

# 小学体育教学中“快乐体育”理念的应用研究

西绕次旦

西藏那曲市教育局 852000

**[摘要]**随着我国体育教育教学活动政策不断深化改革,小学体育课程受到社会广泛关注。尽管已经能采用新型教学观念开展教育教学活动,但依旧受到传统教学思想的束缚,部分教师认为课堂中完成教学任务才是中心。小学体育直接作用为帮助学生维持身心健康,影响学生学习状态,提升学习质量,因此,小学体育教育教学活动应当受到教育者的重视,不断创新教学手段、方式,提升教学效率的同时使学生在体育课程中感受到快乐。

**[关键词]**小学体育;快乐体育理念;学习质量;素质教育

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.02.2155

快乐学习是小学体育中进行教育改革的一项重要内容,更是直接表现,将快乐教学理念深入贯彻在小学体育教育教学活动中能帮助学生转变传统学习观念,革新小学体育课堂氛围,使学生感受到锻炼的乐趣,从更好的缓解身心压力。快乐体育教学理念能为学生学习文化课程奠定基础,不仅丰富学生课余生活,更能提高学生综合素质。在传统教育教学模式下,师生并没有形成亦师亦友、相互尊重的氛围,快乐体育教育理念下,不仅能帮助学生获得身心发展,也可以改善师生存在的关系,真正做到心灵上的沟通与互动。

## 1. 快乐体育的内涵

快乐体育教育教学理念不仅包含教师传授的体育技能、知识、技巧,也要做到以学生为根本,注入感情,使学生获得全面发展,让学生保持对于体育训练的热情,从而获得快乐,这是每名体育教师应当担负的责任,在运动中不断激发学生个性潜能,培养学生形成健全、完美的人格。快乐体育是以学生为中心,为主要对象,面对不同学生,不断丰富和创新教学手段与方法,调动学生积极性,使学生的求知欲望有所提高,从而全身心为后续学习与生活打下坚实基础。除此以外,快乐体育也能丰富体育教学基本质量,任何教学都需要师生之间相互配合,传统枯燥、乏味的体育知识传授与快乐体育教学对比,学生能在快乐教育理念中更自主、自愿地接触体育学科,真正体会到锻炼的乐趣。很长一段时间,学校将体育教学基本目标定在帮助学生强身健体上,而忽略了学生个性特征发展,快乐体育教学不仅能使学生更积极的收取体育知识,更深刻体会体育锻炼的意义,更能挖掘学生潜力,为学生后续发展创造有利条件。

## 2. 小学体育教学中“快乐体育”理念应用的必要性

### 2.1 满足学生要求

小学体育教学模式如果无法进行个性化创新,则不能满足学生整体需求。小学体育课程中有一半学生都处于被动参与体育锻炼的状态,按照性别区分,女生群体当中被动参与的状态较为严重,这都不是偶然因素所造成的直接结果。首先,在进行课程改革前,各学校普遍采用的教学模式是以班级集体授课为主,以同一种教学模式为核心,学生在步入小学直至进入高中后都是不断的重复同一种上课类型,学生在很大程度上会认为体育活动毫无新意,枯燥乏味,甚至会产生厌恶心理,其次,各阶段学校、教师与学生对于体育训练的意识不到位,教师教学质量考核标准也过于简单,考试内容十分单一。因此,学校应当为教师与学生提供更多训练环境,制定新的考试和考核制度,使学生与教师共同获得进

步。

### 2.2 教学与实际相联系

学生开展体育锻炼活动不能随着课程结束而中断,学生应当以体育活动为基本训练起点,在课程中发现自身缺陷以及兴趣爱好,并在未来中将体育锻炼作为一种习惯坚持下去。在小学阶段,体育教学重点结合学生身心发展规律以及个性特征等,引导学生发展个人体育爱好,体育教师要针对不同项目介绍不同使用方式,引导学生掌握正确锻炼姿势,避免学生在运动时出现受伤等问题。与此同时,教师在开展体育教学活动中,也要提高学生掌握动作的水平,使学生能保持对体育技巧学习的兴趣,小学阶段学生身体各个器官功能都处于发育阶段,这也是学生身体素质成长的关键时期,教师在教学活动中应当注重对安全知识和自我保护的讲解,让学生遇到突发状况时掌握保护自身的方法,确保学生处于被保护的状态,学校要提供更安全的场地,将学生可能出现的危害概率降到最低。以上内容在传统教育教学活动中存在缺失现象,导致学生不愿意接触体育课,为了改善当前教育教学与实际情况相脱离的问题,学校应当以快乐体育为核心,教师要融入快乐体育思想,进行全方位改革,培养一批身心全面发展的学生<sup>[1]</sup>。

### 3. 小学体育教学中“快乐体育”理念的应用原则

第一,趣味性原则,快乐体育主要是让学生在体育锻炼中感受快乐,因此,在渗透快乐体育理念时应当遵循趣味性原则。教师在设计教学活动时要做到有趣、活泼,完成教育教学工作的同时提升学生体育锻炼积极性,让学生能乐于参与体育训练,遵循趣味性原则首先要改进教学方式,例如采用小组合作学习方法等,活跃课堂氛围。其次,教师在进行体育教学时,语言要生动活泼有趣,示范要尽量绘声绘色,选择与学生兴趣爱好有关的内容,从而调动学生学习热情。

第二,互动性原则。学生在步入小学后已经具备了个体意识,尽管还不够全面,但依旧具有很强的主观色彩,要借助他人评价不断完善自身,得到他人认可,因此,快乐体育教学理念渗透也要尊重互动性原则,让学生在锻炼中感受快乐,体验成功。教师要对做出多方位评价,与学生进行沟通互动,鼓励学生,表扬学生,使学生获得身心健康的发展。

第三,针对性原则。小学生发展规律较为独特,学生大多好动活泼,并很快能将此类快乐氛围进行传播,但学生动作协调性还处于发育阶段,不同年级学生身心特征发展不同,同一年级的学生也可能存在不同表现特点,想要贯彻快

乐体育这一理念,教师必须遵循针对性原则,实施因材施教,对于不同层次性格的学生采用不同的教学手段,学生在体育课程中感受到人性化,让每名学生都能在体育课堂中获得成长。

第四,遵循以学生为主体的基础原则。小学生还没有形成正确价值判断能力,也没有产生完善的社会行为,在开展体育教学时,教师如果忽略了学生独特特征,会导致教学质量的降低,学生也无法提起兴趣,小学生已经能感知到周围事物并作出自身理解,教师在开展体育教学时要充分尊重学生个性特点以及个人观念,将学生当做独立的个体去对待,从而创设出更高效、有趣的的教学情境,激发学生求知欲望和锻炼兴趣<sup>[2]</sup>。

#### 4. 小学体育教学中“快乐体育”理念的应用策略

##### 4.1 开设趣味性运动会

所谓趣味运动会主要是指包含多种趣味性活动,例如单腿跳接力、跳绳等,虽然具有一定娱乐性,但能达到强身健体的目的。趣味运动会更多出现在大学校园内,主要以学生自发组织为核心,涉及到的运动项目虽然不够正规,但能完成基本锻炼任务。虽然体育课堂能激发运动的兴趣,但对于一些天生就不爱运动的学生来说,想要使其对体育运动产生热情是很难做到的。因此,教师也要注重趣味运动的过程,增强学生参与性,使学生享受运动的乐趣,不要在乎最终比赛的结果,使学生能重新燃起对运动的热情,最为关键的是,这些运动中包含一些搞笑因素,学生能在进行身体素质锻炼的同时获得乐趣,符合快乐教育理念的基本要求。在运动会中,教师要设置一些适合全体学生参加的趣味运动项目。例如,针对体格较为肥胖的学生,可以进行拉力或拔河比赛,而针对力量不足的学生,也可以设置倒退跑、单腿跳接力等。每名学生都能根据自身特长选择趣味性运动为班级争得荣誉,在此类运动会的影响下,学生能对运动有着较高的热情,为了巩固学生在趣味运动会上的基本表现,教师在体育课程上也可以帮助学生练习此类趣味项目<sup>[3]</sup>。

##### 4.2 利用因材施教理念

为了有效实现快乐教学理念,小学体育教师要针对不同学生设置不同课程,部分学生较为内向,这要求就是能在课堂中更多组织一些互动和沟通,从而带动学生情绪,使学生热情、积极的参与到体育锻炼中,这些是体育课程教材所无法提供的内容,教师可以组织学生观看视频,例如一些篮球比赛或足球比赛视频,使学生发自内心的喜欢体育课程,在这一过程中学生既是受惠者,也是教育者,其最终目的是让学生从体育锻炼中感受到快乐,并配合教师进行体育训练。

##### 4.3 巧用体育锻炼器材

在小学体育训练中,教师会利用一些简易体育器材,能考虑学生身心发展规律,将体育课程与娱乐活动相互融合,使得学生在轻松、愉悦、自由的氛围中参与体育训练,提升教学质量,例如丢沙包活动,这是学生在日常生活中经常玩乐的内容,教师可以制作简易沙包,并运用在教学活动中,制作沙包及难度较低,沙包玩法较多,不仅可以作为一种标志,也可以当做毽子利用,不管是在生活中还是体育教学活

动中,最为常见活动形式是打沙包,将学生分为不同小组,在比赛中被沙包击中就要退场,当每组成员被全部击败后判定为输。小学体育教学中利用此类沙包活动,不仅能发挥学生主观能动性,更能体现教师作为引导者的作用,活跃课堂氛围,提高学生体育技能水平,除此以外,进行跳高、跳远等活动中,传统体育课程只以皮筋代替跳高杆,这种方式能避免栏杆掉落等复杂情况,但长此以往,则容易导致学生产生审美疲劳,教师可以利用跳杆外层颜色激发学生兴趣,增添美观,也可以将跳高杆截断成不同小段,满足学生视觉体验,更能避免由于跳高难度增加而产生的紧张感,在实际使用中,教师要利用通俗易懂的语言为学生讲解锻炼方式,提高学生锻炼效率,之后再引领学生进行练习,即使学生没有成功跳过杆或跳到一定距离,教师也要鼓励学生,调动学生积极性,从而提升技能水平。

##### 4.4 深化课外体育训练

首先,创设出多种多样的课间操活动,小学体育课程主要目的是帮助学生进行运动,广播体操也能达到这一效果,教师可以依据学生特点以及班级特征设计不同运动操,这不仅能满足学生好奇心和求知欲望,更能激发学生锻炼兴趣,同时增强锻炼效果。其次,课外活动要设置的丰富多彩。学生在学校内部课外活动主要是以训练为主,但其内容要有所创新,不能过于死板乏味,在安排活动时,要尽量多地选择与学生兴趣爱好相关联的内容,让学生能进行自由练习,教师保证学生个人安全,进行适当引导,为学生营造出轻松、愉悦的课外活动氛围。最后,教师要注重家庭体育活动的开展,学生在步入校园后,其主要目的是学习文化知识,体育运动时间相对较少,因此,教师可以安排学生利用课外时间进行体育活动,包括家庭体育运动,教师可以依据学生自身特点与家长进行沟通,让家长带领学生完成各项体育活动,并帮助学生树立运动意识<sup>[4]</sup>。

#### 结束语

综上所述,快乐体育教学理念的深入要求教师不断改进个人教学方案,使学生在锻炼中体会到乐趣,调动情绪,增强积极性,真正的教学目的不仅要迎合改革要求,也要让学生从内而外的喜欢体育训练,将体育与娱乐有机融合,使学生感受小学体育的趣味性,教师要关注每名学生,确保学生在锻炼时不会出现安全事故,使每名学生都能主动参与课堂,快乐体育理念真正运用在小学体育课堂中,使教学达到理想效果,使学生在高效率课堂中获得更优质发展。

#### 参考文献

- [1] 张永红. 小学体育教学中快乐体育理念的应用研究[J]. 新课程, 2019(35): 2.
- [2] 汪秋红. 快乐体育教学理念下高校体育教学改革路径探析[J]. 长春师范大学学报, 2019, 38(06): 175-176+179.
- [3] 杨慧琴. 小学体育课堂中实施“快乐体育”教学探讨[J]. 广西教育学院学报, 2019(01): 200-202.
- [4] 刘方. 论中小学体育教学中的绿色体育和快乐体育[J]. 科技资讯, 2018, 16(13): 211+213.