

网羽世界



09

定价：20元
2022年第9期

ISSN 1672-8920



国内统一刊号：CN21-1511/G8 邮发代号：8-297
国际标准刊号：ISSN1672-8920 广告经营许可证号：2100004000607
国内订购：全国各地邮局



扫描全能王 创建

「目 录」

竞技训练

芭蕾基训对体育舞蹈的训练价值	李亚琼	1
篮球专项代表队建设中的心理训练对运动员表现的影响分析	李少龙	3
核心力量训练对高中生短跑运动的积极影响	陆 兵	5
体育器材在小学体育训练中的应用	汪 伟	7
浅析高中体训生田径训练中长跑的训练方法与理念——以 M 中学校为例	席彩霞 周小平	9
对男子体操鞍马单环训练的时序性与方法手段的合理性探讨	张 超	11
解析体育教育运动训练中的思维模式转变之路	朱 强	13

大众体育

滑冰社会体育指导员资格认证发展现状与对策研究	吴月滨 赵景程 丁日明	15
对培养体育职业院校学生人文素养的探讨	迈尔哈巴·谢然甫	17
高中生体育课外活动参与情况及其对学业成绩的影响	吴 磊	19
“足球进校园”背景下高校足球普及状况及对策研究	张 阔	21
河南某地青少年网球俱乐部开展现状调查与研究	孙 青	23

体育教育

基于核心素养的大学体育课程教学改革实践研究	沈 毅	26
健康教育视角下初中体育教学策略研究	胡海花	28
苏州体育中考足球运球技术教学细节的探究	王壮壮	30
新时代小学体育教师综合素质发展探究	王前利	32
浅谈跆拳道训练与教学常见问题与对策	王 颜	34
小学体育课堂学生问题意识培养方式分析	孙金波	36
浅析初中体育篮球教学中如何实施拓展性训练	陶士贤	38
大数据时代下高校体育教育的创新与发展	谭 娟	40
“乒乓精神”融入高校乒乓球教学途径分析	苏 科	42
以新课程标准为引领,提高高中体育课堂教学有效性	吴 丹	44
中职体育课培养学生终身体育能力的策略	任勇宁	46
新课标下小学体育跨学科教学实践探究	彭 平	48
就业导向视角下中职体育教学改革研究	欧永振	50
初中体育教学中如何培养学生的体育兴趣	潘武兰	52
自我效能感理论在初中篮球教学中的应用策略研究	马 帅	54
高职田径教学中创新应用体育游戏策略的分析	马春雷	56
新时期高校体育舞蹈教学路径研究	罗 娜	58
小学体育教学中开展分层教学的策略探析	张慧银	60
新课标背景下小学足球班级联赛的教学策略与管理模式探讨	陆 晨	62
高中体育羽毛球教学策略与实效性研究	陈 熙	65
小学生运动能力培养的教学策略	白 杰	68
新时代背景下初中足球体育课程的教学改革研究	朱永锋	71
浅谈中职中专体育教学中创新意识的培养	周明顺	73
试论如何提高小学体育羽毛球教学水平	周 磊	75
高职体育教育中的体验式教学对策研究	张群轶	77
“轮转”训练模式在羽毛球技术教学中的应用	张 千	79
合作训练在高中体育教学中的运用	刘 彦	81
小学体育趣味田径课堂建设探究	叶伟明	83
体育趣味游戏在数学学科教学中的应用	许跃民	85
试论民俗体育在高校体育教学中的开发与利用	杨贵雄	87
基于小学体育体能训练的教学措施研讨	徐文章	89
高校体育教学中终身体育思想的渗透	肖国胜	91
探讨初中体育教学引入游戏教学法的策略	谢文才	93

小学生运动能力培养的教学策略

白 杰

常州市武进区马杭中心小学, 江苏 常州 213162

摘 要: 本研究旨在探讨小学生运动能力培养的教学策略。儿童期是身体发育和运动技能发展的关键时期, 对儿童健康和全面发展至关重要。然而, 如何有效地培养小学生的运动能力一直是教育领域的挑战。本研究通过文献综述和调研, 提出了多元化的教学策略, 包括游戏化教学、个性化指导、合作学习等, 以帮助小学生建立健康的生活方式和运动技能。这些策略旨在提高小学生的运动能力、自信心和积极参与体育活动的意愿。

关键词: 小学生; 运动能力; 教学策略; 游戏化教学; 个性化指导; 合作学习

儿童期是身体和运动能力发展的黄金时期, 对儿童的全面发展至关重要。小学生阶段是培养良好的运动能力和建立健康生活方式的关键时期, 因为这个时期的运动经验和习惯将影响孩子们的整个生命。然而, 小学生的运动能力培养并非一帆风顺。许多学生面临着缺乏运动机会、缺乏自信心以及对体育活动缺乏兴趣的问题。教育工作者和体育教练们需要寻找创新的教学策略, 以激发小学生的兴趣、提高他们的运动技能, 并建立积极的体育参与意愿。

一、运动能力培养的关键时期

儿童时期被广泛认为是身体发育和运动技能的关键时期, 这是因为在这个时期, 儿童的身体经历了快速的生长和发育。这一时期为培养健康的运动能力提供了独特的机会和潜力。不仅如此, 运动能力对儿童的身体健康至关重要, 它也对他们的认知和社交技能发展产生深远的影响。运动能力的培养不仅仅是关于身体健康, 它还扮演着促进儿童全面发展的重要角色。通过积极参与运动, 儿童可以培养自信心、自尊心, 以及社交技能。他们学会了团队合作、沟通和解决问题的能力, 这些技能将在他们的学术生涯和社交生活中发挥重要作用^[1]。然而, 尽管儿童期是运动能力培养的理想时期, 却存在一些挑战。学校课程和学业负担可能会占用儿童的时间, 限制了他们参与体育活动的机会。此外, 竞争激烈的学术环境可能会导致儿童忽视了体育锻炼的重要性。

二、小学生运动能力培养的教学策略

(一) 游戏化教学

游戏化教学作为一种基于游戏元素和互动性的教育方法, 在小学生运动能力培养中得到了广泛应用。这一方法的核心概念是将游戏的特征, 如竞争、奖励和角色扮演, 巧妙地融入教育过程中, 从而使学习更具吸引力。在运动

教育领域, 游戏化教学的应用通常包括设计富有挑战性的体育游戏和活动, 以激发学生的兴趣和积极性。设置技巧挑战, 如准确击中目标、绕过障碍物等。将挑战变成比赛, 以激发学生的竞争心。将羽毛球场地缩小, 学生之间进行迷你比赛, 这样他们可以更容易掌握技术。设定简单的规则, 如限定击球次数, 以提高竞争。让学生扮演羽毛球比赛中的角色, 如运动员、裁判员等。这有助于他们理解比赛规则和团队合作。组织迷你奥运会, 其中包括不同的羽毛球挑战项目。学生可以代表不同国家或团队参加比赛, 增加趣味和激励。在体育领域, 游戏化教学可以应用于各种体育项目, 例如足球、篮球、网球等。教师和教练可以通过设计具有挑战性的体育活动来吸引学生, 游戏化教学通过明确目标和规则, 帮助学生了解他们需要达到什么目标, 以及如何参与和竞争^[2]。学生可以通过取得成功、表现出色来达到特定目标来赢得奖励, 这可以包括奖励分数、徽章或特别的认可。游戏化教学也可以引入角色扮演元素, 学生能够在游戏中扮演不同的角色, 提高他们的参与度和沟通技能。通过游戏化教学, 学生不仅能够增加对运动的乐趣和学习效率, 还能培养积极的运动态度。因此, 游戏化教学已成为小学生运动能力培养中的一种强大且有助于提高综合的体育素养。

(二) 个性化指导

个性化指导是一种针对每位学生的独特需求和能力进行教育的方法, 尤其在儿童的运动能力培养中至关重要。这种教学方法旨在根据每位学生的独特需求和能力制定个性化的运动计划和教学策略, 以确保他们的成功和发展。个性化指导的核心理念是关注每位学生, 确保他们得到所需的支持和挑战。这有助于提高学生的运动技能

信心和积极参与体育活动。个性化指导需要教育者深入了解每位学生的身体特征、兴趣和需求。这可以通过体能测试、观察、学生访谈和家长反馈等方法来实现。根据对学生的了解,教育者可以调整运动课程,以满足学生的身体能力和兴趣。这可能包括提供额外的支持或提供更具挑战性的活动。个性化指导可以在各种类型的运动活动中应用,包括团队体育、个人运动和健身课程。教育者可以为每位学生制定适当的计划,并提供个人指导。通过个性化指导,教育者可以确保每位学生都能够充分参与体育活动,并在适当的水平上发展他们的运动技能。这种方法不仅有助于提高身体素质,还提高了学生的自信心和积极参与体育活动的动力。个性化指导是一种有力的教学策略,为儿童提供了成功参与和全面发展的机会。通过深入了解每位学生的需求和能力,教育者可以制定个性化的教学计划,以支持他们在运动方面的成功和成长。

(三) 合作学习

合作学习是一种教育方法,鼓励学生在团队中合作,共同达成目标。在小学生运动能力培养中,合作学习可以发挥重要作用。合作学习是一种教育策略,强调学生通过共同合作来达到共同的学术或运动目标。在运动教育中,合作学习可以涉及小组运动活动、团队项目或合作竞技等。合作学习有助于培养学生的社交技能,包括团队合作、沟通和解决问题的能力。学生通过与同伴合作,互相学习、互相支持,建立团队合作精神,这对于他们未来的职业和社交生活至关重要。合作学习可以在各种运动活动中应用,包括球类运动、田径、体操和其他团队运动。学生可以在小组中合作,一起训练、比赛和解决运动问题。合作学习是一种强大的教育策略,它有助于培养学生的社交技能和团队合作精神,同时提高他们的运动技能。通过合作学习,学生可以分享知识、互相激励,从而更好地参与体育活动,建立积极的运动态度。这有助于小学生在身体健康和社交技能方面实现全面发展^[3]。

学生需要相互依赖,因为他们共同承担任务和目标的实现。这鼓励他们共同努力,以实现共同的成功。合作学习的活动通常以明确的目标为导向。学生明确了解他们需要达到的目标,这有助于集中精力和努力。学生需要积极互动,分享信息、想法和反馈。这促进了信息的交流和学习过程的改进。学生既需要承担个体责任,完成个人任务,又需要承担团队责任,确保团队达到共同目标。学生通过合作学习培养了团队合作技能,学会如何与他人协调和合作,这对他们未来的生活和职业都非常重要。合作学习提供了社交互动的机会,帮助学生建立友谊、沟通技能

和解决冲突的能力。学生在合作学习中互相支持,鼓励和帮助对方。这种互助关系有助于提高学生的自尊心和自信心。合作学习有助于学生理解共同目标的重要性,以及如何在团队中为实现这些目标作出贡献。在团队体育项目中,学生有机会练习个人运动技能,并将其应用到集体目标中。教肇可组织足球、篮球等团队体育项目,要求学生密切合作,共同达到比赛或训练的目标。学生可以分成小组,合作完成运动任务,例如设计一个体操表演或创建一个跳绳表演。安排学生参与合作性竞技,如双人皮划艇、双人滑冰等,以便他们学会合作与协调。使用合作性游戏来促进学生的互动,例如团队建设游戏或合作解谜游戏。合作学习是儿童运动能力培养的重要组成部分,它帮助学生培养团队合作技能、社交技能和个人运动技能。通过合作学习,学生学会共同协作,实现共同目标,建立互相支持的关系,从而提高他们的综合体育素质。这一方法不仅有助于儿童的身体健康,还培养了他们未来生活和职业中所需的重要技能。

(四) 体育游戏和竞技

体育游戏和竞技在小学生运动能力培养中扮演着重要的角色,它们代表了传统的体育教育方法。体育游戏和竞技一直是学校体育课程的核心组成部分。它们代表了传统的体育培养方法,包括足球、篮球、田径、网球等。体育游戏和竞技有助于学生培养各种体育技能,如传球、射门、篮球投篮等。此外,它们提供了竞争和比赛的机会,鼓励学生积极参与和尝试不同的运动项目。团队体育项目如足球和篮球需要团队合作,这有助于学生建立团队合作精神,学会与队友一起工作,互相支持和协调。体育游戏和竞技提供了全身性的锻炼,有助于提高学生的身体健康和体能水平。这些活动鼓励学生积极参与体育锻炼,预防肥胖和促进健康。参与体育游戏和竞技有助于培养学生的竞争意识和体育精神。他们学会尊重对手、接受胜利和失败,以及坚持不懈追求卓越。尽管传统的体育游戏和竞技方法在小学生运动能力培养中具有众多优点,但也需要考虑学生的个体差异和兴趣。因此,教育者应灵活运用这些方法,以确保学生获得积极的运动体验,提高运动技能和促进身体健康。

体育游戏和竞技在儿童的运动能力培养中扮演着重要的角色,代表了传统的体育教育方法。体育游戏和竞技一直是学校体育课程的核心组成部分。这些活动包括足球、篮球、田径、网球等,它们传承了丰富的体育传统。这些项目提供了学生锻炼身体和培养运动技能的机会。体育游戏和竞技有助于学生练习和提高各种体育技能,如传球、

同时,观察防守方学生的位置和移动,选择一个合适的时机和角度,做出斜向插入的动作,与传球的队友形成二对一的局面。在这个过程中,传球的队友也要迅速前插,为接球队友提供支持,以便于接球队友在斜插后能有更多的选择进行下一步的动作,比如回传、继续突破或是射门。此活动要求学生执行直传斜插二过一的技术动作时,不断观察对方防守者的位置变化,实时调整自己的跑位和传球时机,锻炼他们的战术意识和即时决策能力。练习进行多轮,每次换不同的学生扮演进攻和防守角色,确保每位参与者都能从中获得实战经验。通过这种模拟比赛的对抗练习,学生在实际操作中深刻理解直传斜插二过一技术的运用,有效提升他们的足球技术水平。这种教学方法将理论知识与实践操作相结合,使学生能够在动态的比赛环境中快速学习和应用新技能,从而达到以“练”促学的教学目的。

三、以“赛”巩固

通过比赛,学生不仅能将在“教”与“练”环节中学到的技能和理论知识应用于实战,还能在竞赛中发现问题、解决问题,进而深化对足球运动的理解。比赛是检验学习成果的一种方式,也是提升学生应对实战情境能力的重要途径。教师根据学生的技能水平进行公平的队伍分配,确保每个队伍的实力均衡。然后,教师会制定比赛规则和赛程表,规则遵循官方足球比赛的标准,并适当调整以适应学生的年龄,可以缩短比赛时间,调整场地尺寸。在联赛开始之前,教师组织一次启动仪式,介绍比赛的目的、规则以及安全注意事项,增强学生的比赛意识。比赛期间,教师扮演裁判的角色,监督比赛的公平进行,在比赛中间休息时给予技术指导,帮助学生分析比赛中的表现,指出可以改进的地方。联赛采用循环赛制,确保每个队伍都有机会与其他队伍比赛,这样的安排旨在让学生在比赛中获得尽可能多的实战经验。比赛结束后,教师组织学生进行反思会,讨论比赛中的亮点和不足,鼓励学生分享自己的感受。此外,对表现突出的队伍和个人,教师会给予表彰,以此激励学生的参与热情。通过这种具体的比赛实践活动,学生在实战中学习到如何应对不同的比赛情境,这些都是课堂教学和传统训练难以实现的学习效果。

四、以“评”增效

评价是激励学生持续进步、教师改善教学方法的重要手段。高效的评价能够准确反映学生的学习成果,促进学生对自己的学习进行反思,同时为教师提供反馈,帮助他们识别教学中的不足,优化教学策略。将评价融入教学过程要求教师关注学生的技能掌握程度、体育素养、团队合

作能力和比赛表现等多方面的发展。为此,教师应构建一套多元化的评价体系,涵盖对学生参与度、团队协作、比赛表现的观察评价。此外,教师还应鼓励学生参与自我评价和同伴评价,通过多方位的反馈,提高学生自我反思能力。例如,教师可以设计为“足球技能展示日”,活动中,每位学生都将有机会展示自己最擅长的技能,如控球、传球、射门等。在准备阶段,教师应明确展示的目标技能和评价标准,将每位学生的表现记录下来,以便之后进行详细分析。评价过程中,教师应根据评价标准对学生的技能展示进行打分,并提供具体性的反馈。同时,学生也要对自己的表现进行自评,了解自己的优势和需要改进的地方,增强学生之间的交流,促进学生在足球技能和体育素养上的全面发展。通过评价机制,学生能够在积极的氛围中持续进步,同时也能够根据评价结果调整教学策略,实现教与学的优化。

五、结语

新时代背景下对初中足球体育课程进行的教学改革,呈现出教育的发展趋势,也反映出对学生全面发展的重视。通过引入游戏教学法、教练赛评模式、分层教学法等教学策略,教学过程变得更加丰富多彩,有效提升学生的足球实践能力。这些改革措施的实施,促进学生在体育素养、团队合作等多方面的成长,为学生的终身奠定坚实的基础。未来足球教学将更加注重个性化,不断的探索,为学生提供更加科学合理的学习环境,学生都能在足球课程中找到乐趣,实现自我超越。

参考文献:

- [1]李刚.“教-练-赛”在校园足球教学的实践[J].体育,2022(06):55-57.
- [2]赵彦真.初中体育课堂中足球课程的教学策略[J].新课程,2021(21):139.
- [3]王凯.校园足球活动背景下初中足球教学内容与构建[J].当代体育科技,2020,10(26):67-68+71.
- [4]祝杰.初中校园足球教学中的困境及突破策略[J].求知导刊,2020(08):85-86.

作者简介:

朱永锋(1980—),男,汉族,中共党员,中学教师。

