

素质拓展训练融入小学体育教学的应用分析

赵跃忠

(吴中区临湖第一中心小学 江苏 苏州 215106)

【摘要】 现当今,随着我国教育业的飞速发展,在小学体育教学中,拓展训练是一种新型的教学方法。传统的小学体育教学不能满足学生全面素质的发展,由于拓展训练活动具有很强趣味性以及科学性,所以能够培养学生参与体育运动的兴趣,使学生得到有效的锻炼。本文探讨了小学体育教学实施拓展训练的重要意义,分析了拓展训练在小学体育中的应用措施,目的是促进学生综合素养的发展。

【关键词】 素质拓展训练;小学体育教学;应用

引言

小学生在整个学习和生活的过程中,往往本身的心智发展不成熟,因此,在整个教育的过程中,教师要根据学生自身的情况,不断对其进行有效的意识磨炼,只有这样才能够真正帮助我国小学生实现自身精神品质和身体素质的磨炼。因此,现阶段我国小学体育课程将能够很好地实现这样的基本目标,而对于小学体育教学来说,其不仅仅需要进行课程的开展,更为重要的是要针对教学目标进行有效的课程活动。素质拓展训练将能够很好地满足这样基本教学要求,通过将素质拓展引入到整个小学体育教学体系中,就能够很好地帮助整个学生群体实现自身意识的磨炼和身体素质的提升。因此,本文主要就素质拓展训练的基本内涵进行分析,针对其对于小学体育教学的意义进行研究,同时进行有效的策略指导,希望能够更好地帮助学生实现自身的意志力磨炼目标。

1 素质拓展训练融入小学体育教学的必要性

素质拓展训练是一种以提高心理素质为主要目的,兼有体能训练和技能训练的综合素质教育,它以运动为依托,以培训为方式,以感悟为目的,以激发学生的潜力,培养他们乐观的心态和坚强的意志,充分发挥个人的主观能动性,树立相互配合和互相支持的团队精神,将合作意识最大化,以达到增强学生心理素质的目的。在小学体育教学中,心理素质方面的教育少之又少,这不符合新课程改革的要求。新课程改革要求小学体育教师积极转变传统教学方式,要应用多样化的教学方式来提升学生的课堂参与度。在传统的小学体育教学中,教师占据课堂的主导地位,学生只是被动接受教师传授的知识和技能,教师单方面的讲授让学生无法对体育产生兴趣。因此,素质拓展训练融入小学体育教学势在必行。

2 小学体育教学中素质拓展训练的应用策略

素质拓展训练是一种新型的体验教学方法,是对小学体育教学的必要补充,也是培养学生全面素养的重要方法。目前,小学体育中的素质拓展训练内容主要是组织学生在特定场景下开展活动,还有不同的活动形式。教师要塑造特定的训练场景,设置具有挑战性的活动,然后安排团队参与,使学生在挑战中得到锻炼。学生在活动过程中,身体感官都能得到锻炼,具有很强的趣味性,通过不同的考验,学生的身体素质得到了培养,团队意识和心理素质也得到了培养。拓展训练在小学体育教学中的应用策略包括下面几点。

2.1 增强对拓展训练的认识

在小学体育教学中,拓展训练是一种具有创新性的教学方法,如果教师对拓展训练没有充分理解,就会限制拓展训练活动的开展。体育教师和学生要提高认识,正确理解拓展训练,从各个方面都要深入理解拓展训练的内容,还要依据教学内容灵活运用拓展训练。在小学体育教学中,师生都要重视拓展训练,在体育教学中可以有效组织拓展训练,使拓展训练发挥应有的作用,提高小学体育教学效果。

2.2 挑战性的训练难度提高学生心理健康水平

与以往不同,新编《体育与健康课程标准》提出要通过体育课提高学生的心理健康水平。因此要改变传统体育教学中,过于

强调竞技运动知识和技能的系统化和正规化,完全将竞技运动的内容和方法移植到体育课堂教学中的倾向。但传统体育教学在教学内容的选择上,涉及到心理健康目的的很少。而素质拓展训练的引入恰好可以弥补现有教学内容在提高学生心理健康水平方面缺失,其大部分项目都是针对提高人的心理素质而设计的。它利用自然环境或者人为设置的各种复杂场景,以心理挑战为重点,侧重培养参与者的情感体验与意志品质。在项目完成过程中,参与者常常会在复杂和惊险的情境中遇到各种“艰难险阻”,如在“空中断桥”中,挑战者会面临在高空中跨过空档,一不小心就会有跌落的风险。像完成此类项目,学生就必须充满勇往直前的自信与勇气,在探索尝试的过程中克服弱点,激发潜力,获得正能量,从而有效提高自身的心理健康水平

2.3 增强体育教师的综合能力

小学体育教学过程中,要求教师具备全面的能力,因此教师自身能力直接关系到拓展训练能否取得应有的效果。第一,要求教师具备很好的责任感,通过落实自身职责,才能策划好拓展训练活动,及时发现拓展训练的不足,并不断改进。第二,在教学期间,体育教师要做好各方面的培训,发展自身的综合能力,还要改进自己的教学方法,使教学活动符合学生发展情况。只有体育教师具备综合发展素养,同时加强和学生之间的沟通,掌握学生的学习和生活特点,才能更好地开展拓展训练教学。

2.4 益智性的训练导向促进小学生创新实践能力的提高

按照素质拓展训练的训练目的来分,其可以划分为身体素质拓展教育、心理素质拓展教育、社会素质拓展教育,而三者的共同特征可以概括为创新素质方面拓展。当今社会,创新是一个国家兴旺发达的不竭动力,创新实践能力人才素质的必备要素。而培养学生的创造力和创新精神又是素质教育中的重点。激发想象力,培养学生的创造力正是素质拓展训练的重中之重。像“孤岛求生”、“穿越电网”等很多项目都是为培养学生创造性思维而设计的。这类项目的特征是没有固定或唯一的解决方法和途径去完成,要求参与者结合日常生活经验,依靠自己的聪明才智,亲身实践,发挥联想去创造出解决问题的办法。素质拓展训练为学生激发创造性思维、培养实践动手能力搭建了一个充分展示自己的平台,学生能在自由发挥的基础上提高自身的创新实践能力。

结语

我国小学体育教学中要积极地引入素质拓展训练,进行有效的素质拓展训练能够更好地满足我国素质教育的基本要求,而且进行小学生素质拓展也能够更好地帮助我国小学生自身素质的提升和强化自身的意志品质。

参考文献

- [1] 张宏城, 魏磊. 小学体育课程改革实施现状与对策研究[J]. 山西师大体育学院学报, 2017(4): 54.
- [2] 袁静芳. 拓展训练融入学校体育课程的可行性探讨[J]. 体育与科学, 2018(3): 91.
- [3] 于振峰, 王晨宇. 关于将拓展训练融入体育教学的理论研究[J]. 首都体育学院学报, 2018(3): 16.