

# 小学体育课中推广陀螺运动的意义探究

罗皓波

(贵州省瓮安第五中学 贵州 瓮安 550400)

**[摘要]** 陀螺运动是少数民族人民非常喜爱的一项体育运动,也是很多地区的优势项目。在小学体育教学中推广陀螺运动,有助于我国优秀传统体育项目不断发展和传承,弥补体育场地、器材等存在的不足,提高学生的身体素质和综合素养。本文将就在小学体育课中推广陀螺运动展开探讨。

**[关键词]** 小学教育; 体育教学; 陀螺运动

## 引言

陀螺运动是我国少数民族传统体育项目之一,具有健身、娱乐等价值,也是我国重要的非物质文化遗产。得益于对陀螺运动的重视,黔东南代表队在2010年举办的贵州省民族运动会上的陀螺项目中取得了优异成绩。而如何将这项优秀的运动推广到小学体育教学中,是很多体育教师非常关注的问题。

## 1、陀螺运动概述

陀螺运动是一项历史悠久的体育运动,1926年就在陕西省发现了距今有4000多年历史的陶制陀螺文物,明朝的古文献中就记载了陀螺的形状和游玩方法。100多年以前,陀螺运动从中国流传到日本和朝鲜等国家。随着这项运动的不断发展,陀螺运动的方法也出现了变化。目前我国比较流行的游玩方式是抽打陀螺,这种游玩方式兼具娱乐性和竞技性,能够放松身心、锻炼身体,从第一届少数民族传统体育运动会到第五届少数民族传统体育运动会,陀螺都被列为表演或者竞赛项目,足见我国对这项体育运动的重视和喜爱。

我国北方地区以抽陀螺为主要玩法,而南方则以打陀螺为主要玩法,也就是一个人将旋转的陀螺放置在地上,另一个人用旋转的陀螺去撞击,使其停转即为胜出。在黔东南地区,打陀螺是一项比较常见的运动,特别是广西瑶族人民非常喜爱这项运动,男女老少都能够参与这项体育运动。

常见的陀螺比赛方式是一个人先放置旋转的陀螺,另一个人将在距其4米远处将绕好的陀螺放置在地上,然后抽打自己的陀螺使之撞击对方的陀螺,击中另一个陀螺即为胜出,如果没有击中可以继续抽打,击中次数多的一方为胜出的一方。陀螺的游玩方式比较简单,对身体素质、运动场地的要求都比较低,在游玩中,双方可以愉快交流,放松身心。虽然抽打陀螺不需要很好的运动场地和身体素质,但是需要具有较好的心理素质,因此必须坚持练习抽打陀螺,熟能生巧。

## 2、在小学体育教学中推广陀螺运动的作用

### 2.1 实现民族传统体育文化的发展和传承

我国是一个多民族国家,各族人民的智慧和勤劳汇集成为璀璨的中华传统文化。每个民族都有特色鲜明的体育运动项目,体育运动项目的发展,也是民族形态、政治、经济发展的缩影,少数民族体育运动项目是我国文化宝库的重要一部分。每个民族都有优秀的原生态民族文化,体育文化也不例外。在小学体育教学中推广陀螺运动,让学生对具有民族民俗特征的体育项目有更深入的了解,在潜移默化中对学生进行了民族体育文化教育,让学生能够将优秀的传统体育文化传承下来并不断发展。

### 2.2 弥补运动场地和器材短缺的缺陷

不少地区经济条件较为落后,特别是偏远地区的农村小学,由于经济条件的制约,导致体育运动场地、器材和师资力量都是比较短缺的。对黔东南地区的调查显示,只有22%的小学开设了体育课,20%的学校虽然名义上有体育课,但是往往被其他科目的教师占用,剩下的学校虽然开设了体育课,但是由于运动场地、器材缺乏等原因,体育课教学达不到应有的效果,教学就是

教师简单的教授一些体育动作。鉴于陀螺运动动作简单,对运动场地、器材的要求都是很低的,如果体育教师能够适当加工,将其引进到小学体育教学中,必将成为学生们非常喜爱的一项体育运动。

### 2.3 满足新课改的要求

长期以来,小学体育教学的内容、方式等都是由教材、大纲等制定的,教师必须按照教材和大纲开展教学活动,教师和学生都处于被动状态,很多有用的课程资源没有得到充分利用。教师将体育教学的内容局限于教材内容和运动场地等因素,导致课程资源来源非常单一,而其他丰富的教学资源得不到利用。随着我国新课改的不断推进,各地小学对教材的选择自由度更高,对于一些经济条件较差的小学来说,教师可以开发一些符合学生认知特点同时又不需要巨大投资的体育项目,不再受制于教材和场地限制,更好的开展体育教学工作,实现学生身体和心理的全面发展,而陀螺运动就是非常受体育教师青睐的运动之一。

### 2.4 促进民族传统体育的发展

陀螺是中国民间最早的娱乐工具之一,也作陀罗,闽南语称作“干乐”,北方叫做“冰尜”或“打老牛”。河北吴桥地区被称为bo。形状上半部分为圆形,下方尖锐。从前多用木头制成,现代多为塑料或铁制。玩时可用绳子缠绕,用力抽绳,使直立旋转。或利用发条的弹力旋转。传统古陀螺大致是木或铁制的倒圆锥形,玩法是用鞭子劈。现代已有用发射器发射的陀螺。当然,还有一些“手捻陀螺”十分普及。陀螺,是青少年们十分熟悉的玩具。风靡全世界。中国是陀螺的老家。从中国山西夏县新石器时代的遗址中,就发掘了石制的陀螺。

近年来陀螺运动作为一项传统体育运动项目,受到越来越多的关注,不少少数民族运动项目都被纳入到体育竞赛中来。2009年在贵州省举办的少数民族传统体育项目陀螺邀请赛,就有来自福建、河南、北京等多个地区的运动队参加,少数民族体育运动在全国范围内曝光程度更高,受到的关注也越来越多,其他地区对陀螺等传统体育项目也非常感兴趣。有的省份将陀螺运动作为体育教学的一项主要内容,取得了优异成绩,例如2009年荔波民族中学代表队就在全国陀螺邀请赛上取得了单打和团体双第一的好成绩,这与当地对陀螺运动的不断推广和普及是分不开的。

## 结束语

综上所述,陀螺运动作为一项对运动器材、运动场地要求都不高的体育项目,应该在全国范围内得到大力推广,而其在小学体育教学中的推广,能够发挥提高学生身体素质、心理素质的重要作用。

## 参考文献

- [1]秦炜棋,周创.论陀螺运动的历史演变及其发展现状[J].河池学院学报,2011,31(2):97-101.
- [2]陈强.从陀螺运动的演变历程看民族传统体育的现代化[J].武汉体育学院学报,2011,45(5):58-60.
- [3]向珉,向政,张辉.湖北省恩施自治州陀螺运动发展现状与研究[J].体育研究与教育,2010,25(1):73-76.