

浅谈如何将拓展训练融入小学体育教学

◎刘伟伟

摘要：本文以拓展训练融入小学体育教学为主要内容进行传输，结合当下体育生体育教学价值为主要依据，从构建体育知识与技能、选择恰当的体育活动、完善体育机制和设备这几方面进行深入探讨和研究，其目的在于提升小学体育教学中的价值，增强学生体育安全意识，提高身体素质的同时提升小学体育教学效果，旨意为相关研究提供参考资料。

关键词：拓展训练 小学体育教学 身体素质 体育设备

基于素质教育今天开展拓展训练，能够有效丰富体育教学内容，提高学生综合素质。小学时期是学生身体发育和思维拓展的关键期，在此期间，教师要做好引领工作，增强学生体质，开展德智体美全面教育工作。因此，在小学期间不能只重视成绩，要有效融入拓展训练，强化学生对体育知识的理解，增强学生体育技能，掌握各种技术要领，从而不断提高小学体育教学效果。

一、提升体育教学价值

提高体育教学效果。要善于运用丰富化教学模式，为学生创设活跃教学课堂，丰富学生的体验，增强学生的体育兴趣。对学生来说，最主要的是学习，但值得关注的是学习压力之外应具备一个良好的身体状况，才能够更高效地完成体育教学工作。开展体育教学工作，有利于强化学生身体素质，缓解各方面压力，调整学习状态，便于学生更好的学习。而素质教育下，将拓展训练融入到小学体育教学过程中，能够增强学生各方面能力，传统时期小学体育教学过程中，教师对安全知识的讲解不到位，动作要领讲述不清晰，从而使得学生掌握的动作与实际情况存在偏差。在新时期素质教育下，要将拓展训练融入到小学体育教学过程中，从一个体育动作延伸到另一个动作的训练，强化学生身体素质，以此不断提高教学效果。

二、小学体育教学中融入拓展训练的方法

（一）构建体育知识与技能

体育教学课堂并不是为学生放松身心而设定的，在开展体育教学过程中，教师要明确教学目标，引导学生有效学习。注重体育理论知识的讲解，引导学生锻炼，增强学生体质，有效提升身体免疫力能够

更好地接受其他学科的学习。在教学过程中，教师要引导学生有效保护自我，正确进行体育锻炼，避免受伤以及受到伤害后懂得如何急救。在拓展训练过程中，教师要注重锻炼学生身体素质，积极开展相应活动增强学生对体育知识和技能的了解。在传统体育教学过程中，教师只是单纯地让学生自由活动，讲授知识流于过程。训练层次上，学生对体育知识的了解更加全面，体育动作技能掌握的更加深入，便于提高小学体育教学效果。

（二）选择恰当的体育活动

时代的发展使得人们生活条件越来越好，对物质要求越来越高，加上现在孩子都是独生子女，父母对孩子溺爱，最终使得孩子生活能力过弱。因此，在学校教学过程中，体育教师要高度重视，锻炼学生的体质。开展体育活动，增强学生技能，重点讲解体育安全知识，增强学生自我保护意识。为防止学生受到伤害，可以在体育教学过程中讲解一些防身技巧，引导学生懂得如何自保。将体育知识拓展到校外，开展校外体育训练活动，增强学生体质的同时，激发学生对体育训练的兴趣。

（三）完善体育设备与机制

现在很多小学对于体育教学不够重视，最终使得体育设备不多，部分学校缺少体育设备进而无法完成项目学习。很多小学学校只有篮球和乒乓球球类运动，其他体育项目就只有简单的跑步，跳绳，由于其他体育项目设备缺失而无法进行，最终使得学生对体育学习失去兴趣。基于拓展训练的今天，学校和政府要高度重视体育教学，增强体育设备经济投入和人力物力输出，为学生拓展训练提供物质基础。保证学生拥有健康身体，维持高强度学习，有效应对各方面压力，增强自身素质和身体素质。所以，在小学体育教学过程中，

教师要注重完善体育设备和机制，确保体育活动得以正常开展，从根本上提高学生身体素质和各方面能力，为学生未来发展奠定良好基础。

三、结语

总而言之，小学时期是学生学习基础知识的关键期，此时要为学生奠定良好学习基础，为学生后续发展提供有利条件。以往教师对小学体育教学不够重视，导致体育课堂纪律散漫，体育设备不足，安全知识讲解不到位，技能掌握不全面。素质教育实习教师要转变教学思想，提高学生安全意识和增加体育设备，有效讲解体育动作要领和基本技能，将拓展训练有效融入到体育教学过程中，在增强学生身体素质的同时，确保学生拥有一个健康的心理素质。

参考文献：

- [1] 廖华伟. 素质拓展训练融入小学体育教学的方法[J]. 考试周刊, 2018(006): 116.
- [2] 包明参. 试论如何将素质拓展训练融入到小学体育教学中[J]. 神州(上旬刊), 2019(029): 209.

作者单位：南京市民生实验小学