

容,为学生们布置训练任务,同时给学生们充足训练的空间。在这个过程中,我在各小组进行巡回,观察学生们的训练情况,了解学生们的学习成果。通过实施小组教学,促进学生的相互学习。

#### 四、创新与改进体育教学课程内容

农村小学体育教学的具体课程内容,对高效教学的开展有着至关重要的作用。这就需要小学体育教师改进教学内容,通过多元化的教学形式来激发学生的体育兴趣,激起学生的体育思维。在农村小学体育教学中,许多课程内容都没有实操性,有的甚至就在教室里上,试想一下,如果体育运动在教室中展开,那还有什么教育意义,除了敷衍便是搪塞了吧。所以农村小学体育教师要摒弃传统的体育教学内容,创新改进与完善教学内容,例如说,体育课上教师往往会带领学生做一些舒缓身体的体操,然后让学生针对教的这几个动作,自行反复练习,没有什么技术含量,而且很枯燥。所以农村小学体育教师要能够结合小学生的具体特点,因材施教,运用农村小学场地大的优势,带领学生展开体育锻炼。例如说,在进行50米往返跑时,不要让学生反复地来回跑,这样没什么意思,教师可以在两端的终点放置

一些筐子,里面可以放苹果、梨子等农村较多的水果,提高运动的有趣性,跑得快的学生还可以奖励一个水果吃,让学生从心底接受这些田径项目,在以后的体育教学中也能积极地参与进来,配合教师提高体育教学效率。

#### 结语

总之,为了让体育工作的价值得以充分的发挥,农村体育教学应当受到足够的重视,加强基础建设,完善体育教学的硬件资源,加强师资队伍的建设,构建多元化的体育课堂,帮助学生树立正确的运动观,激发他们的体育运动兴趣,使他们体会到体育运动的乐趣,从而主观能动性得以发挥,提升体育教学的质量和学生的体育素养。

#### 参考文献

- [1]陈森.农村小学体育教学现状及对策[J].甘肃教育,2019(16):137.
- [2]钱英.小组合作提升小学体育课堂教学的有效性[J].课程教育研究,2019(38):219-220.

## 小学五年级学生体育课与身体自尊相关性研究

孟秀清

(山东省泰安市宁阳县泗店镇许桥小学 山东 泰安 271402)

**[摘要]**随着社会经济的发展,教育理念也在不断创新,广大教育工作者摒弃了以往偏重学习成绩的教育理念,对学生体质的发展给予了同等重视,并加强了体育课的建设,力求从整体上提高我国学生身体素质,培养健康茁壮的人才。本文联系实际,采用科学的方法对小学五年级学生体育课与身体自尊的相关性展开研究,并对所得数据进行分析,在此基础上得出有效结论,希望能够起到借鉴作用,促进我国体育课的建设,提高体育教学质量。

**[关键词]**五年级;体育课;身体自尊;相关性研究

#### 引言

教育事业的不断进步与发展使得人民认识到培养学生自尊心重要性,在当今的社会形势下,自尊是决定学生心理是否健康的重要因素之一,并且与学生是否能够处理好人际关系、能否顺利适应社会息息相关。小学五年级对于学生的发展而言具有重要意义,是学生的个性化思维逐渐形成、各项思想观念萌芽和初步定型的阶段,在此期间,学生们的身体自尊水平直接关系到学生的成长,应引起广泛重视。

#### 1 研究目的

小学五年级学生正处于成长关键时期,面临着一定的学习压力,并且存在心理矛盾、心理危机等,这些问题的解决与学生自我评价的发展水平具有重要联系,身体自尊是其中的关键因素。如今各国教育学家并未就身体自尊的定义得出一致结论,通常情况下它指的是学生对于自我的认可和满意程度、对自身性格、天赋、能力和意趣等进行全面了解,还有个体与集体、与环境之间的相互作用关系,以及学生站在个人角度对现实生活的评价。在我国,它主要指的是个体本身对于自己身体的满意程度或者不满意程度。研究学生的身体自尊,能够帮助教育工作者了解学生内心世界,并根据学生特点选取合适教学方法,还对体育课的建设具有重要指导意义。

#### 2 研究对象

某市某小学中全体五年级学生,其中包括55名男生与45名女生,共计100人,年龄分布在10-12周岁,平均年龄为11.2周岁。

#### 3 研究方法

##### 3.1 问卷调查法

调查团队结合小学五年级学生的特征,根据国家学生体质健康标准中给出的官方数据和要求标准,提出了共计20个合理问题,设计了一份调查问卷,对于小学五年级在校生的运动频率、时长、兴趣偏好、喜爱的项目、运动强度、地点、环境、他人影响等进行了详细调查,设置了诸如“你认为体育课上应当给出多少自由活动”“你最喜欢哪一项运动”“你的运动爱好是自发形成还是由家长或者他人带领形成的”“你是否有观看体育赛事的习惯”等问题,要求学生匿名作答,只需标明性别,避免学生在实名制问卷调查中产生微妙心理、不能如实回答的现象,保证数据结果的准确性。本次共投放100份调查问卷,回收的有效问卷为100份,有效问卷回收率达到100%。

##### 3.2 文献资料法

调查人员查阅了该小学中对于本届五年级学生的教学记录材料,并对其体检、体测结果等的相关材料进行了调查、整理与统计,对比分析男女生的身体自尊情况。

##### 3.3 访谈交流法

调查人员与该校负责小学五年级体育课的教师与主任等管理人员进行了深入对话沟通,对体育课的频率、时长、规模、活动内容、上课模式、学生表现与积极性等进行了了解,并请教师简单叙述对每位学生的看法,与对学生身体自尊的评价。之后,还采用抽样调查法,在体质较强、较弱和普通的三类学生中分别抽取十名进行了访谈,了解他们对于体育课的看法和身体自尊情况。

##### 3.4 数据统计法

调查人员对本次调查中从问卷、文献资料、访谈中得到的数据和资料进行了汇总与分类整理、统计,将所有结果集合在一起,进行了全面的对比分析,了解该学校五年级学生体育课的上课情况、学生对体育的态度、在体育方面的特长、身体自

尊情况等多方面的内容,并据此得出准确的研究结果。

#### 4 研究结果

整合本次研究所得数据后,可计算出,某市某小学五年级学生整体的体育学习兴趣能够达到90.283分(百分制),在本学期第十二周时,学生的体育学习兴趣均出现了明显提升,能够达到96.275分,相较于前几周的测试结果存在较大差异,这个变化说明通过体育课上的学习,学生们对体育的兴趣会逐渐提升,但前提是,管理人员能够合理安排课程,要求其他教师不得随意占用体育课,为学生提供了足够的运动机会,而体育教师也能够在课堂上采用优质教学方法,培养学生的兴趣。调查结果显示,体育教师在授课时采用了游戏化教学,并结合民间游戏和区域活动形式,将诸如跳房子、跳绳、沙包投掷等活动和抓小偷、老鹰捉小鸡、丢手绢等民间游戏融入了课程中,为体育运动诸如乐趣,并避免难度较高的活动对学生自信心的打击。此外,使用这些形式能够有效活跃课堂氛围,避免常规运动中的规矩对学生造成束缚,它们的难度更低、规则更加灵活,学生甚至可以根据自己的喜好对活动规则进行更改,因此绝大多数学生都能够积极地参与到运动中,体会到快乐。还有,一些民间游戏,诸如跳房子、抽陀螺、弹球等的运动量较小,体质弱的女生也能够参与其中,使身体得到锻炼,不会加重身体负荷,起到了较好的教学效果。

研究数据还表明,在第七周时,学生们体育学习兴趣的标准差为,7.242,而12周时则为6.817,二者相差不大,说明学生整体对体育学习的兴趣较为稳定,没有出现较大偏差。对男女生进行对比后发现,男生在第七周时的学习兴趣平均分为92.416分,标准差为7.55,第十二周的两项数据分别为97.225、70.667;女生第七周体育学习兴趣平均值为88.150,标准差为6.683,第十二周则为95.750、6.5。对比后发现,接受测试的45名女生在经过几周的学习后,在体育学习兴趣方面有明显提升,但相比起男生而言,整体的学习兴趣均值要稍低,但女生兴趣更稳定,标准差较小。

对男女生身体自尊的评价则显示出,在初期双方的身体自尊也都较高,都能够达到90分以上(百分之),但男生略高于女生;经过几周的学习后,二者身体自尊指数也发生了明显提高,最终依旧呈现男生高于女生的结果。该数据与学生对体育学习的兴趣基本保持一致,涨幅、趋势等都十分接近。

#### 5 结论

通过对某市某小学五年级100名学生的调查发现,五年级学生的体育学习兴趣较为浓厚,并且在接受体育课教育的过程中,兴趣在不断提高;其中男生的兴趣要比女生高,还有学生的体育学习兴趣越高,身体自尊就越满意,因此通过开展适当的体育教学,重视体育课程的建设,能够充分提高学生对于体育锻炼的兴趣,充分发挥运动的积极性,并提高身体自尊。

#### 参考文献

- [1]沈锦标.提高小学体育课准备活动有效性的策略[J].科学大众(科学教育),2020(05):52.
- [2]李广亮.基于高职学生体质健康测评的体育课教学改革研究[J].天津职业院校联合学报,2020,22(03):65-69.
- [3]张浩然.大学体育课有效提高大学生身体素质及体质的探讨[J].当代体育科技,2020,10(08):113+115.
- [4]李强.影响大学生体育课兴趣的因素及对策[J].科技风,2020(06):222.