

# 小学体育教学中运用讲解与示范的策略探索

董宇扬

(吉林省洮南市第五小学 吉林 洮南 137100)

**[摘要]**随着新课程改革的不断发展和推进,在当前小学教学过程中,教师要重视对学生综合素质的培养。小学体育教学在素质教育当中发挥着非常重要的作用。同时,体育也是小学阶段重要的课程之一,它对于提高学生的身体素质,培养学生良好道德品质方面有着非常重要的积极影响。在小学体育教学过程中,教师可以运用讲解与示范的方法来进行新知识的讲解,让学生能够通过观看教师的讲解,更好地理解相应的体育动作要领,能够掌握体育运动的方法和规律,更好地感知动作,有针对性地去进行动作的模仿,不断地规范自身的动作,提高体育锻炼的准确性。通过有效的讲解和示范也能够进一步的提高当前小学体育教学的整体质量。因此,小学体育教师在教学的过程中就需要认真探究如何运用好讲解与示范的策略提高小学体育教学的质量。本文就针对这一话题展开分析和讨论。

**[关键词]**小学体育教学;讲解与示范;教学效率

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.07.064

素质教育背景下,学校和教师也更加重视小学体育教学,很多新的教育理念也被应用到体育教学当中,体育教学方式和教学内容都得到了一定程度的优化。在新的教育理念的指引下,小学体育教师在教学的过程中要重视对学生有效地引导。教师可以通过细心耐心的讲解和示范,让学生在直观的过程当中进行学习和动作的模仿。通过这种方式也能够让学生更好地理解动作的要点,能够掌握运动的重点,从而不断地提高体育学习的效果,达到增强体质的目标。通过教师有针对性的示范也能够提高学生模仿的效率。教师在不断示范的过程中进行耐心的讲解也能够进一步的提高自身的教学能力。

## 一、小学体育教学中进行讲解与示范的重要意义

由于小学阶段的学生在学习的过程中思维发展的特点主要是以形象思维为主,他们的抽象思维能力发展的还非常有限。很多学生对于一些抽象的体育理念知识理解地不够透彻。因此,在小学体育教学过程中,教师通过生动有趣的讲解和示范能够促进学生思维的发展,让他们能够更好地理解和接受体育知识。通过有效的讲解和示范,能够让学生更好地认识和直观感受相关的体育运动技能。一些动作动态的示范过程,也能够让学生更好地形成感性认知,从而更好地感知动作,抓住动作的特点和要领,能够在观看教师动作示范的过程中总结出动作之间的关联性。这就能够有效地提高学生学习和动作模仿的效率。运用讲解与示范的方法也能够有效地帮助学生巩固体育学习的效果。教师生动形象的动作示范能够发展学生的思维,让学生在形象观看的过程中能够有意识的去记忆动作的要领和动作的先后顺序。同时,教师在辅助口头的讲解也能够使动作的成像更加的全面。在学生进行动作模仿的过程中,教师对学生的动作进行适当的点评和纠正,让他们能够认识到自己在动作模仿过程中所存在的问题也能够加深学生对于动作要领的印象,让他们能够更好地把握动作的程度难度以及要领,从而实现巩固体育学习效果的作用。在小学体育教学过程中进行讲解和示范也能够发展

学生的思维能力。在讲解的过程中,教师能够调动学生多个感官参与学习,让学生的注意力能够更加的集中,能够快速地抓住关键问题,然后理论知识和实践相结合,从而不断发展学生的思维能力。

## 二、小学体育教学中讲解和示范的要点

### (一) 把握讲解的要点

小学体育教师在进行讲解和示范的过程中首先要清楚讲解的目标,要有明确的目标作为指引。由于小学阶段的学生对于知识的接受能力是非常有限的,如果教师在教学的过程中完全没有目标的进行讲解,往往无法让学生把握知识要点。因此,在开始讲解之前,教师一定要处理好讲解的目标,要有计划,有重点地进行体育知识的讲解,要能够清楚讲解的顺序,选用适合学生的讲解方式。教师在进行体育知识讲解的过程中,还需要结合当堂课的教学目标整体的进行把握,使整个讲解更加的具有针对性。同时,小学体育教师在教学的过程中还需要使讲解的内容清晰明了且富有感染力。由于小学阶段的学生身心发展还不够成熟,他们注意力所能够持续的时间比较短,教师要选择学生能够理解的内容进行有条理的讲解,选用的讲解语言要能够轻松幽默且具有一定的感染力,能够帮助学生梳理运动技能相关的信息,激发学生运动的热情。对于一些重点的体育知识,教师可以进行重复的讲解,可以适当的放慢讲解的节奏,利用一些形象的语言,让学生能够快速地进行知识的理解。同时,在讲解的过程中,教师还需要重视学生的个性化差异,要进行差异性讲解。在体育知识讲解的过程中,教师一定要抓住好讲解的关键时期,尤其是在示范动作的时候,教师不宜过多的进行讲解,以免分散学生的注意力。通常来说,教师可以在示范结束之后对动作进行认真的讲解。这个时候,学生已经对动作有了一定的印象。这时进行细致的讲解也能够让学生更好地掌握动作的要领。在进行体育知识讲解的过程中,教师也要坚持循序渐进的原则,要从简单到复杂,加强对学生有效地启发,使整个讲解能够符合学生的思维发展规律,学生

能够更好地理解和接受所要学习的知识。在讲解的过程中，教师也需要重视和学生之间的互动，通过提问的方式引导学生主动去思考，提高学生学习的效果。

### （二）掌握示范的要点

小学体育教师在教学的过程中进行有效的示范也是非常重要的。在体育教学过程中，教师的动作示范是非常关键的一步。标准的示范也能够有效地激发学生体育锻炼的兴趣。在进行动作示范的过程中，教师也需要掌握示范的要点。首先，教师要明确示范的目的，让学生在有效的时间当中能够直观的去观察教师所展示的动作，对动作有一个初步的了解。同时，教师要结合教学进度以及学生的学习情况和学生的特点进行有效的示范。例如，在学生初次接触某个动作的时候，教师可以先进行完整的动作示范，然后再分步骤进行具体的动作示范讲解。在教师示范的过程中，教师要引导学生学会观察，能够把握学习的重点在示范的过程中。由于部分学生的视野比较有限，教师就可以选择不同的方向和位置进行多次示范，包括正面示范，背面示范，侧面示范等，让学生能够全面地进行观察。例如，在进行跨栏跑动作要领示范的过程中，教师就可以把正面示范和侧面示范相结合，让学生能够从多个角度去了解动作的要领。同时，教师也需要重视在示范的过程中要能够给学生呈现标准的示范，这也要求教师在教学的过程中要对示范的动作进行反复的琢磨，要能够有层次的进行示范。对于难点知识要进行分解动作示范，放慢节奏一步一步地让学生去进行观察和练习。通过张弛有度的示范，不断地激发学生体育锻炼的热情。

## 三、小学体育教学中讲解和示范的有效策略

### （一）掌握时机，适时进行讲解和示范

在传统的小学体育教学过程中，大部分的教师在教学的过程中是通过教师示范，然后进行讲解，引导学生进行模仿的模式来展开教学的。在这种教学模式下，教师占据了绝对的主导地位，学生只能被动的接受教师所传授的知识。这种教学模式没有体现出学生的主体性作用，也没有关注学生的个体差异性。采用这种统一的授课方式，也不能够真正的让学生参与到课堂学习的全过程当中。在新课程改革背景下，教师就需要转变教学模式，采用灵活的教学方式来进行体育知识的讲解和示范。教师要能够抓住学生在学习过程中问题所在采用有效的方法进行针对性的教学，这样才能够提高体育教学的整体效果。这就要求教师在教学的过程中要学会观察，能够把握时间，适当地进行体育知识的详细讲解和示范。例如，在排球教学的过程当中，很多教师在示范完动作，讲解完要领之后，就让学生自行进行练习。但是，很多学生在练习的过程中还存在着不少的问题，包括发球的角度不准，垫球不起等一些共通性的问题。这时，教师就需要掌

握时间，能够观察和分析学生在练习过程中所存在的问题，然后集中进行动作的示范和讲解，并且能够引导学生认识到自己在运动的过程中出现这种问题的根源是什么，从而指导他们能够规范自身的动作，有针对性地练习。通过这种方式就能够提高学生练习的效果，让他们能够在认识错误练习问题根源的基础上进行有针对性的纠正。这样，学生在对于动作的要领的领会就会更加的深入，学习的效果也会得到进一步的提升。

### （二）加强师生互动，进行耐心细致的讲解和示范

小学体育教师在教学的过程中如果只是单方面的进行动作的示范和讲解往往很难激发学生的学习热情。而小学阶段的学生好奇心比较强，非常的活泼好动。因此，教师要能够转变教学方式，从单向的讲解和示范转变为和学生之间的双向互动，为课堂教学中注入活力，让学生能够更好地参与到体育活动的各个环节当中。例如，在田径教学的过程中，由于弯道跑对于很多学生来说是比较困难的，而且它的技术性非常的强。教师在教学的过程中除了做好动作的示范和讲解之外，还可以让学生参与动作示范过程当中，并且谈一谈自己在运动过程当中对于动作要领的认识以及感受。教师还可以和学生一起进行弯道跑动作练习，让其他的学生去进行观察和评价，让他们找一找学生和教师动作的差异，从而加深学生对于正确动作的印象。教师还可以通过个别指导和点评的方式引导学生对于运动当中的动作和技巧进行深入的思考，在不断互动的过程当中加强对于知识的理解和分析。

## 结语

总而言之，在小学体育教学过程当中，教师可以运用讲解与示范的方法来提高教学效率。在具体教学过程中，教师需要把握讲解要点，掌握示范的要点，把二者有效地结合起来提高小学体育教学的效果。教师需要掌握时机适时地进行讲解和示范，帮助学生解决体育学习过程中的问题。同时，教师还需要加强和学生之间的互动，让学生参与到体育学习的全过程当中，通过耐心细致的讲解，不断地激发学生的体育锻炼热情，提高体育教学的实际效率，实际效率。

## 参考文献

- [1] 吕井存. 小学体育教学中讲解与示范法的使用策略[J]. 青少年体育, 2014(9): 2.
- [2] 杨秀云. 论小学体育教学中讲解与示范的实践应用[J]. 青年时代, 2018, 000(017): 262-263.
- [3] 刘俊伟. 体育课中讲解与示范的运用策略[J]. 新一代: 理论版, 2020(22): 2.
- [4] 陈剑凯. 浅谈体育教学中的讲解与示范[C]// 新世界中国教育发展论坛. 2007.