有可能导致“学生不接受教师指导”的情况发生,这时就需要教师通过教学技巧来提升自身对于课堂的驾驭能力,让学生心甘情愿地对教师“言听计从”,跟随教师的节奏进行体育训练<sup>[2]</sup>。

例如,在《篮球运动》相关的教学中,喜爱篮球运动的学生都更愿意直接开始五对五的篮球游戏,不愿进行枯燥的技巧练习,一些平时与教师较为亲近的学生还可能会缠着教师百般“撒娇”,而另一部分不太喜欢篮球运动的学生就会期盼着快点开始“自由活动”,也会以自己的方式向教师表达“不愿训练”的想法。这时,如果教师切换到强硬的态度不顾学生的想法勒令其立即训练,只会让学生的逆反心理更强,师生关系也会遭到破坏。因此,教师应该采用“软硬兼施”的做法,将自己的安排毫无保留地告知学生,让学生知道教师已经为其预留了篮球游戏或自由活动的时间,并且只有高效完成训练任务,才能开启这部分内容。这样一来,学生在技巧训练时就会带着完全不同的积极心态,其训练的效率也就得到了提升。

## 三、开展小组合作,创新训练方式

体育课程中有许多训练项目是学生可以单人完成练习的,如仰卧起坐、立定跳远、单双杠运动等,体育教师在过去的教学中

也确实倾向于让学生在不受外力帮助的情况下独自训练<sup>[3]</sup>。而然,体育教师若是在此类训练中多观察学生一些,就会发现许多体育基础并不是很好的学生,在训练中通常会“浑水摸鱼”,这部分不认真训练的学生一方面是本身对体育运动怀有抗拒情绪,另一方面则是由于独自训练缺乏及时的教师一对一指导,其做不到位动作也只能等到教师巡视到自己这里才能被纠正,训练的效率低,成果不显著,因而很容易产生灰心丧气的心理。因此,即使是在组织这类看似不需要学生合作的训练时,体育教师也可以人为地为学生创造合作机会,使小学生在互相鼓励的过程中提高训练效率。

例如,在组织学生进行“仰卧起坐”的训练时,体育教师就可以使用分组教学法。首先,合理分组是学生小组合作取得成效的基础;在平时的教学中,体育教师已大致把握班级学生各自的体育素养,对学生的仰卧起坐水平基本能够做到心中有数,因此分组时就要注意尽量将能力水平不同的学生分到一个小组里,让能力高、技巧强的学生带动不熟悉仰卧起坐运动的学生。随后,在仰卧起坐的练习中,体育教师还可以在小组间设置竞争机制,如按照“小组成员一分钟内仰卧起坐的平均次数”的标准,对各小组的成绩进行排名,并给予名次靠前的小组一定的奖励等。最后,在评价各小组的训练效果时,体育教师也不能只关注学生最终的仰卧起坐成绩,应该将评价的权利分一部分给学生,设立“友爱之星”等奖项,让学生投票选出小组训练中帮助他人最多、最热情的学生,以此来激发学生互帮互助的团结精神,将“友谊第一,比赛第二”的奥林匹克体育精神融入到日常教学中。如此一来,学生在课堂上不仅学习到了体育运动的知识与技巧,提高了身体素质,还能够在精神层面上领悟体育运动的精髓,懂得运动竞技的魅力。

## 结束语

综上所述,学生参与度与配合度是关乎体育课堂质量的重要因素,若想搭建高效的体育教学模式,体育教师必须要站在“生本”的角度设计创新型课堂。为显著提高体育课堂的质量,教师可从备课、师生相处、学生互动与评价几方面入手,逐个击破体育教学所面临的困境,让全体学生都热情地参与到体育学习中,继而完成体育教学的综合目标。

## 参考文献:

- [1] 张志勇.小学体育教学质量提高的途径与策略研究[J].中华少年,2017(2):212.
- [2] 李晓雨.小学体育教学质量的提升途径与策略分析[J].中国校外教育(中旬刊),2017(1).
- [3] 宋景瑜.提升小学体育课堂教学质量之我见[J].课程教育研究,2017(6).

