

# 提高小学体育课堂教学效率之我见

周兴男

(吉林省大安市四棵树乡第二中心校 吉林 大安 131300)

**[摘要]**党的教育方针指出：“坚持教育为社会主义现代化建设服务、为人民服务，把立德、树人作为教育的根本任务，全面实施素质教育，培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人，努力办好人民满意的教育。”可见，体育课在中小学所占的位置，我们要关注学生身心健康发展，充分认识到体育学科的重要性。让学生在体育运动中感受到“我运动，我健康”的基本理念，体育课是其他学科的基础，学生没有健康的体魄是很难完成其他学科的学习任务。小学体育教学是学生基础阶段，应该以学生的身体和生理特点开展教学，课堂上采取有效的教学模式和方法积极探索，为提高小学生身体素质打下基础，体育教师应该认真学习领会新课标，结合自己学生身体素质特点进行有效的技能训练，提高课堂教学效率。

**[关键词]**体育教学；身心健康；运动快乐

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.04.220

体育课在中小学所占的位置非常重要，作为学校要关注学生身心健康发展，把体育学科当成一门重要的学科来抓。上好体育课参加体育锻炼是学生身心健康成长的需要，也是学好其他学科课程提高学习质量的需要，更是走向社会面对激烈竞争和更多压力的需要。学校要树立健康第一的基本理念，激发学生热爱运动的兴趣，关注学生个性差异，关注学生的发展，培养学生健康第一的思想意识和积极向上的阳光快乐的心态，让学生感受到“我运动，我健康”的基本理念。

## 一、认识到小学体育教学的重要性

### (一) 体育教学关系到民族的未来

《小学体育课程课程标准》指出：“体育与健康课程是一门以身体练习为主要手段、以增进中小学生健康为主要目的的必修课程，是学校课程体系的重要组成部分，是实施素质教育和培养德智体美全面发展人才不可缺少的重要途径。它是对原有的体育课程进行深化改革，突出健康目标的一门课程。”可以看出学生的身心健康发展直接影响着整个国家和民族命运，作为学校要关注学生身心健康发展，把体育学科当成一门重要的学科来抓。要想提高国民素质应该从小学生抓起，小学生的身体健康状况直接影响到祖国的未来和民族的希望。

### (二) 体育教学关系到学生的健康

教育部关于体育课教学作出硬性规定：“保障学生每天校内、校外各1小时体育活动时间。中小学校每天同一安排30分钟的大课间体育活动。让每位学生掌握1—2项运动技能。”由此可见国家体育课的重视程度之大，体育教学就是要培养学生健康的体魄，养成锻炼身体的好习惯。体育课上教师不但教会学生的一些体育技能，还要教育学生把学到的技能和方法运用到体育锻炼中去，让学生积极主动带着饱满的情绪去锻炼。中小學生要认识到体育课的重要性，它是上好其他学科课程的关键，要认识到上好体育课不但是提高身体素质，还是提高其他学科成绩的基础，正所谓身体不行，一切归零。因此，上好体育课参加体育锻炼是学生身心健康成长的需要，也是学好其他学科课程提高学习质量的需要，更是走向社会面对激烈竞争和更多压力的需要。

## 二、学习领会体育课程的基本理念

### (一) 树立“健康第一”的基本理念

体育课的教学目标是使学生的身心健康得到提高，适应社会的能力得到提高。这就决定了体育课程是学校教育中落实“健康第一”指导思想的主要途径。要对学生加强健康教育，使学生认识到健康的重要性，教学过程中要围绕着增强学生体质下功夫，让学生健康快乐成长。

### (二) 激发健康快乐的运动兴趣

学习兴趣从动机开始，它直接影响着学生的学习行为，一切的学习动机都是来源于学习兴趣，体育课的学习也是如此，体育教师在教学时要更多地关注学生的学习兴趣，教学

时要以游戏贯穿课堂全过程，让学生在玩中学，玩中练，玩中悟。

### (三) 重视学生发展的主体地位

为了每一个学生的健康发展，体育课更多的是关注学生身心健康，关注学生的情感体验，要结合学生的年龄特点，身心特点，采取形式多样的教学模式方法，创设多种教学情境，使学生的学习处于主动的状态，指导学生积极主动投入学习中，教学中要以学生为主体教师为主导，充分发挥学生的主体地位，激发学生学习的主动性，使学生的学习潜能得到最大的发挥，提高学生的学习兴趣。

## 三、体育课能使学生拥有阳光的心态

《中共中央、国务院关于深化教育改革，全面推进素质教育的决定》指出：“健康的体魄是青少年为祖国和人民服务的基础前提，是中华民族旺盛生命力的体现。学校教育要树立健康第一的指导思想，切实加强体育工作”。上好体育课是提高其他学科教学质量的关键，体育课通过游戏、竞赛能够培养学生积极阳光的心态，课堂上教师通过设计轻松愉悦的教学环节，创设一些使学生感兴趣的氛围，让学生在“学中玩、玩中学”，寓教于乐的开展各种体育活动，让学生在体育游戏和比赛的活动中愉悦身心，学生通过一些游戏活动会拥有健康的心态。学生在活动游戏中还可以培养学生“自主、合作、探究”的学习意识。

## 四、认真备课提高体育课的实效性

要想上好体育课教师必须要认真备课，体育课的备课和其他学科不同，不但要有教学设计，还要在课前精心准备体育器材备品，还有画好学生的活动场地，为上好一节课做准备。教师要了解学生的实际情况，避免学生在上体育课时出现的安全隐患，教师要精心设计教案，特别是组织形式要精心策划，激发学生学习的兴趣，调动学生的体育活动的积极性。体育课上教师应尽量以游戏、竞赛的形式让学生动起来，教学游戏的设计要新颖，有利于学生身体的协调性，让学生的体育技能得到提高，多元素的激发学生完成体育动作，让学生在运动中掌握体育技能和技巧。

综上所述，学校要认识到体育学科的重要性，小学体育是一门重要的学科课程，学习领会体育课程标准的基本理念，本着“健康第一”的指导思想，以培养学生健康的体魄为目的，教学中要以学生为主体，促进学生身心健康成长，发挥学生的主体作用，让学生成为课堂的主人，课堂教学中“玩中学，学中玩”，阳光快乐成长。

## 参考文献

[1]任海龙,王刚,管帅.情景、情感、符号:小学体育渗透德育路径探究——基于互动仪式理论视角[J].体育教学.2019(08)

## 作者简介:

周兴男(1989—),男,大本学历,小学一级教师,研究方向为体育学科。