

# 关于素质拓展训练融入小学体育教学的途径探析

张绍帅

(北京师范大学亚太实验学校 北京 102209)

**[摘要]** 现阶段,如何运用创新的教学方法来提高小学生体能及核心素养是教育界研究的重要课题。小学生具有思维直观化、爱好游戏、善于模仿的特点,因此运用素质拓展训练可以有效激发学生的学习兴趣,将其融入体育教学中可以显著提升其体质健康及各项综合能力。但目前我国的素质拓展训练在小学体育教学中仍然存在一定的缺陷,本文则由此出发,对如何将素质拓展训练有效融入小学体育教学中进行浅析。

**[关键词]** 素质拓展;小学;体育教学

## 前言

体育教学承担了锻炼学生体质、增强学生体能的重要任务,是符合小学生天性及其成长需求的重要教学模块。受年龄因素影响,小学生通常难以对枯燥单调的教学内容产生学习兴趣,注意力相对容易被分散,这一特点对小学体育教学提出了更高的要求。而素质拓展训练是一种兼具趣味性与科学性的教学模式,该方法可以运用丰富的游戏、竞技比赛、团队任务等方式来进行教学,从而提升教学质量,让学生在快乐的氛围中学习,既可以增强体质,又可以提高核心素养。

## 一、素质拓展训练在小学体育教学中的应用现状

素质拓展训练最早于20世纪80年代应用于我国小学体育教学当中,经过持续的探索与实践,我国的小学体育教学素质拓展训练获得了一定的教学成果,有效提高了我国小学体育教学的教学水平。但由于我国引入时间较晚,应用时间尚短,因此该教学方法尚未形成完整的体系,各地区教师的素质拓展教学质量参差不齐,在教学过程中不可避免的出现了一些问题及短板。例如,部分体育教师受传统应试教育思维影响,在教学时没有把学习的主动权交还给学生,学生在上课时仍然处于被动地位,难以形成良性的师生互动或提高学生的自主学习能力。其次,部分体育教师对素质拓展训练的认知停留在表面,认为该教学方式过于形式化,因此未能将其高度融合进教学当中。此外,素质拓展训练教学没有形成系统的方法论,也没有形成完善的教学培养体系,这导致许多渴望吸收素质拓展训练教学知识的教师不能接受到完整的培训,只能通过自己查阅资料、模仿学习来摸着石头过河,因此该教学方法的发展进程较慢。

## 二、素质拓展训练融入小学体育教学的途径

### (一) 根据实际情况灵活选择拓展训练的内容

体育教师在开展素质拓展训练前应当对学生的身体素质及年龄特点进行了解,通过明确教学目标来选择适宜的素质拓展内容。其次,训练项目还要合理利用校园设施及学校周边环境,尽可能提高活动的丰富性,同时让活动更加贴近学生的日常生活。例如,三年级以上的小学生会逐渐展现出较强的竞争意识,因此教师可以选择带有竞技性的小团队活动来激发学生的学习兴趣。教师可以在某次课上安排学生开展“解手链”活动:将学生分为6-7人的小组,每组成员围成圆圈,由教师发出指令请学生们互相交错牵手;随后教师开始计时,请学生们在不松手的条件下将“手链”解开,对比哪一小组用时最短。通过比赛,可以极大提高学生的参与度。从体育锻炼角度来看,这一活动需要学生综合运用下蹲、抬腿、弯腰等动作,可以锻炼学生的肢体协调能力;从思维锻炼的角度来看,这一活动需要学生集思广益、充分沟通,可以锻炼学生的团队协作能力。因此,体育教师需要灵活选择拓展训练内容,通过不同的训练内容来培养学生的不同能力。

### (二) 注重归纳 总结和分享活动体验

作为一种体验式教学,拓展训练要求全体学生在活动过程中积极主动、互帮互助、共同完成任务,通过体验活动的整个流程来达到学习的效果,因此该教学方法中,总结与分享活动体验是一个重要环节,这可以有效的帮助学生了解活动意义,加深学习印象,进而提高教学效果。因此,体育教师在素质拓展训练完成后应当与学生们一起回顾训练的整个过程,请学生们阐述或交流自己的体验、感受,最后由教师进行点评,并告知学生活动的目的及其中蕴含的道理。此外,教师还应当建立完善的素质拓展体验表,将学生的表现、感想、自评、体能素质均纳入表格范畴,让学生可以时常进行回顾,直观看到自己各项能力的进步。

### (三) 保障素质拓展训练的安全性

小学体育教学中首要关注的问题就是安全。尽管素质拓展训练在小学体育运用必然是已经通过安全测试的,但在实际教学中教师也仍然要对安全保护问题予以高度重视。这要求教师在活动开展前要勘察场地、检查活动器械,确保无安全隐患;其次,每次活动开展前教师应当向学生强调安全注意事项,其中包括本次活动可能会出现的安全风险、禁止的操作、安全预警口号的识别、紧急疏散的方法等;此外,在开展训练前教师应当合理评估学生体能状态,知晓班级内有特殊生理状况的学生,进而在体育教学时可以合理把控教学进度及体能训练量,保障学生获得合理的运动量,同时也避免学生因运动过量而发生危险。

## 结语

现阶段,将素质拓展训练融入小学体育教学是素质教育及培养学生核心素养理念下的必然趋势。在我国先进社会科学、文化及精神文明水平不断提升的影响下,传统的小学体育教学方式已经越来越难以满足学生的学习需求。因此,小学教学运用素质拓展训练的模式则具有重要的积极意义。在此背景下,体育教师应当注重革新自身教育理念,通过不断探索来积极优化素质拓展训练的内容与方法,从而为国家培养高综合素质的优秀人才。

## 参考文献

- [1]左慰慰.素质拓展训练融入小学体育教学的应用分析[J].当代体育科技,2017,7(5):77-77.
- [2]赵建晖.素质拓展训练融入小学体育教学的应用分析[J].新课程(上),2017(11):43-43.
- [3]廖华伟.素质拓展训练融入小学体育教学的方法[J].考试周刊,2018(6):116-116.
- [4]汪伟.浅谈素质拓展训练融入小学体育教学的策略[J].学园,2017(31):116-116.
- [5]袁叶挺.拓展训练引入到小学体育教学中的应用[J].时代教育,2017(24):188.

作者简介:张绍帅(1990),男,山东青岛人,硕士研究生,体育教师,主要研究方向:田径教学训练理论与实践