

小学体育教学效率提高策略研究

关胜飞

沈阳市沈北新区新城子第一小学

[摘要]在小学阶段，体育属于作为基础学科之一，具有提高学生身体素质，促进学生身心全面发展的作用。然而，受到传统观念及学校学科设置、考试制度等影响，很多教师、学生、家长依旧未意识到体育教学的重要性，这就导致小学体育教学质量 and 效率大打折扣，因此，本文试图提出相应的解决策略，以对小学体育教学实践的提升提供一些借鉴意义。

[关键词]体育；教学效率；解决策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.10.072

一、小学体育教学现状

（一）对体育课程重视程度不够

在我国长期以来的教育观念中，体育属于副科，与其他课程相比，并没有引起大家的足够重视，所以课时量不多，且常常被语数外等主科占用课堂。造成这种结果的原因就是教师、家长、学生都未充分意识到体育教学课堂的重要性。只有大家转变了“体育课不重要”这一观念，真正体会到体育的重要性及对学生今后发展的积极影响，才能更好地提高小学体育教学的效率。

（二）教师的教学目标不太明确

教师是一堂课的引导者和组织者，引导得如何，组织得如何，都切切实实地决定了教学效果。但是在小学体育的教师队伍中，有一部分教师并不是专业出身的，所以无论是在教学理论还是教学素养方面都有所欠缺。在体育课上，并没有明确自己的教学任务和教学目标，导致大多数课堂千篇一律，十分枯燥。甚至很多教师直接将小学体育课设为自由活动课，并不组织体育活动及教授体育技能。这从另一方面讲，会影响到学生对体育课的刻板印象。小学时期，学生对事物的认知总是有限的，如果这时候给他们留下“体育课就是很随意的课”，这种印象，那到了中学、大学，乃至走向社会，他们都可能无法真正体会到体育在一个人生命中的价值与意义。所以，体育老师要明确每节课的教学目标，担起教学任务，为提高教学效率多花费一些心思。

（三）教学内容规划不到位

目前，我们可以看到，很多小学体育课堂内容依旧是传统的那一套，比如集体跑步、准备活动、自由活动。这些教学内容对于小学生来说过于机械、枯燥，根本无法激起学生对这门课程的兴趣，这也就无法调动学生的积极性。这种现象并没有切实地落实好新课改的教学目标与理念。而且，小学体育教学常会出现这样的现象，无论在哪个年级，教师都选择用一套教学体系上课，不去了解学生的差异性，并不能“因材施教”，创设真正适合这个年龄段的学生的课堂内容。

此外，教学内容还存在“一片倒”的问题，教学不够喜欢，不管哪个年级都是相同的一套教学内容。而且小学体育教师在教学上很少考虑到学生之间的差异性，因此也不会根据学生的差异去设置教学的内容。因材施教是当前体育教

学中极为缺乏的，很多体育教师在进行教学时都是采取传统的教学方式，对所有的学生都采用相同的教学方式和教学内容，这从一定程度上会影响一部分学生的学习效果。

二、提高小学体育教学效率的策略

要想提高小学体育教学效率，最首要的，就是激发学生对体育学习的兴趣。教师应当依据学生的年龄阶段和性别特点，从兴趣点出发，在课堂中增添一些趣味性元素，以增强学生的学习动机。教师可以试图从以下几个方面入手：

（一）增添体育游戏

就激发兴趣来讲，小学生这一年龄段都是爱玩的，所以游戏对他们来说具有难以抵抗的诱惑力。因此，体育老师可以试图将游戏和体育进行结合，可以将有些体育教学内容转变为具有趣味性的游戏形式，这样有助于激发学生对体育的学习兴趣。在实现增添体育游戏的环节的基础上，要多注意多变换游戏的规则、内容、要求等。一个游戏环节的吸引力再强，若是多次出现，也会使学生对该游戏失去兴趣。

（二）组织竞赛活动

对小学生来说，他们很渴望能够有表现自己的机会，竞争性的活动可以激起他们的胜负欲，这种好胜的心理可以使各个体育活动变得有趣起来。所以，教师在组织体育活动时，可以加入竞赛机制，充分发挥组织者的作用，调动学生的学习积极性。教师可以制定一些相应的比赛规则及奖励机制。通过比赛的奖励机制来实现全体学生的共同参与，通过游戏规则来体现比赛的公平性，在保证教学效率的同时提高教学质量。

（三）明确教学目标，因材施教

明确教学目标是开展一项教学工作的重要前提，教学目标制约着整个教学进度与教学重难点。因此，教师应当在课前明确自己的教学目标，尊重学生的主体地位，依据其年龄特征、运动基础及兴趣点，引导学生爱上体育运动，将体育运动列入终生发展的项目之一。除此之外，教师应当提高自我教学素养，要全面系统地学习体育教学方法，要抓住教学的重难点，要在传统教学的基础上，找到可以改进的方法。比如，如今，在小学阶段一直保留着传统教学项目，如跑步、跳远、体操等，这些体育活动虽然能够满足学生的身体锻炼需求，但是并不足以调动学生参与课堂的积极性，因为这些活动过于机械化，会使人失去体育学习的乐趣。因

此,教师必须开始重视小学体育教学的改革及创新工作。比如,可以结合学生的年龄、性别等,进行分层教学模式,根据学生层级不同,制定出符合学生体能的运动强度。比如,依据男生的身体素质和喜好,教师可以组织学生进行足球、篮球等运动;依据女生的身体素质和喜好,教师可以组织学生进行健身操、跳绳等体育运动,还可以依据学生的特长,比如,可以为擅长长跑的学生,专门设计时速、跑步动作训练,可以为擅长短跑的学生设计百米冲刺比赛。这样可以从根本上激发学生对体育运动的兴趣,增强他们的自信心,以达到体育课的终极教学目标,让体育成为一门真正有意义的学科。

(四) 增加体育测评

以往的体育课程模式,不仅得不到学校的重视,还因为缺乏相关的考试制度,在学期考核时不计分数,就很难让学生、家长重视这件事,这就难以提升小学体育教学的效率。因此,若是在体育教学中增添考试制度,与很多理论课程一起,设置分数制考试。这就是得体育课堂有了一定压力。教师还需要将总题成绩分为两部分,第一部分是平时成绩,第二部分是期末成绩,这样可以加强学生对平时课堂的重视。平时成绩可以是小型比赛类型,比赛的良性竞争可以让学生受益良多,且小学生的心理特点一般是善于表现、竞争,渴望得到认可。教师可利用这个心态,为学生“量身订做”,设计比赛,确保每位学生能够参与其中,充分发挥自己的才能,树立良好的体育学习态度。比如,在教授乒乓球课程后,先留出课时给学生进行练习,教师在学生练习时要给予一定的指导。在练习课后,可以组织学生进行小组比赛,之后教师要针对这次比赛做出公平、正确的评价,让学生可以及时了解到自己的不足与优势。这样做,不仅丰富了教学内容,还激发了学生对体育运动的好奇心,能使他们在课堂中体验体育精神的意义。

(五) 加强师生沟通,建立良好师生关系

传统的体育教学模式是教师单一传授知识与技能,学生被动接受。这种课堂模式沉闷无趣,会使学生丧失对学习的兴趣。体育作为一门可在户外教学的学科,有着创设活力、有情境的课堂环境的优势。所以,体育教师应当利用好教学环境,创设出优良的体育学习氛围。在户外跑步、做体操等运动时,教师应当做好带头作用,为学生演示标准、优美的体育动作,并在学生模仿时,及时指导他们的动作标准性。学生和教师在课堂中的互动沟通,建立良好的师生关系,可以有效地提高课堂效率及质量。教师尊重学生、理解学生,一切为了每个学生的全面发展,这就是素质教育的核心理念。教师应当树立“快乐体育”这一适应时代需求的理念,要在教学中做到帮助、引导学生,交流中要注意做到平等、民主。只有充分了解到学生的需求,走进学生的内心,才能在教学中寻求突破,创设出带给学生价值的课堂。

(六) 采用以小组为单位的合作学习

现有的小学教学课堂,学生人数较多,加上小学生生性好动,易受外界干扰,因此在户外很难集中注意力听课及完成学习内容,这就使体育课堂效率大打折扣。为此,教师可以采用以小组为单位的合作学习模式。每小组的人数较少,组员之间可以通过互帮互助掌握体育项目的基本技能,也可以相互纠正不规范的动作。小组合作学习,不仅提高了课堂效率,还培养了学生的体育素质与合作精神。若是设立了小组之间的比赛,组员之间可以交流比赛策略,互相学习经验,这使得学生之间的友谊变得更加深厚,更是可以提高小组凝聚力,提高学生的集体荣誉感。

(七) 利用多媒体等技术教学

在现有的体育教学课堂,教师很少利用多媒体技术协助课堂,多是采用教师自身示范的方法。教师的自身示范,虽然可以做到边讲解边演示,但这种方式,会影响教师示范动作的连贯性,可能会影响到动作的标准性,且学生人数普遍较多,对学生来说仔细观察到教师的演示动作也是较有难度的。而多媒体教学可以为教师解决这一难题,多媒体可以让学生更直观地观察到体育动作,比如音频、图片、动画、视频的演示,都可以提高学生对体育动作的理解与记忆,使学生的运动技能得到提高。

(八) 树立学习榜样

对小学生来说,榜样的力量是他们前进的动力之一。这个榜样,可以是奥运体育健儿,也可以是班里某位坚持体育运动,面对困难不退缩的同学。为学生讲述他们的故事,可以使学生体会到“体育精神”,无论是在平时的课堂中,还是生活中,都向他们看齐,将这种精神牢记在心。只有学生树立了不怕困难,勇往直前的心态,才会在课堂上严格要求自己,在体育训练时积极参与,不断挑战自我、突破自我。这就在一定程度上提高了课堂教学效率。

综上所述,针对目前小学体育教学效率较低的问题,如果从师生对待学科的态度及调整教学方法等方面入手,课堂效果一定会取得巨大进展。

参考文献

- [1] 郑爱. 提升小学体育教学的效率策略探究[J]. 青少年体育, 2019(1): 103-104.
- [2] 张冰. 小学体育教学与游戏的融合对策[J]. 中华少年, 2019(9): 86.
- [3] 刘闯. 新课标下的小学体育与健康教学策略探析[J]. 读与写(教育教学刊), 2019(9): 203.
- [4] 王艳兵, 姜路. 提高小学体育课教学有效性的策略[J]. 当代体育科技, 2018(32): 182-183.

作者简介:

关胜飞,男,锡伯族,辽宁省沈阳人,1970年1月9日生,沈阳市沈北新区新城子第一小学,研究方向:体育教育)