

# 新时代背景下小学体育教学有效性的提升策略

任淑娟

广西省河池市宜州区第一小学 广西 河池 546300

**摘要:**近年来,五育并举的教育方针让体育、音乐、美术等薄弱学科得到了重视。中共中央、国务院印发的《深化新时代教育评价改革总体方案》的发布,更是给我们一线教师指出了教学评价的方向和路径。在深入了解国家教育方针和体育学科课程标准的基础上,作为小学体育教师更要在课堂教学的实践中用心贯彻和落实国家教育方针和育人目标。面对新时代的育人要求,如何使小学体育教学走向有效,如何让学生在体育课堂上有获得感、成长感?笔者有以下实践和思考,愿与各位同仁分享,请大家批评指正。

**关键词:**小学体育;体育教学;新时代背景

随着新课改的不断深入,教育部门要求教师在帮助学生掌握基础知识的同时,还要着重于培养学生的核心素养,这就需要教师不断提升教学效率,才能促进学生实现全面发展。先进的教学理念是将学生的全面发展当作基础,从而构建高效的课堂教学。小学体育课程是培养学生实现德、智、体、美、劳全面发展的重要组成部分,然而传统的体育课堂中的很多因素都会影响到教学的效率,因此,教师可以将新颖的教学方法引入到课堂中,激发学生自主学习的兴趣,这样才能为构建小学体育高效课堂奠定良好的基础。

## 一、体育课堂对小学教学的重要性

### (一) 促进学生将理论知识与实践相结合

体育课程是小学教学中非常重要的组成部分,因此,教师在开展教学活动时,也要不断学习理论知识,并且还要将理论知识应用到实践教学,才能构建高效的体育课堂。体育课程中的很多运动技能都需要实践掌握,所以教师要将理论和实践相结合,才能让学生的锻炼动作更加规范,另外,学生在训练体育项目时,要经常进行自我反省,找到自己的短板,并及时制订相应的改善方法,才能让自己更加优秀。这其实就是理论与实践相结合的一种表现形式。

### (二) 培养学生的合作能力和社交能力

体育训练不仅能够提升学生的身体素质,激发学生的训练兴趣,还能培养学生的合作意识和社交能力。体育运动中的很多项目,如足球训练或者篮球训练等,都需要团队合作才能完成。因此,教师需要培养学生的合作意识,使学生会团队合作,这样不仅能够使学生认识更多新朋友,还能提升他们的团队意识。团队合作就是大家在一起训练,朝着一个共同的目标奋斗,通过合作培养队员之间的默契,增加对其他成员信任,从而养成良好的性格习惯。

## 二、当前的小学体育活动教学模式存在的问题

### (一) 部分体育活动的教学缺乏目标针对性

教师在组织体育活动的过程中,往往由于各种因素的影响,导致课堂教学不能顺利开展。例如,体育教学的设施不完善,导致部分体育活动的教学无法开展或形式单一。此外,由于传统的体育教学活动有一定的局限性,不能充分体现学生在体育活动中的主体性,而这种教学理念的固化就会阻碍小学体育教学的顺利展开。有关研究表明,小学体育课堂如果运用单一的体育活动,会影响到学生参与体育活动的兴趣和热情,时间一长就会导致学生失去参与这类体育活动的兴趣。因此,教师如果没有针对性地组织体育活动,就无法达到运用体育活动的目的。

### (二) 部分体育活动的教学缺乏科学合理的评价机制

制定一种科学合理的体育教学过程评价机制,不仅可以

使体育活动的教学过程更加规范化,还可以大大激发学生的兴趣以及好胜心。但目前来看,一些教师只把体育活动作为一种用来调节课堂学习气氛的热身活动,因而没有对学生的活动过程及结果进行科学的评价。这就导致很多学生虽然能够在体育活动中感受到乐趣,但由于缺乏教师及时的评价指点,在游戏过程中没有学到更多有用的体育知识,提高自身的运动能力。

### (三) 当前的体育教学活动缺乏一定的负荷量

从本质上讲,开展体育教学的目的是促进学生快乐运动,提高身体素质,但教师在开展体育游戏活动时,教学目标早已不仅仅是锻炼学生的身体素质,而是将教育目标转化为培养学生的体育学习乐趣,进而提升体育课堂的学习效率。这种教学观念的转变导致很多的体育教师不会关注各种体育运动总体负荷的大小,最终导致部分小学生在体育活动中,无法得到相应的体育锻炼。而对于体育教师来说,这种情况就无法满足当前体育教学标准的要求。

## 三、新时代背景下小学体育教学有效性的提升策略

### (一) 要注重学生的运动兴趣,贯彻以人为本的教育思想

小学体育教学要改变现状,提升质量,就要渗透以人为本的教育理念,注重学生的思想、注重学生的兴趣、注重学生的身体状况,并明确教学目标,逐步建立完善的体育教学体系,从而不断提升学生的体育兴趣,提高体育教学水平。第一,教师可以依据学生兴趣,丰富体育教学内容,结合学生的发展需求,进一步优化体育活动。第二,教师要学习新的教学理念,明白教育的内涵是什么,将人本教育贯彻到体育教学中,对教学内容、教学方法不断创新,从学生的兴趣出发,设计教学活动,优化和提高教学质量。第三,体育教学是一个过程,教学质量的把控在于对教学的全程化监督。因此,在落实以兴趣为主导的教学策略的过程中,教师要注重教学反馈,依托各种教学活动,定期总结,掌握动态的教学反馈,从而不断优化教学内容。以兴趣为主导的体育教学必定先改变教学理念,才能为后期的教学实践打下良好的基础,也才能以学生为主,设计多样化的教学活动,提升学生的学习兴趣。例如,在学习《球类》一课时,为了创造多样化的体育活动,教师可以依据学生兴趣设计活动,将不同的球放置在学生面前,指导学生依照自己的兴趣选择喜欢的球类,并在活动中加入趣味元素,指导学生自主发明出不同球类的新玩法。如在教师的指导下,几个拿到篮球的女生围成一圈,开始了传球技巧的训练,未能接到球的人要用篮球表演以作惩罚。在趣味的团体运动中,每个学生都得到了提升。

### (二) 将示范动作进行细化训练

教师在开展小学体育教学活动时,向学生进行动作示范

是一种普遍的教学方法,同时也是学生自主训练的基础条件。动作示范的主要内容就是教师将学生要练习的动作先做一遍示范表演,加深学生对动作标准的了解,这样才能让学生按照教师的标准进行自主训练。因此,教师要严格按照标准向学生进行示范,这样才能为提高小学体育课程的效率奠定良好的基础。例如,小学体育课程中涉及到了软排球的教学,未能规范学生的基础动作,教师可以先向学生演示整体动作,使学生建立对软排球的初步了解,再向学生演示排球训练的分解动作,强调动作的每一个规范要领。首先,学生要始终保持身心放松的状态,将自己的双脚自然分开,切记不要跨距太大。其次,排球在快要落球时要作出基本的判断,并且身体要根据来球的方向移动,争取在球落地之前就已经到位,这样才能给接下来的颠球留出充足的时间。再次,两只手的手臂要同时用力夹紧,让小臂的肌肉始终保持紧绷,在接球的过程中切记不要用手掌或者手背接受,要用距离手腕十公分左右的小臂接球。最后,在接球的过程中,要根据排球的方向主动接球,但是手臂的力量要适当控制,如果过于用力,很容易对自己造成伤害。另外,学生在向外传球时,要通过小臂的力量将排球送出去,减少落球带来的冲击力。通过这种详细地示范,学生很快就能掌握排球的规范,这样才能为以后的专项训练奠定良好的基础。

### (三) 提高教学的趣味性

小学生天性爱玩,只有不断提升教学的趣味性,才能激发小学生自主学习的兴趣,体育教学也不例外。因此,一名优秀的小学体育教师可以尝试将游戏融入到教学内容中,通过游戏调动小学生的积极性,激发学生的兴趣,这样才能让学生全身心地投入到课堂中,从而提高教学的效率。学生在刚刚接触体育训练时,最先要提升的是学生的下肢力量,为了能够调动学生训练的积极性,教师就可以将游戏融入到教学课堂中。首先,教师要将班级中分成两个小组,然后按照纵队的形式站成两排。这是教师要让两排的排头通过石头剪刀布分出胜负,胜利的学生要向前跳出一大步,直到排头的同学跳到终点之后,再由接下来的同学继续重复刚才的流程,最后那个小组整体到达终点即为胜利。这样的教学活动很容易吸引学生的注意力,而且学生在向前跳跃时,都会尽自己最大的努力跳出一大步,这样才能获得胜利。当游戏教学接近尾声时,很多同学都不想结束,这时教师就可以趁学生的兴趣正浓,引导学生学习立定跳远的规范和技巧。教师将游戏与教学相结合,不仅能够激发学生的兴趣,还能促使学生在游戏中掌握更多的运动技巧。

### (四) 将体育教学与信息技术相结合

在传统教学中,小学体育教师在开展教学活动时,为了能够让学生将一个动作要领掌握扎实,就要多次向学生进行示范,这样不仅会浪费大量的课堂时间,还会影响到教学的效率。小学生接受新鲜事物的能力比成人快的多,因此,教师就可以根据小学生的这一特点,将教学内容与信息技术相结合,将教学的难点和重点用更加直观的方法呈现在课堂上,从而提高教学的效率。例如,教师在开展立定跳远的教学活动时,为了能够让学生掌握其中的动作要领,教师可以先将立定跳远的基础设计成微课视频,微课视频的主要特点就是精短,不会花费学生很多时间,学生就可以通过观看微课视频对立定跳远建立初步的了解。然后,教师可以引导学生根据微课视频中的示范和讲解进行自主训练。在学生练习的过程中,教师要对学生进行仔细观察,如果学生的某些动作不够规范,教师要及时进行针对性的辅导。教师还可以在课堂上再次播放微课视频,通过循环播放的方式引导学生将自己

的动作和视频动作进行对比,这样学生很快就能认识到自己的不足并及时进行调整。如果教师能够将小学内容与信息技术相结合,不仅能够丰富教学内容,还能调动学生在课堂上的积极性,并且还能将教学难点进行简化,从而提高了教学的质量。

(五) 做好评价导向,让学生在体育教学中树立正确的观念,实现全面发展

在小学体育教学中,因为小学生的年纪较小,如果教师的评价是积极的,会增强学生学习体育的自信心,并且更加积极地投入到课堂学习中。因此体育教师应该注重科学的评价,制订完善的评价标准,对于学生的课堂表现、体能素质、动作标准度等各个方面进行综合性的评价,结合学生的学习情况不断调整教学方式和内容。通过评价,学生也能明白自己在体育中的不足,进而进行有针对性的提高。《义务教育体育与健康课程标准》指出体育教学要指导学生“形成勇敢顽强和坚忍不拔的意志品质,促进学生在身体、心理和社会适应能力等方面健康、和谐地发展,从而为提高国民的整体健康水平发挥重要作用”。笔者认为,要有效地实现课程标准的指导要求,还需要我们一线体育教师在日常教学中做好评价导向。学校的体育运动往往是集体开展的,因此体育教师在课堂评价的学生用语中更要侧重团队协作、合作沟通的引导,还要体现攻坚克难、勇敢拼搏、不轻言放弃的体育精神。比如,遇到雨雪雾霾天,再加上后疫情时期的到来,室外活动受限,室内活动就需要体育教师精心设计。笔者就发挥学生的主观能动性,让他们先设计室内活动方案,然后小组讨论,再提交给体育教师商定。就这样“轨道乒乓球”“你笑起来真好看手语舞”“精忠报国集体舞”等诞生了,师生群策群力让室内体育焕发出不一样的活力。笔者及时总结鼓励学生:“我们没有因为天气原因而放弃体育锻炼,而是发挥集体智慧、团队协作,用多样的形式感受运动带来的快乐,这就是体育精神的体现。”有时高年级的学生也会提议在室内课上放电影,调节一下紧张的学习状态,笔者会选择各类体育赛事的精彩集锦和能体现我国体育健儿为国争光、顽强拼搏精神的视频资源,让学生看到乒乓球队的艰苦训练、女排的不畏强敌等,这些内容都给学生源源不断的正能量。

## 四、结束语

众所周知,健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提,是中华民族旺盛生命力的体现。有效教学的真正含义就是教师用最少的课堂时间,最大限度地提高教学效率。因此,为了能够和新课改的教学目标保持一致,教师要对传统的教学方法进行改革创新,才能从根本意义上提升教学的质量。作为新时代的体育教师,我们责任重大,要在有效提高体育教学质量的实践探索中努力前行,同时参考教学整体目标,开展多样化的体育教学,提升教学效率,完成教学任务,提高我们的专业素养,用心培育身心健康、热爱运动的新时代好少年。

## 参考文献:

- [1] 殷娟丽. 新课改背景下如何提高小学体育教学效率的思考[J]. 家长, 2020(24): 14-15.
- [2] 黄全林. 浅谈如何改革小学体育教育教学[J]. 当代体育科技, 2020(36): 119-121.
- [3] 王志红. 如何在新课改背景下提高小学体育教学效率[J]. 科学咨询(教育科研), 2020(08)
- [4] 朱文华. 小学体育教学质量的提升途径与策略分析[J]. 当代体育科技, 2020(09)