

关于小学体育学、练、赛、评一体化的思考

魏小萍

河北省邢台市马路街小学

摘要：体育学科与其他学科性质存在一定差别，体育教学能够缓解学生的学习压力，通过体育锻炼可以提高学生的身体素质，有利于学生的身心健康。笔者通过多年的体育教学研究和实践，总结出在小学体育教学中运用学、练、赛、评一体化教学模式，把培养学生的心理健康和身体健康作为教育目标，可以很好地促进学生德、智、体、美、劳全方位发展。鉴于此，本文对“学、练、赛、评”一体化教学模式进行了概述，分析了一体化教学模式开展的必要性，最后提出学、练、赛、评一体化教学模式的实践路径。

关键词：小学体育；学、练、赛、评一体化教学；实践路径

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2022.06.095

引言

当前阶段，随着教育理念不断更新，教师逐渐摒弃了传统的教育思想和观念，采用创新、趣味的教学模式，加强与学生的互动沟通，调动了学生的学习热情，形成良好的自主学习意识。构建学、练、赛、评一体化体育课堂，在培养学生体育技能的基础上，注重学生的实践过程，同时结合竞技和评价活动，教学内容逐渐多样，体现出体育课堂的互动性与趣味性，不仅提高了小学体育教学质量，还促进了学生综合素质的显著提升。

一、“学、练、赛、评”一体化教学模式概述

（一）学

体育课堂教学即为“学”，是教师与学生互动和交流的基础条件。在“学”之前，教师应考虑到学生之间的个体差异，根据学生的身体素质和对其对体育活动的兴趣设计针对性的课堂教学，确保每一位学生都能在体育教学中有所收获，为接下来的教学做好铺垫。在“学”的过程中，教师要做到以生为本，让学生选择自己喜欢、擅长的体育项目，并对学生进行动作示范和技术指导，帮助学生做出正确的体育动作，进一步掌握体育运动技能。

（二）练

学生在“学”的过程中掌握了体育动作要点和运动技能，在此基础上进入“练”的教学环节，在教师的指导下进行针对性的训练^[1]。“练”有利于学生对知识的消化和吸收，通过训练规范体育动作，提升运动技能，提高学生体育学习能力。教师根据学生对体育动作的掌握程度开展多样化的训练活动，使学生对体育知识和技术的理解更加深刻，感受到学习体育的乐趣，促进教与学的双向提升。

（三）赛

“赛”包含了各种不同类型的竞赛、实践项目竞赛等活动，竞赛活动能够使学生产生学习动力，在活动中你争我抢获取胜利，使学生之间形成良性竞争。同时注

重合作学习，认识到团结合作的重要性，不仅提升了体育能力，更加体现出学生体育学科素养^[2]。

（四）评

“评”主要是指对学生的表现和学习成果做出评价^[3]。在这一环节中，教师可通过学、练、赛三个阶段的学习情况进行评价，如学生对体育基础知识的掌握程度、体育动作的完成情况、竞赛成绩等。同时制定多样化的评价方式，如教师评价、学生之间的评价、自我评价、小组评价等，结合多元评价结果总结优点，弥补缺陷，促进学生共同进步与成长。

二、小学体育“学、练、赛、评”一体化课堂模式开展的必要性

小学体育“学、练、赛、评”一体化课堂模式，将体育课程的学习、实践、竞技和评价联系在一起，帮助教师构建高效的体育课堂，在改善教学质量的同时，提高了学生的学习能力与综合素养，推动小学体育进入全新的教育阶段。

（一）促进学生综合素养的全面发展

“学、练、赛、评”一体化课堂模式弥补了传统体育教学存在的不足之处，教师采用多种不同的教学形式向学生教授体育基础知识和体育技能，同时注重学生综合素养的全面提升^[4]。“学、练、赛、评”一体化课堂模式，使体育课堂焕发出新的活力，有效活跃了体育课堂氛围，学生不再对体育产生消极心理，积极主动投入到体育活动中。在一体化的体育课堂教学中，教师为学生安排各种竞技活动，提高学生自我管理和团队合作能力，并在实践中锻炼自己的毅力，有利于学生综合素养的全面发展。

（二）激发学生学习兴趣和积极性

运用“学、练、赛、评”一体化课堂模式，将学习、实践和比赛融为一体，并根据学生的学习成果进行评价，学生能够以积极的态度面对各项体育活动，感受到体育活动的趣味和乐趣，全身心投入到体育课堂中，

并逐渐产生体育意识。与过去以示范和训练为主的教学方式相较,一体化教学能够增强学生的学习体验,积极地参与训练和学习,在比赛中充分发挥特长争取胜利。在学习兴趣和积极性的带动下,学生的自主学习能力显著提升,并认识到体育活动对身体的益处。

(三) 培养竞技精神和团队合作精神

在“学、练、赛、评”一体化课堂模式中,比赛环节发挥着极为关键的作用^[5]。因为小学体育竞赛,教师通常会组织学生以小组形式进行比赛,在整个过程中,学生不仅要积极展现自己的能力,还要与同伴默契配合,发挥团队力量获取胜利,对培养学生的竞技精神和团队合作精神带来积极的促进作用,这种精神会对学生的学习和生活带来正面能量的熏陶和感染,促使学生积极向上,突破自我。

三、学、练、赛、评一体化教学模式的实践

(一) 了解具体情况,明确教学目标

了解并掌握学生实际学习情况,明确教学目标,才能高效开展“学、练、赛、评”一体化体育教学活动^[6]。教学准备工作主要是教师在了解学生学习情况的基础上,进一步明确教学目标,提高教学活动的有效性,为接下来的体育教学做好铺垫。

例如,在开展《跳绳》体育活动教学时,教师首先要明确教学目标,《跳绳》这项体育活动要求学生具备一定的弹跳能力,在活动过程中确保身体肢体的协调性,因此,教师可以将这两项作为教学目标,在此基础上规划教学内容和教学流程,进入正式的课堂教学中^[7]。在教学的最初阶段,教师可以鼓励学生展示跳绳的动作,同时教师一边讲解一边示范,让学生跟着练习,在教师的引导下逐步掌握跳绳动作和技巧。另外,教师应充分考虑到学生的心理特点,对其认知规律产生明确认知,针对性引入趣味性游戏,秉持着寓教于乐的理念调动学生的运动积极性,使学生进入自主学习状态,不断加强学习和锻炼,提高肢体协调能力,掌握跳绳动作要领。教学的末尾环节,教师对学生的表现进行评价,支持鼓励学生,让学生对学习体育充满信心。

(二) 激发学生体育“学”的兴趣,开启一体化教学

众所周知,兴趣是学生最好的老师,在兴趣的基础上产生学习动力,形成自主学习意识^[8]。因此,在小学体育“学、练、赛、评”教学中,教师要做到以生为本,给学生创造更多自由发挥空间,激发学生体育“学”的兴趣,提高学生的主观能动性,开启一体化教学。由于小学生年龄尚小,比较倾向于具有趣味的学习与活动,教师可抓住学生这一特点,开展体育游戏教学,根据教学内容设计相应的游戏内容和游戏环节,激

发学生的学习兴趣,促使学生主动参与到体育游戏过程中。

教师可以设计接力赛的游戏。提前策划出长度相同的赛道,用绳子作为标志物,确定赛道的起点和终点,将学生分配成若干小组,每个小组发放一个接力棒^[9]。第一个学生站在起点,其他学生等待接力,根据每组成员的特长和跑步能力分为起跑、加速、途中、冲刺四个环节。第一位学生向前跑,将接力棒交给第二个学生,这位学生加速跑向第三位学生,这位学生完成任务后,由第四位学生进行冲刺,奔向终点。教师详细记录每组的短跑成绩,根据结果进行表扬和评价。通过这样的学习过程,有效激发了学生的学习兴趣,实现了一体化教学。

(三) 锻造学生自主“练”的能力,展示一体化教学

展示一体化教学,主要是体现出学生自主“练”的能力。所以,在学、练、赛、评一体化教学中,教师应注重锻造学生自主学习能力,从以往的被动学习转变为主动学习状态,增强学生的体育意识,通过体育锻炼提高学生的身体素质。在这一教学目标的引导下,教师可以分配小组或者学生自由结合建立练习小组,进行合作学习,通过协同合作提升体育练习能力^[10]。

以练习篮球运球为例,教师应摒弃以往说教的教学形式,将课堂交给学生,突出学生课堂主体地位,引导学生充分发挥体育特长,提高其体育学习能力。在篮球运球的练习过程中,教师指导各小组成员围到一起,形成一个圆圈练习运球动作。圆圈形式的练习活动能够观察本小组成员的运球动作,有利于学生发现自身的不足,通过观察规范自己的运球动作,学生之间取长补短,体现出合作练习的学习效果。同时,在合作学习过程中,各小组成员可以探讨篮球运球的规范动作,对运球动作不规范的提出建议,使小组每一位成员都能规范运球。各小组成员掌握了运球动作要领后,还是以小组形式展开球场运球的模拟练习,达到有效的运球练习目标。最后环节,最后,小组成员间还可以进行以小组为单位的总结,每个小组成员谈谈自己运球心得体会,交流探讨篮球运球过程中需要哪些技巧,打造出和谐、友爱的学习氛围,使学生之间产生强大的凝聚力,有利于培养学生的团体精神,展示一体化教学的有效性。

(四) 提升体育教学“赛”的质量,有效一体化教学

在小学体育的“学、练、赛、评”综合教学模式中,“赛”作为激发学生在小学体育活动中积极性的关键执行策略,教师可通过提高“赛”的教学质量来证明一体化教学方法的有效性。所以,教师应根据当前的学习目标,设计既合理又高效的比赛模式,这不仅可以帮

助学生巩固已经学到的体育知识，还能让学生更好地理解体育比赛的规则和形式，进一步提高学生参与体育比赛的意识。此外，在开展体育活动时，可以根据小学生的实际情况制定不同层次的竞赛内容与要求^[1]。在体育教学活动中，通过“学、练、赛、评”的综合教学方式，提高比赛教学策略的执行质量，并进一步增强整体教学效果。

例如，在完成篮球运球的练习之后，可以根据小学高年级学生的练习效果，组织篮球比赛，让学生通过参与篮球比赛活动，体验到篮球比赛带来学习体验，并通过比赛有效地了解比赛规则和其中的合作精神，从而激发学生参与比赛的积极性。此外，为了让学生能够充分体会到篮球运动带来的快乐和激情，教师应鼓励学生积极参与篮球比赛，将篮球运动作为一种娱乐方式，从而达到锻炼身体、培养兴趣、学习体育技能的目的。对于这种篮球比赛活动，教师可以指导学生以班级和班级的方式进行。两个年级相同的班级可以组建自己的篮球队，按照篮球比赛的正规模式，有正式队员，有替补队员，还可以组建一个班级内的服务队，为队员们加油打气。另外，为了增强学生之间的友谊，可以开展篮球运动会，让学生体验到比赛所带来的快乐，并对篮球运动产生兴趣，体会到运动带给人的快乐，进而提高体育锻炼意识。此外，通过参与各种比赛活动，学生能够深刻理解体育的精髓，掌握体育活动的深层含义，并在体育教学中培养出坚定、胜利、乐观和开朗的心态。这不仅有助于实现体育教学目标中的心理健康培养，还能完善学生在体育教学中的学习体系，并展示小学体育一体化教学的有效性。

（五）体现体育教学“评”的价值，推进一体化教学

第一，教师可以将规范体育技术动作作为评价的最初环节，纠正并指导学生体育学习和练习中存在的不足之处，同时也包括比赛中表现出的不规范动作，使学生清楚自己需要改正地方，提高学生体育学习效率。在评价学生的体育技术动作过程中，教师可以向学生示范正确的体育动作，同时也可以利用多媒体设备以视频的形式将向学生播放标准的体育动作，通过教师示范与观看视频，帮助学生发现自己错误的体育动作，指导学生跟着视频标准动作进行练习，为以后的体育锻炼做好铺垫。

第二，接下来对体育课堂情况进行评价，使学生当场了解自己在技术动作、合作练习、学习纪律、比赛成果等综合方面的表现。教师从多维角度对学生进行评价，有利于学生更好的掌握体育学科知识，增强对体育动作要领的理解和认识，达到提高学生综合体育能力的目的。在评价过程中，对表现优秀的学生进行表扬和奖

励；对学习效果较差的学生进行指导和鼓励，增强学生学习的信心和积极性。通过综合性评价，帮助学生发现体育动作问题，并在教师的示范讲解下及时纠正，规范自己的体育动作。

结语

综上所述，在整个小学教育中，体育学科一直占有较高的位置。小学生处于成长发育的关键时期，通过体育锻炼可以促进学生身心健康发展。在小学体育教学中开展“学、练、赛、评”为一体的体育教学，体现出了综合性的教学模式，在教授体育知识和体育技能的基础上，将理论和实践相结合，培养学生的综合素质和能力，促进学生全方位发展。

参考文献

- [1]许海斌.“学、练、评”教学模式在小学体育教学中的实践研究[J].新课程,2020,(35):28.
- [2]周焯.构建“学、练、评”教学模式,打造小学体育高效课堂[J].新课程,2020,(35):29.
- [3]尹江.小学体育“学练评一体”的思考与实践[J].江西教育,2021,(36):82-83.
- [4]黄斌.“学、练、赛”对小学体育课堂教学的启示[J].华人时刊(校长),2021,(12):68-69.
- [5]王济强.用“学、练、赛、评”提升小学体育课堂[J].新体育,2021,(18):98-100.
- [6]郑果果.小学体育“学、练、赛、评”一体化教学实施策略[A]华南教育信息化研究经验交流会2021论文汇编(十)[C].福建省商贸协会,福建省商贸协会,2021:4.
- [7]王璐璐.展农村小学特色促教育均衡发展——记宁波市小学体育“学练赛评”主题教研暨宁波市农村小学体育特色展示活动[J].中国学校体育,2020,39(12):12.
- [8]许海斌.“学、练、评”教学模式在小学体育教学中的实践研究[J].新课程,2020,(35):28.
- [9]周焯.构建“学、练、评”教学模式,打造小学体育高效课堂[J].新课程,2020,(35):29.
- [10]周伟,王帅.小学体育课堂开展趣味性足球教学的实践策略探究[J].考试周刊,2020,(A4):123-124.
- [11]王鹏.当代小学体育教育方法及教学策略的创新性探究[J].教育界,2020,(52):87-88.
- [12]诸艺军.巧设游戏,优化课堂——刍议游戏活动在小学体育教学中的运用[J].新课程,2020,(51):166.
- [13]叶峻言.新形势下在小学体育教学中培养学生核心素养的方法[J].当代体育科技,2020,10(35):132-133+136.