

素质拓展训练融入小学体育课程的教学设计及运用

□罗新娣

福建省长汀师范附属小学, 福建龙岩 366300

摘要: 体育作为小学科目之一, 需要教师意识到在学生成长中起到重要作用。本文主要以素质拓展训练融入小学体育课程的教学设计及运用为重点进行阐述, 首先对素质拓展训练概述与原则、素质拓展训练融入小学体育课程的教学优势、小学体育教学现状进行分析, 其次从设计科学合理课程, 发挥素质拓展训练优势、引入素质拓展训练, 落实安全教育理念、利用心理素质拓展训练, 促使学生勇敢自信、拓展完善训练场地, 营造积极教学环境等几个方面深入说明并探讨, 旨在为相关研究提供参考资料。

关键词: 素质拓展训练; 小学体育; 体育课程; 教学设计; 方法运用

随着教育教学的深化, 对素质教育进行落实, 致力于实现创新教育这一目标, 小学作为学生接受教育的关键阶段, 体育也是德智体劳发展中的关键部分, 教师提成对体育教学的重视程度, 有必要对课程进行优化和完善, 无论是从课程质量方面、还是从课程设计方面, 都要结合学生的实际成长情况, 将素质拓展训练融入到小学体育训练过程中, 为学生带来多样性的学习体验, 有利于学生对体育知识的掌握, 进一步实现学生意志能力提升, 因此作为基础促使学生在体育获体育活动实践中提升综合素养, 强化自身的身体素质, 发挥素质教育在小学体育教学中的真正价值。

1. 素质拓展训练概述与原则

对于素质拓展训练而言, 注重对学生心理健康、以及身体健康的发展, 一些教育学者认为, 在开展素质拓展训练的时候, 要提前做好环境、教学情境设计, 构建具有趣味性、挑战性的课程, 为学生带来不同的学习体验, 致力于实现学生综合发展的教育效果^[1]。同时, 将运动作为基础条件, 通过交流、体验这一方式, 引导学生在分享中获取分子, 进一步提升体能训练起到的效果, 为学生的健康成长保驾护航。同时, 素质拓展训练对学生的心理素质也起到强化作用, 但更多的教育优势体现在身体素质方面, 成为一种促使学生心理、精神、体质共同发展的全新教学方式。

小学体育教学中引入素质拓展训练, 对课程设计进行优化, 发挥对学生心起到的促进作用作用, 将体育教学、素质拓展训练中的共同点进行融合, 为学生的素质全面发展奠定基础, 进一步对立德树人这一教学任务进行落实, 也深化学校对学生实施的五育并举这一理念, 为教育教学提供全新的教育思路, 更好的促进学生健康成长。

1.1 基本原则

在小学体育课程中引入素质拓展训练的时候, 需要对如下原则进行遵循, 凸显学生主体性, 教学针对性、教学趣味性、构建情境教学活动。在学生中心这一原则, 是对现代教育理念的落实, 教学过程围绕学生开展, 课程设计实践中注重对学生感受的考虑, 关注学生在情感、以及生活、学习方面的变化, 更好的了解和尊重学生^[2]。对于情境教学这一方面, 引导学生将教学内容和情境做好衔接, 促使学生在合作

学习中对日常生活重的问题进行解决, 对学生的创造性思维进行提升。对于其中的针对性教育, 教师有必要保证训练内容针对性, 通过学生感兴趣的方式呈现素质拓展训练, 赋予体育课堂一定的趣味性。

2. 素质拓展训练融入小学体育课程的教学优势

2.1 激发学生对体育兴趣

将素质拓展训练引入到小学体育教学实践中, 一方面是对教学内容起到丰富的作用, 不在促使体育教学出现枯燥的课堂氛围, 促使学生对体育训练产生好奇与兴趣, 在训练中不仅获取知识也掌握技能。素质拓展训练能够引入更多丰富的内容作为讲解知识, 改变传统单一的体育课堂, 同时为学生设计多种多样的体育游戏, 做好对学生的针对性体育训练, 进一步和学生的心理特点、个性发展需求相符。例如, 通过解手链、信任后背摔、户外体育获得感等方式, 从多方面激发学生的体育兴趣, 实现小学体育教学质量的提升^[3]。

2.2 丰富体育课堂活动形式

小学体育课堂教学实践中, 引入素质拓展训练内容, 为学生引入丰富多彩的教学内容与活动方式, 通过素质拓展训练这一基础条件, 为学生设置趣味的拓展训练项目, 在教师科学安排、指导过程中, 丰富学生的体育学习内容。例如, 在开展素质训练中的腿部训练时, 可以促使学生在田径项目中取得更好的成绩; 通过对学生腰部拓展训练时, 为学生引入瑜伽球等教学工具, 对学生的平衡能力进行培养, 促使学生可以在体育课程学习中接触更多具有专业性的素质能力训练^[4]。所以, 小学教师要对素质拓展训练提升重视程度, 发挥丰富课堂内容、课堂活动的教学优势, 结合学生自身的发展需求制定全新的教学内容, 实现学生在素质拓展实践训练中在知识和技能方面的共同发展。

2.3 强化学生身体素质

作为一名优秀的小学体育教师, 要必要结合学生的实际情况为学生选择适合的素质拓展训练项目, 一方面可以通过锻炼强化学生的身体素质, 还能从训练项目中掌握多种体育锻炼技巧, 为学生在体育课程中的锻炼提供全面知识, 也通过项目调动学生积极参与到体育学习中。同时, 小学阶段也是学生身体成长的关键时期, 通过高质量的素质拓展训练,

加强学生的运动效果,有利于学生的健康成长,对学生紧张的学习进行环节。小学体育教师要注重对素质拓展训练与体育课程的融合设计,从多个方面为学生的成长提供锻炼条件,在素质项目的支持下促使学生具备一个较强的身体素质^[5]。

3. 小学体育教学现状分析

小学体育教学中引入素质拓展训练,有利于体育课程教学的创新,为学生身体素质强化提供支持,通过为学生布置一定的课程作业,融入多样性的课程游戏元素,促使学生在亲身体验中实现合作潜能增长。一方面,体育教学中存在的不足。小学体育教师注重素质教育提升这一目标,对体育教学任务的布置缺少关注程度,无法保证教学内容的全面性,也对学生的学习中存在的安全隐患进行忽视,这也是无法实现素质拓展训练取得高效性的一个关键原因^[6]。教师在为学生布置体育教学之前,不仅要保证教学内容的丰富性,同时也要有专门从事体育教师做好系统性的安全系数测评,提升对学生在体育学习中具备的安全性,为后续的素质拓展训练顺利开展提供条件。另一方面,小学硬件设施存在问题。对于任何阶段的体育教学,在实际开展过程中都要结合个人实际情况选择对应的处理模式,进一步与教学工作的进步相结合,布置对硬件教学条件有要求的多种学习任务,但由于体育教学中很多设施比较陈旧,无法满足学生开展素质拓展训练的需求,无法对学生身体起到增强的效果。这就需要教师做好体育运动课程的合理性安排,发挥体育硬件设施起到的作用,为学生制定一个促进学生健康平衡发展的课程训练。

4. 素质拓展训练融入小学体育课程的教学设计及运用

4.1 设计科学合理课程,发挥素质拓展训练优势

小学体育教学设计过程中,通过对素质拓展训练的引入,为体育内容赋予一定的趣味性,和传统体育教学进行比较,素质拓展训练内容融入之后对学生产生更大的学习热情和学习兴趣,促使学生更加主动的参与到活动过程中,实现素质拓展训练起到的作用性,为学生构架一个趣味、创新的体育课堂。例如,在开展素质训练“穿出电网”、以及“激流勇进”内容时,教师为学生构建虚拟场景,做好内容与运动的融合,并学生分成小组这一方式,通过竞赛方式促进学生手脑共发展,强化竞争意识的同时提升队伍合作能力提升。活动实践过程中,建立和谐的学习氛围,素质拓展训练项目的顺利开展做出准备,也能取得更好的综合训练效果。为实现拓展训练效果提升,教师也要关注活动创设这一过程,关注学生在评价、反馈方面的表现,有利于对课程设计进行完善。同时,教师也要融入创新元素,保证训练项目有一定的新颖性,才能从本质方面激发学生参与的兴趣^[7]。例如,为学生创设“狩猎游戏”体育活动时,教师选择喜欢警察专业的学生进行扮演,其他学生要处于分散这一状态,通过布条将警察、小偷的都进行遮住,之后开展活动警察抓住小偷则取得胜利。还可以为学生设计“无敌风火轮”体育游戏,为学生提前准备好剪刀、胶带等,引导学生在合作中完成大圆环的制作,要求学生在圆环上边走边转圈,由此体现活动创新的价值性,革新学生对体育知识的全新认知,鼓励学生在交流中形成更强的团队精神。

4.2 引入素质拓展训练,落实安全教育理念

小学体育教学中开展素质拓展训练这一过程,其中一个

关键性条件就是为学生提供安全保证,拓展训练之前全方面做好安全工作,也是融入素质拓展训练中不能忽视的一个关键。首先,教师要从自身的思想观念中意识到安全性的重要性,方便在设计素质拓展训练时,有一定的设计重点,并且不在受到传统教学思想的限制,将自己转变成引导者这一角色,将课堂主动权教给学生,从学生身体的实际情况出发,保证素质拓展项目设计难度适中,保证学生安全参与的基础上取得更好的体育教学效果。教师可以从学生的兴趣入手,为学生设计如下素质拓展获得感内容,在开展“跳垫子”内容时,教学的最终目标是促使学生在腾空这一阶段,掌握收腹举腿这一动作技能教师为保证学生在训练中的安全性,提前为学生讲解训练中的注意事项,要求学生这一动作的原理进行掌握,才能在完成中取得好效果。将学生分成不同小组,遵循纵队做好排序每一位学生之间间隔100厘米,要求前两名学生放置两个小垫子在队伍前侧。活动开始过程中,两名拿着垫子的学生从前向后跑动,在垫子到学生脚下时,学生要做出上跳的动作,调完结束后第一为学生要跑跑道最后一名,直到完成一个循环用时间最少的队伍获胜,但在游戏过程由于两个学生之间存在的间隔较小,在上跳这一过程相互发生摩擦,在教师发现这一问题立刻停止训练,要求其他小组观察是否存在不安全的因素,在学生相互探究中,发掘两名距离较近容易发生危险,进一步对游戏进行纠正。教师通过这一方式不仅加强学生思考能力,也为学生渗透更强的安全意识^[8]。

4.3 利用心理素质拓展训练,促使学生勇敢自信

对于小学生而言,深吸处于发展阶段,这一阶段的体育教学不仅是奠定丰富的学习基础,同时也为学生的健康成长、以及品质提升做好铺垫。小学体育教学并非是单一的为学生传授知识内容,也是促进学生心理健康发展的有效途径,通过素质拓展训练这一方式增强学生自信心,提升学生对挫折的地域能力,强化学生心理素质提升。教师针对学生的心理素质进行增强,可以开展一些具有竞争性的素质拓展训练内容,如,在开展短跑比赛过程中,对表现较为优异的学生进行鼓励,对一些没有取得理想成绩学生做好安慰工作,引导学生懂得自我情绪疏导,形成正确的输赢观念,才能对学生的体育信心进行建立。其次,教师也要对成绩不够理想的学生做好后续的鼓励工作,引导学生发掘自己存在的优点,并且分析没有取得好成绩的真正原因,通过教师鼓励性的语言,促使学生可以形成一个良好学习习惯,也要引导学生懂得调节自己的情绪,并且掌握正确的方式更加主动的参与到体育竞赛当中。在对学生做好教学引导工作后,教师可以深入发掘素质拓展训练中蕴藏的内在因素,设计具有一定价值指向的课程内容,融入一些挑战性训练项目,强化学生的心理素质激发学生学习的斗志^[9]。可以为学生设置一个“空中断桥”这一训练,学生可以在高空这一情境中穿过缺口防止跌落山谷。学生在完成这一训练过程中,一方面对学生自身的协调性起到训练效果,另一方面也赋予学生更多的勇气,敢于对困难进行克服,实现学生优秀品质的提升。

4.4 拓展完善训练场地,营造积极教学环境

现阶段,很多学校并没有建立丰富的体育拓展训练课程,导致在落实素质拓展训练过程中,在场地、设备、以及训练

项目、以及软件配备方面都出现一定的问题。学校要意识到素质拓展训练在体育教学训练中的起到的重要作用,首先,从师资力量方面、以及教学设计方面入手,保证可以为学生带来优质的课程教学及效果,发挥学校周边具备的拓展训练资源的优势,如,户外场地就是天然的训练场所,在学校拓展训练设备不完善这一情况中,可以代替器材完成素质拓展训练。对于素质拓展训练而言,其中包含关键的两个部分,第一是基础素质训练,第二是综合素质训练,在对学生落实的基本素质训练更多的是对学生自我控制能力、以及应挑战能力的提升,通过丰富的户外训练方式,强化学生自身在冲击、挑战方面的提升,实现学生团队意识的深化效果^[10]。在对学生进行的综合训练而言,是对学生沟通、协调能力提升,深化学生自身的团队精神,将拓展训练通过室内、室外的方式进行融合,为学生带来更好的训练氛围。另外,在综合素质拓展训练项目的内容方面进行分析,可以从物质、心理两个方面进行强化,保证物理环境有充足的活动空间,才能为学生提供一个自由的训练场地,在对器材、设施的引入过程中,要遵循环保安全这一原则。保证教师和学生之间形成良好的关系,作为教师要尽可能给与足够的关心、爱心和耐心,不忽视任何一位学生,对一些特殊学生也要做好特殊对待,发挥自己作为学生校园监护人的关键责任,促使学生在喜欢教师的同时也喜欢上体育课。

5. 结束语

综上所述,小学体育教学中引入素质拓展训练内容,不仅是对课程内容的丰富,也是为学生的身心健康发展提供支持,为学生知识、技能、以及运动精神进行培养,是实现学生综合素质提升的关键,为学生今后成长起到关键性的促进作用。另外,要注重素质拓展训练项目实物的安全性,才能从各个方面保证小学体育课程设计的完善性。

参考文献

- [1] 健康第一, 全面育人——上海市民办盛大花园小学体育课程特色掠影 [J]. 现代基础教育研究, 2022, 48(04): 241-242.
- [2] 杨华红, 张源, 李亚伦. 素质拓展训练融入小学体育课教学的价值分析 [J]. 体育视野, 2022, No. 60(24): 81-83.
- [3] 牛晶晶. 新课标下民族传统体育与小学体育深度融合: 机遇、挑战与策略 [C]// 中国体育科学学会武术与民族传统体育分会, 教育部中华优秀传统文化传承基地(武术), 全国学校体育联盟(中华武术). 2022 年中国体育非物质文化遗产大会书面交流摘要汇编. [出版者不详], 2022: 1.
- [4] 孙国祥. 提升小学体育教学的有效性策略 [C]// 廊坊市应用经济学会. 对接京津——协调推进 基础教育论文集. [出版者不详], 2022: 3.
- [5] 白建伟, 刘婷, 刘嘉津. 体教融合实践下的小学体育课程改革与实施路径——以杭州市 A 校的“四位一体”实践模式为例 [J]. 当代体育科技, 2022, 12(28): 145-149.
- [6] 贾皓森. 解析体育课程一体化视角下小学体育家校共育模式 [C]// 中国国际科技促进会国际院士联合体工作委员会. 课程教育探索学术论坛论文集(四). [出版者不详], 2022: 3.
- [7] 宋剑. 体育教学中开展素质拓展训练提升学生体能的研究 [C]// 中国国际科技促进会国际院士联合体工作委员会. 现代化教育国际研究学会论文集(六). [出版者不详], 2022: 3. [8] 呼和. 小学体育教学中素质拓展训练的融入策略研究 [J]. 拳击与格斗, 2022, No. 491(07): 112-114.
- [9] 郑生辉. 小学体育课程中实施阳光体育路径之探 [J]. 体育风尚, 2022, No. 414(06): 86-88.
- [10] 吴秋云. 改革开放以来中小学体育课程发展研究 [D]. 东北师范大学, 2022.

