

比赛法在小学体育课堂运用中的误区与对策

孙建顺

(常州市新北区孟河实验小学, 江苏 常州 213138)

摘要:把比赛融入体育课堂是教师惯用“策略”。运用文献资料法、逻辑分析法,梳理了比赛法在小学体育课堂教学运用中存在的比赛前后割裂、规则过于复杂、以赛代教、滥用比赛及赛后评价片面等问题,提出比赛与技术教学相结合、比赛规则逐渐递增、先教后练循序渐进、因材施教及以赛育人等建议。

关键词:小学;体育课堂;比赛法;误区;对策

中图分类号:G807.2 **文献标识码:**A **DOI:**10.3969/j.issn.1006-1487.2022.01.002

近年来,把比赛融入体育课堂已成为一种“流行”。然而,由于一些教师对它的认识还处于浅层次,对比赛法如何辅助课堂教学研究尚不够深入,运用时存在比赛与教学重点脱节、比赛的教育功能缺乏、比赛规则过于复杂、频繁比赛替代教学,展示比赛混为一谈等问题,致使比赛法在体育教学中没有发挥应有的效用。

1 教学比赛前后割裂,建议突出技术,赛练结合

在水平二双手前抛实心球教学中,教师巧妙利用小折垫让学生学练实心球,让学生坐在垫上前抛实心球,体悟前抛快速挥臂;跪在垫上投掷体悟“送髋展胸+快速挥臂”动作要领;站在垫上投掷体悟“两腿用力蹬地+送髋展胸+快速挥臂”动作要领,较好地突出实心球教学重点,突破了核心动作练习的难点。但是,在游戏拓展环节,教学设计比赛,把学生均分成六组,利用小折垫创设了各种障碍,学生在小折垫上进行爬、钻、翻、滚、跑各种动作,进行接力赛,学生虽然玩得不亦乐乎,但这里的比赛与本堂课的技术教学重点脱节,前面的教学与后面的比赛被人为地割裂了。

课后与这位上课教师探讨,了解其“比赛设计为何偏离教学重点”的原因,该教师回答“主要是体现小折垫一物多用”,教师担心“拓展环节抛开小折垫比赛,就会被质疑没有物尽其用”。在课改初期,体育器材匮乏的年代,从器材开发与使用的角度出发,提倡“一物多用”。于是,教

师在教学设计时,为了体现“一物贯穿全课”的设计思想,在课的各个环节挖掘与利用场地与器材,创编各种各样的游戏或比赛。殊不知,器材在体育课堂教学中只是起辅助作用,如果过分强调器材的一物多用而偏离教学重难点,就得不偿失了。

首先,比赛设计要与教学重难点紧密结合。教师应当基于课堂教学目标与动作技术特点,灵活多变地设计比赛方法,达标赛、测验赛、技评赛、游戏比赛、教学比赛等,一方面要增加技术动作含量,另一方面增强比赛的趣味性。上述案例,教师可以结合双手前抛实心球的教学重点,设计“画彩虹”,以投掷出实心球的飞行路线,比一比谁画的彩虹漂亮,突出前抛实心球的技评要求;还可以设计“炮轰敌军司令部”的比赛,根据学生的运动基础与能力,在不同的远度分别设置“敌军连部、营部、团部及司令部”,组织学生用刚学到的技术,赛一赛单人或小组的成绩。在比赛中,小折垫是否使用,可以让学生自主选择,不做统一要求,因人而异,使比赛真正起到提高教学效果的作用。

其次,明确比赛目的。初学阶段多采用趣味性的比赛形式,以激发学生学习兴趣;提高阶段一般采用目的性比较明确的比赛形式,检验学习成果;巩固阶段一般采用对抗性比赛法,通过模拟比赛让学生发现问题,寻找自身不足,找到提升的方向。

2 比赛规则过于复杂,建议规则要求层层递增

收稿日期:2021-11-02

基金项目:江苏省教育规划十三五重点自筹课题(批号:YZ-b/2018/02)

作者简介:孙建顺(1975-),男,江苏常州人,本科,中小学高级教师

研究方向:小学体育教育与管理

在水平三篮球传球教学借班上课中,教师设计了“抢断球游戏”比赛,将学生均分成若干小组,五人围成一圈,相互传球,四人在圈中通过相互配合进行抢、断球游戏。游戏的规则过于复杂,教师仅凭讲解,学生很难清楚。比赛开始后,学生不知所措,要么抢球的学生扎堆,要么传球的学生将球直接传给抢球学生。教师发现情况后又补充说明,可学生还是一知半解,宝贵的时间在学生对规则理解不清中流逝,最后因时间原因,教师不得不中止比赛。

评课环节,教师们对比赛规则充满好奇,待上课教师画出示意图,细讲规则后,听课教师才恍然大悟,认为游戏设计既结合了所学动作的技术重点,又富有新意,只是规则过于复杂,课中没有较好地展示出来,甚是可惜。其实,由于上课时间紧,学生年龄小,语言理解能力低的原因,很多课堂中设计的复杂游戏,很难在短时间内有效展开。“聪明”的教师一般会在课前把规则向学生详细讲解,或者先组织学生“玩一玩”比赛,或者要求所在学校体育教师提前“渗透”,将规则告之学生,提前练习。其实这样做,是弄虚作假“造假课”的另类表现。

创编的教学比赛规则,不宜过于复杂。

首先,如果规则过于复杂,需要将比赛规则提前分解,逐渐渗透,层层递增,让学生在不断变化的比赛中逐渐理解规则,接受挑战,享受乐趣。以上述案例来说,教师需要将“多人传球多人抢球”的游戏先分解成“2人传球1人抢球”的游戏,让传球学生体验带球移动与传接配合;再分解成“3人传球2人抢球”的游戏,让传球学生感悟将球传给没有被拦的第三人,让抢球学生感悟合作抢断球的默契度;接着分解成“4人传球3人抢球”及“多人传球多人抢球”的游戏比赛。由于比赛人数从少到多,规则要求逐渐递增,变化逐渐复杂,学生就能快速进入比赛状态,体验运动、竞争与团队合作的乐趣。

其次,讲解规则需要与图解、视频相结合。语言传递信息有限,有条件的学校可以将游戏规则与游戏情景拍成视频,在操场电子屏播放,利于学生快速理解。或者,教师事先教会体育骨干学生,配合教师的讲解,进行现场直观演示。

第三,游戏规则,可以结合课时教学目标进行简化与改革,也可以进行大单元设计,根据每节课的教学目标,逐渐变化,增加要求,让学生在每节课中体验变化带来的挑战感。

3 频繁比赛替代教学,建议先教后练,循序渐进

在水平一立定跳远教学中,教师巧妙地利用彩绳器材,将立定跳远的技术动作分解,设计了一系列的比赛项目,有“顶绳比远”“手摘仙绳”“悄悄落地”“双跳双落”“飞越彩虹”“稳稳当当”等,在组织这些比赛时,分别突出“用力跳”“双手积极上摆”“屈膝缓冲”“双脚同时跳落”“腾空有高度”“立得稳”等技术要点。一开始,学生玩得不亦乐乎,时间一长,激情消退,学生从技能的学习,逐渐转变成追求比赛的结果。“走形”的动作被忽视,同伴之间变成相互挑刺。到后来,一些没有取胜或获胜无望的学生,最终选择了敷衍了事或干脆弃权。

当下,将比赛法融入体育教学,已经成为教师惯用的“窍门”,似乎有越演越烈的趋势。无论是热身、放松环节,还是主体教学、游戏拓展,比赛法越用越多。课堂教学中,教师创编了一系列的比赛游戏,替代动作技术的传授,可谓用心良苦。比赛法虽然能激发学生兴趣,但也不是万能良方。课中比赛项目环环相扣,技术环节多,学生长期处于紧张的比赛氛围中,就会削弱比赛法对学生的刺激作用。再则,用“常赛”的手段,替代技术学习的“教会”,忽视学习过程中教师的指导作用,实质是变相的“放羊”,与教育部提出的“教会”“勤练”“常赛”体育教学的宗旨相违背。“教会”是体育学习的前提与基础,“勤练”是途径,也是保障,而“常赛”只是巩固体育教学成果的手段,不能越俎代庖,更不能弱化或者取代教师的指导作用。

首先,加强“教会”环节的教学。教师要研究学情,研究动作结构,突出教师在学生学习过程中的指导作用,先教后练,循序渐进。在学生学习过程中,教师要根据学情及时调整教学进度与指导策略,因材施教。

其次,科学使用比赛法。在动作技术的拓展环节,结合动作技术与教学目标,慎用比赛法,优化比赛组织,关注比赛过程中学生的表现,及时引导学生既要注重比赛结果,还要注重动作质量,更要注重比赛过程中的情意合作表现,体现以赛促练,以赛育人,切不可盲目“常赛”,变相“放羊”。

4 展示、比赛混为一谈,建议区别对待,因材施教

在水平一前滚翻教学游戏拓展环节,教师设计了“消防队灭火”的接力比赛,将全班均分成若干组,每人依次做一个前滚翻,再跑30米后,将口袋中的小纸条(充当水)覆盖在终点大写的“火”字上,用时最少的获胜。接力赛学生喜欢,热情高涨。在做前滚翻时,为了追求速度,很多学生只是象征性地在垫子上做个滚翻,完全将本课学习的技术要求,抛之脑后。这样的比赛练习,变成了动作练习的负迁移。

展示与比赛,都是“美的体现”,但很多一线教师将两者混为一谈,错误地认为比赛就是展示,展示的目的就是比赛。田麦久教授根据运动项目所需竞技能力作为分类标准,将运动项目分为技能主导类、体能主导类、技心能主导类和技战能主导类四大类^[1]。华东师大尹志华老师撰文认为,体操、艺术体操、技巧、冰舞、武术(套路)等运动,属于技能主导类,表现为难美性项群,侧重于动作展示,除此外的其他三大类,均侧重于比赛^[2]。选择展示还是比赛,一般以运动技术掌握程度为前提,如果动作不熟练,不宜进行比赛,只有当运动技术达到一定程度后,才可以采用比赛方式。上述案例中,学生初学前滚翻,动作技术还不够熟练,所以出现了教学比赛中只顾比拼速度,忽视动作质量的情况。

首先,基于动作性质,合理选择展示、比赛方式。以比拼速度、力量、耐力等素质的运动项目,属于体能主导类,以比拼准确性的项目属于技心能主导类,以团队对抗的运动项目属于技战能主导类,这三类项目以取胜为评价目的,学生的动作表现与展示水平并不重要,所以这些项

目一般宜进行比赛^[3]；而技能主导类项目，主要以动作表现为依据，考察动作克服机体惰性而展示的“美感”，这类项目一般选择展示方式（表1）。

表1 不同项群运动项目应用方式的选择

技能主导类	体能主导类	技战术主导类	技战术主导类
体操、技巧、冰舞、武术(套路)	短跑、中长跑、跳跃、投掷	射击、射箭	三大球、乒乓球、武术(散打)、棒球、冰壶
侧重展示	侧重比赛	侧重比赛	侧重比赛

其次，基于动作学习阶段的任务，结合动作技能形成规律，合理选择展示、比赛方式（表2）。如，篮球运动属于技战术主导类，整体动作表现侧重于比赛方式。作为小学生，在学习篮球技术动作时，如投篮、传球、运球、传切配合等，初学阶段，以掌握单个动作为主，以学生的动作表现力与动作质量为评价标准，这时宜进行动作展示，而不宜进行比赛，以免影响动作质量，造成动作“变形”。待学生熟练掌握这些动作技术后，教学的阶段任务为综合运用技术时，教师就要安排教学比赛，让学生在模拟对抗中竞争，“真刀实枪”，让学生体会到学习的成就感。

表2 动作学习阶段与动作应用方式一览表

阶段	泛化	分化	自动化
外部表现	动作费力，僵硬不协调，有多余动作。	不协调和多余动作逐渐消失，错误动作逐渐纠正。	动作协调、准确、优美，某些环节出现自动化。
教学任务	让学生建立动作概念	体现动作质量，不宜过度追求速度与力量	形成牢固动力定型，动作熟练
动作应用	不断改进技术动作，基本上建立动作定型	既享受运动，又寻找动作瑕疵	细致地提高动作质量，注重运用能力
应用方式	侧重展示	侧重展示与比赛相结合	侧重于比赛

在水平二折返跑同课异构教学中，一位教师设计了折返跑接力比赛，将学生均分成六个小组，让学生依次完成不同距离的折返跑，用时最少的小组胜。接力赛后，教师表扬了前三名的小组，既有“热烈掌声”，还有“深情祝贺”，赢的小组欢呼雀跃，输的小组垂头丧气，互相埋怨，还被教师以“规则的名义”罚做着“体能练习”。这时的教师眼中，只有优胜者，没有失败者，即使优胜组中有学生

偷偷抢跑、犯规，也被教师屏蔽了，而那些失败小组在比赛中，为了团队利益，团结协作，顽强拼搏的积极因素，也被教师忽视了。另一位教师也设计了接力比赛，由于时间仓促，教师对比赛结果没有作任何点评，教学环节快速切换到放松环节。

曾几何时，在“成王败寇”的观念影响下，组织教学比赛往往只关注比赛结果，忽视了安排教学比赛的初衷。于是，很多体育课在比赛环节，赞扬优胜者成为教师点评的“常态”，输者即使有很多闪光点也会被“视而不见”。体育课是帮助学生享受运动乐趣、增强身体素质、健全人格、锤炼意志的重要载体，组织比赛初衷，既是学习与运用运动技术，更是通过模拟情境，以体启智、以体慧心、以体育人。忽视比赛过程中的全员表现，就是抛弃了比赛过程中的育人因素，错失了很多重要的育人时机。

比赛结果的点评需要站在立德树人的高度，关注学生的思想品德与体育道德教育，尤其是结合该课情意教学目标，全面点评学生的各种表现，做到全程育人，既要表扬取得优异成绩的学生，也要及时指出其存在的问题与努力方向，也要善于挖掘比赛失利学生群体的闪光点，将自尊自信、勇敢顽强、积极进取、超越自我、遵守规则、诚信自律、团队合作等方面作为点评的重要维度。用这样的点评，将大家片面关注比赛结果的不良倾向，转变为关注比赛的全程育人^[4]。例如，教师及时指出胜方学生中的违规现象，给予批评和扣分；对于负方学生的积极进取、勇敢顽强、团队合作给予赞扬，以体现正确的价值观，引领学生全面发展。

缺少比赛的体育课，是一堂遗憾的体育课。比赛法是一种常用的教学方法，运用时教师要重视教学内容与比赛方式的结合，渗透立德树人，贯彻全程育人的理念。教学比赛要做到规则逐层递增，教会、勤练循序渐进，区别对待因材施教，才能发挥比赛教学法的最大功效，真正达到“以赛促练”“以赛育人”的目标，提升学生的体育学科核心素养。

参考文献：

- [1] 田麦久.项群训练理论的创立与科学价值[J].中国体育教练员, 2016(03): 6-9.
- [2][3] 尹志华.论核心素养下体育展示与比赛和运动能力的关系[J].体育教学, 2019(05): 9-11.
- [4] 翁婷.例析体育教学中比赛法的运用误区与对策[J].体育师友, 2014(06): 12-14.