

# 素质拓展训练融入小学体育教学的应用分析

魏伟苹

河北省保定市徐水区高林村镇田村铺小学

**[摘要]**小学体育教育随着新课改政策的不断推行实施,在小学生义务教育中的重要性越来越大,小学教育理念逐渐真正实现德智体美劳全方面发展。小学体育不单单只是为增强学生体质,而更重要的是培养学生百折不挠、勇敢顽强、团队协作、互帮互助等优良品质。所以小学体育课程中要融合素质拓展训练,以更多样性、多元化的形式展开体育教育,更有利于体育教育的开展。基于此,本文将浅析目前小学体育教学存在的不足之处,并提出相应的解决策略。

**[关键词]**素质拓展训练;小学体育;应用分析

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.02.1724

## 引言:

“素质拓展训练”是通过一系列户外拓展活动或游戏,可以磨炼学生意志、陶冶情操、培养团队协作意识等综合素质。通过拓展训练不仅能重新认识自己、增强自信心,而且还能认识团队的作用,增强责任心,改善人际关系。小学体育课程只有改变以往单调、枯燥的教学方法,充分结合素质拓展训练的开展形式,才能吸引学生参与,并起到引导、教育孩子的作用。

## 一、小学体育教学目前存在的不足

### (一)教学方法单,课堂氛围沉闷

现阶段,小学体育的教学方法仍停留在简单的示范,重复的训练,学习内容基本以田径和几大球为主。先以集体跑圈热身,后教师安排动作演示,让学生重复练习,整节课没有较活跃的课程氛围。管理严格的教师束缚小学生活泼好动的天性,管理松懈的老师放任学生追逐打闹,学生体育课学习的东西非常有限,对体育课的热情也逐渐消失。

### (二)训练器具不满足学生使用

由于一直以来,学校对体育教育的不重视,学生体育课程用到的教学器具、训练器材经常满足不了学生训练需求,存在数量少、质量差、保养维护跟不上的情况。“巧妇难为无米之炊”,作为教师,授课缺少工具器材,很难为学生展开实际性的讲解教授;作为学生,没有足够训练器具,也很难得到良好的锻炼和提高,体育课程质量得不到保障。如果使用的教材维护不到位,很导致学生在操作时发生意外,甚至,严重时还会危害学生的生命安全。

### (三)体育教师对体育教育认识不足

小学体育课的现状,根本在于教育理念的偏执和陈旧,一方面是教育管理部门、学校领导的不重视,另一方面就是体育教师自身对本岗位存在认知误解,认为体育课就是小学生放松休闲的课程,可有可无。体育课程保证学生别出安全事故就万事大吉,不在乎小学生在体育课上究竟学到什么,对小学生的综合素质有何影响。缺乏对体育课程的研究和对小学生特点的研究挖掘,依旧沿用传统的授课模式,无法满足现代小学生的体育学习需求。

## 二、小学体育如何有效融合素质拓展训练

### (一)创新拓展训练内容,采用灵活多样的组织形式

相对于小学体育课程的传统体育项目的训练学习,素质拓展训练在活动内容上更加丰富多彩、生动活泼,充满趣味性、挑战性,能够充分调动学生的主观能动性和参与积极性,体育课堂氛围轻松愉悦,学生表现积极踊跃。素质拓展训练多以游戏的形式开展,容易被学生接受,可以逐渐培养小学生对体育运动的热爱和韧性。

比如:“摸石头过河”教师将学生们分成若干小组,组内每人手脚配合、双脚交替踩在地砖上,手边挪动地砖脚边踩着地砖向前移动,锻炼手脚协调能力、磨练意志的同时,还培养了学生的团队意识。“动力圈游戏”教师组织学生们围坐成一个圈,每人双手撑圈,全班同学双手上下不停地摇动,同时大家嘴中也不停地数出令人惊叹的数字,欢呼声一浪高过一浪。乐在其中的同学们不仅强健体魄,而且磨练了意志,增强了团队意识,让学生明白了团结就是力量。“不倒森林”教师组织学生们围成一个圆,每位同学手拿一根1.2m的塑料杆,用右手掌心抵住塑料杆一头,将塑料杆立在地上,身体迅速向

前移动,努力做到人动杆不动,用手抓住前面队友的塑料杆。如果杆倒落地就必须重新开始。每个人转了一圈后再次回到原位,游戏才算过关。每一位参与的同学均身体前倾,全神贯注地听指令,逐渐配合默契,团队中的每个人充分意识到合作的重要性,和他人相互配合才能取得最终的胜利。

(二)采用小组合作比拼的形式,培养团队意识和荣誉意识

与传统的体育课程项目相比,素质拓展训练在培养团队合作意识方面的门槛更低,更容易被更多学生所接受。传统体育的团队项目如足球、篮球,对学生要求相对较高,不适用于所有学生。而素质拓展训练通常是以各式各样的小游戏开展,所有学生都能参加。教师在对学生进行分组时也相对较容易,每个小组还可以选出自己的组长、组名、口号等,用于自我激励。采用小组形式进行素质拓展训练,小组内可以增强团队凝聚力,培养团队协作意识。组与组之间还可以竞争比拼,提高学生竞争意识和团队荣誉感。

### (三)注重对学生拓展训练的评价总结

素质拓展训练注重对活动过程回顾与总结,最关键的一步是在游戏活动结束后,学生们能够在活动中感悟、学习到什么道理。所以素质拓展训练的最后,教师一定要进行评价反馈,针对学生的表现进行讲评和分析。同时鼓励学生之间讨论每个环节带来的感受、体验,引导学生产生正确的认识,并相互分享经验和感悟。

### (四)提高体育教师授课专业水平

体育老师是体育课程的主导者和指引者,教师教学水平的高低直接关系到学生的进步。在当前教育改革的大环境下,教学模式的创新改革设计到方方面面,体育课程同样需要不断研究创新。这就需要体育教师不断提升自身教学水平,细心发现探索学生特点和喜好,以学生为出发点,研究开发更适合当下小学生的体育课程活动。学校同时需要对体育教师进行系统、专业的培训,增强其对相关教育理论、训练项目、教学方法和教学技巧等了解,才能为体育教学中用好素质拓展训练奠定扎实基础,发挥出其应有的教育价值。

## 结束语:

综上所述,在体育教学中设计拓展训练项目,结合体育教学的实际,科学设置拓展训练项目,使之成为体育教学课程的拓展和有益延伸,这已成为一种小学体育改革的新趋势。从学校管理层到体育教师要提高认识,改变陈旧固有观念,以学生为主体,建立成熟的、科学的体育课程体系。体育训练不仅要强健体魄,还要挖掘自身的潜能、磨练意志、陶冶情操的同时,让学生重新审视自己,以更为积极的状态投身到未来的学习和生活中。真正实现了素质化教育,促进了学生的健康成长和全面发展。

## 参考文献:

- [1]杨薇薇.浅谈素质拓展训练融入小学体育教学的途径[J].青少年体育,2017(02):70-71.
- [2]吴昌友.素质拓展训练融入小学体育教学的方法[J].当代体育科技,2018(16):147-148.
- [3]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(05):77-77,79.