

融入素质教育拓展训练在小学体育教学中的应用

周媛云

杭州师范大学钱江学院 浙江 杭州 310018

[摘要]在当前社会背景下,小学生的身心素质发展日益受到重视。体育教学作为学校教育的重要组成部分,承担着培养学生健康体魄和良好心理素质的重任。然而,传统的体育教学模式往往过于注重技能的传授和体能的训练,忽视了学生个性发展和综合素质的培养。素质拓展训练作为一种新颖、独特的教学模式,以其富有趣味性和挑战性的特点,为小学体育教学带来了新的活力和机遇。

[关键词]素质拓展训练;小学体育教学;身心素质;团队协作;解决问题能力

[中图分类号] G641 [文献标识码] A [文章编号] 1687-9534(2025)-0085-87 [收稿日期] 2025-01-23

一、素质拓展训练在小学体育教学中的作用

(一) 激发学生体育兴趣

素质拓展训练通过丰富多样的训练项目和形式,打破了传统体育课堂的枯燥和单一,为学生提供了一个充满趣味和挑战的体育学习环境。这种新颖的教学模式能够吸引学生的注意力,激发他们的学习兴趣和积极性,使他们在参与活动的过程中体验到体育带来的快乐和成就感。

(二) 增强学生体质

素质拓展训练中的训练项目通常具有一定的强度和难度,能够充分锻炼学生的身体素质。通过参与训练,学生的力量、速度、耐力等体能指标会得到显著提升,从而增强体质,提高健康水平。

(三) 培养团队协作能力

素质拓展训练强调团队合作和集体协作,许多训练项目需要学生共同完成。在训

练过程中,学生需要相互沟通、相互支持,共同面对挑战和解决问题。这种经历能够培养学生的团队协作能力和集体荣誉感,增强他们的凝聚力和向心力。

(四) 培养解决问题能力

素质拓展训练中的训练项目往往具有一定的复杂性和不确定性,需要学生发挥想象力和创造力来解决问题。通过参与训练,学生能够锻炼自己的思维能力和解决问题的能力,提高应对复杂情况和挑战的能力。

二、素质拓展训练在小学体育教学中的应用策略

(一) 提高教师综合素质

教师是素质拓展训练在小学体育教学中得以有效实施的关键。因此,提高教师的综合素质是首要任务。教师应具备扎实的体育专业知识和技能,熟悉素质拓展训练的理念和方法,能够根据学生的实际情况和需求制定科学合理的训练计划。此外,教师还应具

备良好的沟通能力和组织协调能力，能够与学生建立良好的师生关系，激发学生的学习兴趣 and 积极性。

为了提升教师的综合素质，学校可以组织相关的培训和交流活动，让教师了解最新的教学理念和方法，分享彼此的教学经验和心得。同时，学校还可以鼓励教师参加相关的学术研究和课题研究，提高他们的理论水平和科研能力。

（二）合理安排教学内容

素质拓展训练的内容应根据学生的年龄、性别、兴趣爱好和身体素质等特点进行合理安排。在选择训练项目时，教师应充分考虑学生的实际情况和需求，确保训练项目既具有挑战性又符合学生的身心发展水平。此外，教师还应根据学生的兴趣和爱好进行个性化的训练设计，以满足不同学生的需求。

在安排教学内容时，教师还应注重训练的层次性和递进性。从简单的训练项目入手，逐步增加难度和复杂性，让学生逐渐适应并享受训练过程。同时，教师还应注重训练的多样性和趣味性，通过变换训练形式和内容来激发学生的参与热情。

（三）完善训练设施与器材

完善的训练设施与器材是素质拓展训练得以有效实施的重要保障。学校应加大对体育设施的投入力度，建设功能齐全、设施完备的体育场地和器材室。同时，学校还应定期对设施进行检查和维护，确保其安全性和可靠性。

在选择训练器材时，教师应充分考虑器材的实用性和安全性。选择符合国家标准和要求的器材，避免因器材质量问题而导致的安全事故。此外，教师还应根据训练项目的需求选择合适的器材，确保训练效果和安全性。

（四）实施分层教学

分层教学是根据学生的身体素质和运动能力进行分组教学的一种教学方法。在素质拓展训练中实施分层教学能够更好地满足不同学生的需求，提高训练效果。

在实施分层教学时，教师应根据学生的实际情况进行分组，确保每个组内的学生具有相似的身体素质和运动能力。同时，教师还应为每个组制定不同的训练计划和目标，以确保每个学生都能在适合自己的难度下接受训练。在训练过程中，教师还应关注学生的进步情况，及时调整训练计划和目标，以激发学生的学习动力和自信心。

（五）注重安全教育与管理

安全是素质拓展训练得以有效实施的前提和基础。因此，在训练过程中教师应注重安全教育与管理，确保学生的安全。

首先，教师应加强学生的安全意识和自我保护能力的培养。通过讲解安全知识和演示安全动作等方式，让学生了解训练过程中的潜在风险和预防措施。同时，教师还应鼓励学生相互监督和提醒，共同维护训练过程的安全。

其次，教师应对训练场地和器材进行严格的安全检查和管理。确保场地平整、器材

完好且符合安全标准。在训练过程中,教师还应密切关注学生的身体状况和反应情况,及时采取措施防止意外事故的发生。

最后,学校还应建立完善的应急处理机制和救援体系。一旦发生安全事故或紧急情况,能够迅速采取措施进行救援和处理,最大限度地保障学生的安全。

三、案例分析

为了更好地说明素质拓展训练在小学体育教学中的应用效果,以下将以某小学为例进行具体分析。

该小学在体育教学中引入了素质拓展训练的理念和方法,通过组织丰富多样的训练项目和活动来激发学生的学习兴趣 and 积极性。例如,在“穿越电网”项目中,学生需要分组合作,共同完成任务。在训练过程中,学生不仅需要发挥个人的身体素质和运动能力,还需要与队友进行紧密的沟通和合作。通过这种训练方式,学生的团队协作能力、沟通能力和解决问题的能力得到了显著提升。

此外,该小学还注重个性化训练的设计和实施。根据学生的兴趣和爱好以及身体素质的不同特点,教师为学生制定了个性化的训练计划和目标。例如,对于喜欢篮球的学生,教师可以组织篮球技巧和团队合作的训练;对于喜欢跑步的学生,教师可以安排耐力训练和速度提升的训练。通过这种个性化的训练方式,学生的体育兴趣和身体素质得到了更好的发展。

经过一段时间的实践和探索,该小学的体育教学取得了显著成效。学生的体育成绩和身体素质得到了显著提升,同时学生的团队协作能力和解决问题能力也得到了很好的培养。此外,学生的自信心和积极性也得到了极大的提高,他们更加热爱体育活动并愿意参与其中。

四、结语

素质拓展训练作为一种新兴的教学理念和方法在小学体育教学中的融入为学生提供了一个充满趣味和挑战的体育学习环境。通过丰富多样的训练项目和形式以及科学合理的训练计划和目标设计,学生的体育兴趣、身体素质和综合素质得到了显著提升。然而,在实施素质拓展训练的过程中仍存在一些问题和挑战,如教师的综合素质和教学水平需要进一步提高、训练设施和器材需要不断完善等。

我们将继续深入探索和研究素质拓展训练在小学体育教学中的应用策略和方法,不断完善和优化训练计划和目标设计。同时,我们还将加强与其他学校的交流与合作,共同推动小学体育教学的改革和发展。

参考文献:

- [1]郑新远.素质拓展训练在小学体育教学中的应用[J].文体用品与科技.2015,(12).
- [2]夏光祥,张歌,尹伟,等.素质拓展训练融入小学体育教学的应用分析[J].当代体育科技.2014,(16).

The application of integrating quality education and development training in primary school physical education teaching

Zhou Yuanyun

Qianjiang College of Hangzhou Normal University, Hangzhou, Zhejiang Province 310018

Abstract: In the current social context, the physical and mental development of primary school students is increasingly valued. As an important component of school education, physical education teaching bears the responsibility of cultivating students' healthy physical fitness and good psychological qualities. However, traditional physical education teaching models often focus too much on imparting skills and training physical fitness, neglecting the development of students' personalities and the cultivation of their comprehensive qualities. As a novel and unique teaching mode, quality development training has brought new vitality and opportunities to primary school physical education teaching with its interesting and challenging characteristics.

Key words: quality development training, primary school physical education teaching, physical and mental quality, teamwork, problem-solving ability