

探究拓展训练教学在小学体育中的应用

杨军

(西安市长安区王曲街办马厂小学 710106)

摘要: 本文探讨了拓展训练教学在小学体育中的应用,分析了其对小学生全面发展的积极影响。拓展训练教学通过体验性学习、挑战性活动、团队合作和反思与分享,促进了学生的体能、心理素质和社会交往能力的提升。尽管存在师资力量、设施资源和安全性等挑战,但通过有效的课程设计、教学方法、安全管理策略,拓展训练教学在小学体育中取得了显著成效。案例研究显示,拓展训练教学能显著提高学生的体育兴趣、体能和团队协作能力。

关键词: 拓展训练教学; 小学体育; 体验性学习; 团队合作; 体能发展; 团队协作

一、引言

拓展训练教学作为一种创新的教学模式,突破了传统体育教学的局限,更加注重学生的全面发展。本文旨在探讨拓展训练教学在小学体育中的应用现状、面临的挑战以及具体的应用策略,并通过案例分析分析其对小学生发展的影响。

二、拓展训练教学概述

拓展训练教学是一种创新的教学模式,它突破了传统体育教学的框架,注重学生的全面发展,特别是在体能、心理素质以及社会交往能力方面的提升。其核心要素包括体验性学习、挑战性活动、团队合作以及反思与分享。

体验性学习是拓展训练教学的基础,它强调学生通过亲身参与和体验来获得知识和技能。这种学习方式能够使学生更加深入地理解和掌握知识,同时培养他们的实践能力和创新思维。

挑战性活动是拓展训练教学的重要组成部分,它通过设计一系列具有挑战性的任务和活动,激发学生的潜能和斗志,使他们在面对困难时能够保持积极的心态和坚韧不拔的毅力^[1]。

团队合作是拓展训练教学的核心要素之一,它强调学生在完成任务和活动的过程中,需要相互协作、共同配合,以达到共同的目标。这种教学方式能够培养学生的团队协作精神和沟通能力。

反思与分享是拓展训练教学的最后环节,它要求学生在完成任务和活动结束后进行深入的反思和总结,分享自己的体验和感受。这一环节能够帮助学生巩固所学知识,提升他们的自我认知和思维能力。

相较于传统体育教学,拓展训练教学更加注重学生的主体性和实践性,它强调通过体验式学习和挑战性活动来激发学生的潜能和斗志,培养他们的团队协作精神和沟通能力。

三、小学体育教学中拓展训练教学的应用现状

在国内外的小学体育教学中,拓展训练教学的应用案例丰富多样。一些学校通过组织户外探险、团队拓展等活动,让学生在自然环境中锻炼身体,培养团队协作和解决问题的能力。这些活动不仅增强了学生的体能,还提高了他们的心理素质和社交交往能力。同时,一些学校还将拓展训练教学融入日常体育教学中,通过设计具有挑战性的游戏和任务,激发学生的学习兴趣 and 积极性。

然而,尽管拓展训练教学在小学体育中的应用取得了显著的成效,但仍存在一些问题和挑战。其中,师资力量不足是一个重要的问题。由于拓展训练教学需要专业的教师指导和组织,而目前很多小学缺乏具备相关技能和经验的体育教师,这限制了拓展训练教学的广泛应用。此外,设施与资源的限制也是一个不可忽视的问题。拓展训练教学往往需要特定的场地和器材,而一些学校由于经费或场地限制,无法提供足够的设施和资源来支持拓展训练教学的开展^[2]。

安全性考量也是拓展训练教学在小学体育中应用面临的一个重要挑战。由于拓展训练教学通常涉及一些具有一定风险的活动,如攀爬、跳跃等,因此必须确保学生的安全。这就要求学校在组织拓展训练活动时,必须制定严格的安全措施和应急预案,并加强对学生的安全教育和监督。然而,一些学校由于

缺乏相关的经验和专业知识,在安全性方面存在隐患,这也限制了拓展训练教学的进一步推广和应用。

四、拓展训练教学在小学体育中的具体应用策略

4.1 课程设计与活动规划

课程设计与活动规划是拓展训练教学在小学体育中应用的基础。在设计课程时,必须充分考虑小学生的年龄特点,确保所设计的拓展训练活动既符合他们的身心发展需求,又能激发他们的兴趣和参与度。例如,针对低年级的小学生,可以设计一些简单有趣的团队游戏和协作任务,让他们在游戏中体验团队合作的乐趣;而针对高年级的小学生,则可以设计一些更具挑战性的拓展训练活动,如户外探险、定向越野等,以培养他们的冒险精神和解决问题的能力。

拓展训练教学在小学体育中的应用还需要融入体育课程标准,确保学生的全面发展。这意味着在设计拓展训练活动时,不仅要注重学生的体能提升,还要关注他们的心理素质、社交交往能力以及创新思维的培养。因此,教师可以结合体育课程标准,将拓展训练活动与传统的体育教学内容相结合,如通过拓展训练活动来提高学生的跑步速度、跳跃能力或投掷技巧等^[3]。

4.2 教学方法与技巧

教学方法与技巧对于拓展训练教学在小学体育中的应用同样至关重要。为了提升学生的参与度,教师可以利用游戏化教学的方法,将拓展训练活动设计成一个个有趣的游戏任务,让学生在游戏中的学习、在游戏中成长。例如,可以利用“寻宝游戏”来培养学生的方向感和团队协作能力;或者利用“角色扮演游戏”来提高学生的沟通能力和解决问题的能力。

强调体验式学习也是拓展训练教学的一个重要特点。教师应鼓励学生积极参与拓展训练活动,通过亲身体验来获取知识和技能。在体验式学习中,学生可以更加深入地理解和掌握知识,同时培养他们的实践能力和创新思维。例如,在户外拓展训练中,教师可以让学生自己去探索、去发现,让他们在实践中学习如何面对困难、如何解决问题。

4.3 安全管理与风险评估

安全管理与风险评估是拓展训练教学在小学体育中应用的重要保障。由于拓展训练教学往往涉及一些具有一定风险的活动,因此必须制定详细的安全预案,确保学生的安全。教师在组织拓展训练活动时,应对活动场地、器材等进行全面的安全检查,并对学生进行必要的安全教育和管理。例如,在进行攀爬、跳跃等高风险活动时,教师应确保有足够的保护措施和应急设备,并对学生进行专业的安全指导和监督。

教师还应应对拓展训练活动进行风险评估,根据活动的难度和危险性制定相应的安全措施和应急预案。例如,在进行户外拓展训练时,教师应提前了解天气、地形等情况,制定详细的行程计划和应急预案,以确保学生在活动中的安全。

五、拓展训练教学对小学生发展的影响

5.1 对体育兴趣的影响

拓展训练教学通过趣味性活动激发小学生的体育兴趣。传统的体育教学往往注重技能和规则的教学,而拓展训练教学则

更加注重活动的趣味性和参与性。通过设计一系列有趣、富有挑战性的拓展训练活动,如团队拓展游戏、户外探险等,可以吸引小学生的注意力,让他们在游戏中体验体育的乐趣,从而激发他们对体育的兴趣和热爱。这种兴趣的激发对于培养小学生终身体育意识、促进他们身心健康发展具有重要意义。

5.2 对体能与运动技能的提升

拓展训练教学通过挑战性活动增强小学生的体能,并提升他们的特定运动技能。拓展训练教学注重学生的实践性和参与性,通过设计一系列具有挑战性的任务和活动,如攀爬、跳跃、定向越野等,可以锻炼小学生的身体,提高他们的体能水平。同时,这些挑战性活动还可以帮助小学生掌握特定的运动技能,如平衡、协调、力量等,为他们在未来的体育学习和生活中打下坚实的基础^[4]。

拓展训练教学还可以培养小学生的运动习惯和锻炼意识。通过参与拓展训练活动,小学生可以逐渐认识到运动的重要性,并养成定期锻炼的好习惯。这种习惯的养成对于促进小学生的身体健康、预防疾病具有重要意义。

5.3 对团队协作与社会交往能力的培养

拓展训练教学在团队活动中培养小学生的沟通与协作能力,进而提升他们的社会交往能力。拓展训练教学注重团队合作和集体荣誉感的培养,通过组织一系列团队拓展活动,如团队接力赛、共同完成任务等,可以让小学生在学习如何与他人沟通、如何协作解决问题。这些经历不仅可以增强小学生的团队协作能力,还可以提高他们的沟通能力和社交技巧。

在团队活动中,小学生需要学会倾听他人的意见、表达自己的观点、与他人协商解决问题等。这些技能对于他们在未来的学习和生活中与他人建立良好的关系、有效地进行沟通和协作具有重要意义。同时,通过团队协作和集体荣誉感的培养,小学生还可以更加深入地理解团队合作的重要性,并学会在团队中发挥自己的优势、为团队的成功做出贡献。

拓展训练教学对小学生发展的影响是多方面的。它通过趣味性活动激发小学生的体育兴趣,通过挑战性活动增强他们的体能并提升特定运动技能,同时在团队活动中培养他们的沟通与协作能力。

六、案例研究:某小学拓展训练教学实施效果分析

6.1 案例背景介绍

某小学位于城市郊区,拥有较为宽敞的校园和丰富的自然资源。该校一直注重学生的全面发展,特别是在体育教育方面,积极寻求创新和突破。近年来,该校引入了拓展训练教学,旨在通过更具挑战性和趣味性的体育活动,提升学生的体能、运动技能以及团队协作能力。本案例将对该校拓展训练教学的实施效果进行深入分析。

6.2 实施过程与活动实例

该校在实施拓展训练教学时,充分考虑了学生的年龄特点和身心发展需求。针对低年级学生,设计了“小小探险家”活动,通过模拟探险情境,让学生在校园内的自然环境中寻找“宝藏”,以此锻炼他们的方向感和团队协作能力。针对高年级学生,则组织了“勇攀高峰”活动,利用校园内的攀爬设施,进行攀爬技能培训和挑战,培养学生的勇气和毅力。

在活动实施过程中,教师们注重学生的参与度和体验感。他们鼓励学生积极参与活动,通过亲身体验来学习知识和技能。同时,教师们也密切关注学生的安全,确保所有活动都在安全的环境中进行。

6.3 效果评估

为了评估拓展训练教学的实施效果,该校进行了一系列的效果评估。首先,通过学生反馈和参与度分析,了解学生对拓展训练教学的态度和感受。结果显示,大部分学生对拓展训练教学表示出极高的兴趣和参与度,他们认为这种教学方式更加

有趣和具有挑战性。

教师们也对学生在拓展训练教学中的表现进行了观察和评价。他们发现,学生在活动中表现出更高的积极性和团队协作能力。特别是在面对挑战时,学生能够相互支持、共同解决问题,显示出良好的团队协作精神。

该校还进行了体能和团队协作能力测试对比。测试结果显示,参与拓展训练教学的学生在体能和团队协作能力方面都有显著提升。他们的跑步速度、跳跃能力、力量等体能指标都有所提高,同时在团队协作能力测试中也表现出更高的沟通和协作能力。

6.4 学生反馈与参与度分析

学生对拓展训练教学的反馈非常积极。他们表示,这种教学方式让他们更加喜欢体育课,因为活动更加有趣和具有挑战性。同时,他们也认为拓展训练教学对他们的体能和团队协作能力有很大的提升。在参与度方面,大部分学生都积极参与了活动,并表现出极高的热情和投入度^[5]。

6.5 教师观察与评价

教师们对拓展训练教学的实施效果也给予了高度评价。他们认为,这种教学方式能够更好地激发学生的兴趣和积极性,同时也能够有效地提升学生的体能和团队协作能力。教师们还表示,他们在观察学生的过程中发现,学生在面对挑战时能够相互支持、共同解决问题,显示出良好的团队协作精神和创新思维。

6.6 体能与团队协作能力测试对比

通过对比参与拓展训练教学前后的体能和团队协作能力测试结果,可以发现学生在多个方面都取得了显著的进步。他们的体能指标如跑步速度、跳跃能力、力量等都有所提升,这表明拓展训练教学对学生的体能发展具有积极影响。同时,在团队协作能力测试中,学生也表现出更高的沟通和协作能力,他们能够更有效地与他人合作完成任务,这进一步证明了拓展训练教学对学生团队协作能力的提升作用。

某小学拓展训练教学的实施效果显著。它不仅激发了学生对体育的兴趣和积极性,还有效地提升了他们的体能和团队协作能力。这一案例为其他小学在体育教育中引入拓展训练教学提供了有益的参考和借鉴。

七、结论

拓展训练教学在小学体育中的应用能够显著提升学生的体育兴趣、体能和团队协作能力。尽管存在一定的挑战,但通过合理的课程设计、创新的教学方法和严格的安全管理,可以有效地克服这些困难。案例研究进一步证实了拓展训练教学的积极效果,为其他小学提供了宝贵的经验和启示。未来,应继续探索和完善拓展训练教学的实施策略,以促进小学生的全面发展。

参考文献:

- [1]霍光涛.素质拓展训练在小学体育教学中的融入探索[J].新体育,2023,(24):88-90.
- [2]陆德才.体能训练在小学体育教学中的应用[C]//中国陶行知研究会.中国陶行知研究会2023年学术年会论文集(八).贵州省从江县下江镇中心小学,2023:4.
- [3]戴斌.以“趣”激“味”,游戏化拓展在小学体育课堂教学中的应用[J].求知导刊,2024,(16):134-136.
- [4]张丹.素质拓展训练在小学体育教学中的有效应用[J].小学生(上旬刊),2024,(08):118-120.
- [5]朱福秀.素质拓展训练融入小学体育教学的应用分析[J].健与美,2024,(09):125-127.

作者简介:杨军,1984年1月,男,汉族,陕西省西安市长安人,学历:本科,职称:一级教师。研究方向:体育教育。