

探究当前小学体育教学的现状、成因及对策

韩宝东

长春汽车经济技术开发区长沈路学校

摘要：好的身体素质是学习文化知识的基础，而好的身体素质依赖于有效的、科学的体育锻炼，譬如，跑步、跳远、跳高等，小学阶段的体育教学意义尤为重要。当前的小学体育教学现状不容乐观，如体育教学内容单一、落后；器材较为陈旧，缺乏多样性；体育课时被随意占用以及体育课堂出现“散养”现象等，这些都使得小学体育教学的意义无法达到。对此，本文从学校、家庭和学生个人三个方面进行了归因分析，其次，也给出了几点教学改善性的建议，希望对同仁有所裨益。

关键词：小学体育；教学内容；课时；教学方法

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2022.01.019

长久以来，在受考试指挥棒的影响下，除语数外，其他的学科地位均被人为削减很多，体育更是无足轻重，在学校学生的体育课要被占用，在校外学生自由运动的时间被大量的作文辅导、英语辅导以及数学辅导等占用，学生由于缺乏必要的体育锻炼，加之食物获取的营养过剩，从而早早出现了近视、肥胖、含胸驼背等健康问题，稍微运动量增多一些更会气喘吁吁。小学体育教学的警钟自此应当敲响。激发小学生体育学习兴趣，切实提升学校体育教学质量显得尤为迫切。下面就是笔者针对该问题展开的几点策略分析和探讨。

一、当前小学体育教学的现状

1. 体育教学内容较为单一和落后

体育作为一门旨在强健人的身心，塑造人健康体魄，陶冶人情操，培养人积极向上态度和情感的重要学科，它有着自己特殊的教育地位和价值，也有自己系统的教学内容，其中包括了各种球类运动，如乒乓球、羽毛球、篮球、足球等，以及田径运动、技巧类运动等，总之体育教育的内容可谓复杂多样，趣味无穷。但从如今的小学体育教学现状来看，更多的是单一和落后的教学内容，每次上课都是慢跑两圈，跳远的沙坑永远都是两个，有时三个班级一起上体育课，只能有一个班级做其他的体育运动，体操类的教育内容也都是一届传一届，没有教师去深入的关注学生是否喜欢练习体操。

2. 体育器材陈旧，多样性不高

体育器材是为了满足体育训练需要，而设置的教育材料，譬如，橡胶垫、海绵垫、沙袋、木桩、足球、羽毛球、球拍、球桌等等，这些器材一方面起到了对学生的保护作用，另一方面，也起到了完成训练规范动作的作用。不同的器材，作用不同。在体育训练中，学生要持合适的器材才能完成规定的训练任务。但是，目前很多学生需要的体育器材无法得到满足，简单来说就是器材的多样性不高，比如，学生想要练习羽毛球，但是，

羽毛球的拍子不够，无法满足学生的兴趣需要，再如，两个班级同时上体育课，而体育足球场地只有一个，一个班级做足球训练，另一个班级就只能做其他方面的训练。除了运动多样兴趣得不到满足，学生得到的器材也是较为陈旧的。这也更容易令学生的体育训练大打折扣。

3. 体育课时匮乏，伴随被主课占用现象

体育课的课时从一开始设计时，就充分“让位”给了语数外以及其他考试科目，一个星期通常只有两节，或者一节课是体育课，但即便是如此，每到期中或者期末，这仅有的一两节体育课也都无法得到保证。体育课在这一时期将被其他学科所占用。不仅是体育这门课，音乐、美术等课程也是如此。试想原本体育教学的课时就少的可怜，更加之体育课课时被随意占用的现象，想要提升小学体育教学的质量将变得多么困难。

4. 体育课“散养”现象明显，教育意义达不到

体育课虽然在教学模式上应当是不拘一格的，在教学氛围上应当是多样趣味的，但是，这并非意味着体育教学就不重视教学质量。体育教学同样应当有明确的教学目标、教学内容和评价机制，如此学生学习的质量才能得到保证。但是，传统的“应试教育”思想下，教师将更多的精力放在了语数外课程，而很少有教师关注学生的体育成就。也或许正是因为这一点，体育教师也就不去认真备课，本着“能教成什么样是什么样”的教育态度，开始了体育课“散养”的教育模式。在这样的教育态度和教学模式下，提高小学体育教学有效性的设想也就被束之空中楼阁。

二、问题出现之成因分析

1. 学校方面的问题

(1) 思想方面的问题。学校体育教师，以及学校领导、各学科教师对于体育教育的错误认识，将导致体育课得不到应有的重视。试想如果每位教师都认为体

育课可有可无，语数外举足轻重，那么，即便是体育教师单独创新课堂教学方法，激发了学生们的体育课学习兴趣、参与积极性，体育课的教学之路又能走多远？因此，提高小学体育教学质量的首要前提是改变教育者对于体育教学的认识。

(2) 教学方法的问题。在体育教学方法方面，学校的体育教师也是堕于推陈出新，似乎一种教学方法从教学之初能够一直用到退休。也有一部分体育教师想要尝试新的体育课堂教学方法，但是又担心被其他教师指责“哗众取宠”，于是尝试应用新方法来调动学生课堂学习参与兴趣的思路又被搁置。思想和方法的单一、固化，将使得小学体育教学质量无法得到实质性改变。

2. 家庭方面的问题

不少的家长对于体育态度同样与部分持错误观念的教师一样，这些家长认为体育教学无足轻重，孩子有锻炼身体的时间不如多去学习文化知识，只要保证孩子吃得好，穿的好，身体健康是必然的事情。也正是基于这一思想和认识，不少家长从来不去带领孩子到健身房、游泳馆或者户外活动中，反而十分乐于给孩子报名各种各样的文化辅导机构，作文班、古筝班、算术班或者英语班等等，孩子往往需要为了完成这些学习和作业任务熬夜到很晚，耽误了夜晚休息不说，更不利于学生的身心健康发展。因此，来自家庭方面的归因分析也是较为重要的。

3. 学生方面的问题

也有一部分是来自学生个人方面的原因，譬如，有的学生平时本身就不爱锻炼身体，在他们的主观世界中宁可多坐一会，也不想去跑步和运动，还有的学生是本身体型较为肥胖，稍有运动就会气喘吁吁，所以，这类同学往往也不乐于参与运动。但其实，体育运动与其他体验不同，或许人从一开始接触它的时候心理存在一定的抵触，而真正参与到运动中，大脑分泌的多巴胺会让人感觉身心备受愉悦，这种体验是十分宝贵的。作为小学体育教师，要耐心对学生加以引导，使其克服心理对体育的消极情绪，尝试参与运动，并在运动中树立信心、勇气，形成快乐体验。

三、突破小学体育教学问题的对策

1. 革新体育教师教学思想

要革新小学体育教师的教学思想，要深入学习“新课标”精神，全心全意落实立德树人根本任务，重视对学生德智体美劳方面实施综合教育，让“五育并举”思想得到进一步推进，也让素质教育的理念得到贯彻。对此，学校可以定期召开体育教学研讨会、教学知识讲座或者请优秀的体育专家到学校组织演讲，重点学习专家

们提出的体育教学观念、主张和教学方法，让优秀的体育教学方法融入体育教学中，为激发儿童的体育课堂参与兴趣提供充分条件。

其次，还要创新小学体育教学的内容，争取选择和编写一些适合儿童当前心理需要，或者符合时代特色发展的体育教学内容，这样可以在教学内容方面给学生以眼前一亮的感觉，从而吸引学生的课堂注意力。比如，某短视频平台爆料某小学校长考虑到学生们对潮流事物的追求特点，于是自创了一段“鬼步舞”，配合动感的音乐，得到全校学生们的好评，学生们纷纷争相模仿，于是以往大课间学生们不爱做课间操的问题得到了有效的解决，学生们也在练习“鬼步舞”的过程中逐渐感受到了体育运动的乐趣，从而爱上了体育。那么，针对这段视频我们也可以借鉴过来，用以启发学生，给学生带来学习中的内容新意，调动学生们的热舞兴趣。

2. 转变家长育人观念态度

“新课标”指出要促进课内外有机结合，引导学生养成良好的体育锻炼习惯。落实“教会、勤练、常赛”以及“学生每天校内锻炼1小时，校外锻炼1小时”的要求，加强课内教学与课外体育活动的有机结合，以及学校、家庭和社区体育的多元联动。在学校，自然有我们体育教师负责监督和体育指导，但是，学生离开学校之后，若想“校外锻炼1小时”真正得到落实，那么，就不能缺乏家庭教育的监督。

对此，首先要改变家长对体育教育的错误认识。首先，学校体育教师可以通过网络视频的方式，为广大家长深度解决2022年教育部发布和实施的“义务教育体育与健康课程标准”，明确体育教育的重要学科地位和价值，其次，重点解释家校合作推进体育课外教育的迫切性，让广大家长朋友通过一件件真实的案例视频知晓体育运动对于孩子健康成长的作用，比如，可以磨炼孩子的意志力，可以培养孩子的独立能力，或者可以让孩子变得更加有力量，身体的反应更加灵活和迅速等等。

其次，是鼓励家长陪同孩子一起做运动。比如，学校可以定期组织一些运动会，给运动会设计“家长席位”以及家长亲子游戏环节，有兴趣的家长可以到学校现场参观孩子们的运动表现，并为孩子的比赛项目加油呐喊。也可以参与到以家庭为单位的体育竞技中，为自己的家庭争取荣誉，这样做也可以让学生更加热爱运动，爱上体育。此外，在校外，家长还可以经常带领孩子去城市的体育馆，玩羽毛球、乒乓球等游戏，在运动中挥洒汗水，更融洽了家庭成员之间的关系，提高了家庭的和谐、团结度。

3. 加大体育硬件设施建设

俗话说得好，“巧妇难为无米之炊”，教师的教学方法无论再如何先进和富有趣味性，也需要有充分和多样的体育硬件器材作为支撑。譬如，足球场地、篮球器材、乒乓球桌子等等，这些都是保证体育训练的关键。因此，学校要就加大对体育硬件设施的建设和投入力度，设置专项体育教育资金，用于采购和添置专业的体育器材和场地设施，其次，对于现有的体育器材和道具材料，也要进行统一的检查和维修，避免学生因使用陈旧、无安全保证的器材而发生校内安全事故，相信在加大对学校体育硬件设施的投入力度基础上，小学体育教学的质量将得到有效的保证。

4. 培养学生终身运动意识

做一件事比较容易，难得是将一件事经常做，形成一种习惯。体育训练也是如此，在体育训练中，有的学生一开始表现比较好，但是，后期因为受不了运动的辛苦，而逐渐产生退却心理的学生也并不鲜见。而一旦中途荒废，再想重头再来，则起点又是十分辛苦。因此，小学体育教师要时常面临学生，要树立终身体育运动意识，具备终身运动能力，坚持不懈，持之以恒，让体育运动真正成为学生的一种习惯，一种能力。

比如，可以给学生们经常讲一些运动明星小时候热爱体育运动，最终凭借自己不懈的努力而成为体育明星的励志故事，如足球明星罗纳尔多或者篮球明星易建联等人，他们都是凭借自己一点一滴的刻苦训练，才成就了今天赛场上的辉煌。通过给学生们讲解这些励志故事，希望学生们可以从名人故事中学到他们的良好品质和情操。其次，还可以多抽选一些班级里的自习课，组织学生到操场做体育游戏，或者从事体育锻炼，如可以给学生划分学习小组，让学生以团队接力赛的方式，去通过奔跑、跳跃或者其他运动方式为集体、为个人赢得荣誉，在接力比赛中，学生的团队合作意识将得到有效培养，与此同时，也将实现身心的健康发展。

再如，还可以给学生制定“健身计划单”，将学生的健身计划具体到每个星期、每一天的层面，比如，每个星期坚持完成多少米的跑步任务，每天坚持完成多少个仰卧起坐或者蹲起等，在完成的训练任务上划上一个对勾，最终一个星期结束后，统计学生完成情况。能够坚持完成或者超额完成任务的学生，可以获得相应的奖励。而监督孩子们完成这些任务的重任，就需要落在广大家长朋友的身上，这样在不断的计划与完成计划中，学生们的终身运动意识和能力将得到有效的培养。

5. 组织对体育教师的考核与培训

学校要加大对现有体育教师团队的考核和培训力度，及时清除不能胜任的体育教师，遴选优秀的体育教师担任小学体育日常教学和指导工作，为小学生提供专业的体育教学指导工作。比如，可以定期组织体育课的评课、评课活动，由学校的相关校领导负责对1-6年级各个阶段体育教师的教学工作进行打分和评选工作，对优秀的体育教师进行公开奖励和表彰，对需要纠正的体育教师，进行书面点评。此外，还可以邀请有兴趣的家长朋友到学校进行听课活动，家长如果有关于体育教学方面的优化建议，也可以向学校领导进行反映，这样也会加快催生优秀的小学体育教师团队，共同优化小学体育学科教学质量。当然，学校也应当建立健全对小学体育教师的培训制度，定期组织体育教师进行先进的教学思想、教学方法学习活动，让其他优秀、示范学校的体育教学方法进入到小学体育教学中，如此，在校内教师考核和培训的双面配合下，有效地提高小学体育教师的整体素质和教学水平，切实提升小学体育教学质量。

综上所述，少年强，则国家强。良好的、强壮的身体素质，也是衡量少年是否“强”的重要指标。当前小学体育教学的现状着实不容乐观，学生体育参与兴趣不高、教师教学方法不当以及体育硬件设施条件差等问题，成了摆在提升体育教学质量面前的一大障碍，针对这些问题，本文进行了相关的归因分析，尝试从学校、家庭和学生个人方面找到问题予以解决的有效路径。在此基础上，结合笔者的小学体育教学经验，先后对激发学生体育参与兴趣，转变体育教学现状的方法作出了论述，其中包括加大对体育器材、硬件设施的投入、组织对体育教师的培训和考核以及加强对小学生终身体育意识与能力的启发、指导等，希望这些方法能点燃儿童的体育参与积极性，切实优化小学体育教学，提高小学体育综合教学质量。

参考文献

- [1] 张平. 小学体育教学中存在的问题及对策研究[J]. 学周刊, 2017(5): 2.
- [2] 沈勇. 浅析小学体育教学现状调查及对策研究[J]. 新课程: 小学, 2010(7): 2.
- [3] 丁朝奉. 小学体育教学现状与对策分析[J]. 体育时空, 2014, 000(006): 64-65.
- [4] 张亮生. 小学体育课教学现状分析及对策研究[J]. 当代体育科技, 2015(8): 2.
- [5] 滕宏明. 浅谈小学体育教学现状及对策研究[J]. 好家长, 2016(42): 1.