

小学教师课堂教学技巧

张惠珍 主编

体育



华语教育出版社

小学教师课堂教学技巧⑧

体

育

张惠珍

罗建斌

刘镇景

冯君德

刘绍臣

袁 舸

主 编

编 写

华语教学出版社

图书在版编目(CIP)数据

小学教师课堂教学技巧/张惠珍主编,一北京:华语教学出版社,1998.1

ISBN 7-80052-518-X

I. 小… II. 张… III. 课堂教学—教学法—小学
IV. G622.41

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 26279 号

小学教师课堂教学技巧

©华语教学出版社

华语教学出版社出版

(中国北京百万庄路 24 号)

邮政编码 100037

通县京通印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

1998 年(32 开)第一版

印张:45 字数:80 千 印数:10000

ISBN 7-80052-518-X/H·705

全套 10 册 定价:52.00 元

目 录

技 巧 篇

第一章 体育教学大纲在教学中的应用技巧	(1)
第一节 体育教学任务的分析技巧	(2)
第二节 体育与德育、智育相结合的技巧	(5)
第三节 体育与学生的身心发展	(7)
第二章 分析体育教材的技巧	(9)
第一节 把握教材的编写原则	(9)
第二节 教材内容的分析技巧	(11)
第三章 体育课的备课技巧	(17)
第一节 学期前准备	(17)
第二节 单元教学计划	(21)
第三节 课前教学计划	(22)
第四节 教案举例	(24)
第四章 体育课的授课技巧	(29)
第一节 体育课的类型	(29)
第二节 体育课各阶段的教学	(33)
第三节 体育课的教学方法	(35)
第五章 体育课的导入和结束技巧	(45)

第一节	导入技巧	(45)
第二节	结课技巧	(50)
第六章	组织和指导观赏体育运动竞赛的技巧	(55)
第一节	国内外重大体育比赛简介	(55)
第二节	指导学生观赏体育运动竞赛	(60)
第三节	组织小学运动竞赛的技巧	(63)
第七章	指导课外体育活动的技巧	(66)
第一节	课外体育活动的形式	(66)
第二节	小学课外体育活动的指导原则和意义 ...	(72)
第三节	体育活动的组织技巧	(75)

应 用 篇

第一章	小学队列和体操队形的教学	(77)
第一节	课的导入和结束	(78)
第二节	课中阶段	(79)
第三节	队列和体操队形应用原则	(81)
第二章	基本体操和韵律操的教学	(83)
第一节	几种体操的教学方法	(83)
第二节	基本体操教学的原则	(86)
第三节	韵律操的教学	(87)
第三章	田径类的教学	(89)
第一节	走和跑的教学	(89)
第二节	跳跃的教学	(96)
第三节	支撑跳跃的教学	(107)
第四节	投掷的教学	(111)

第四章 球类的教学.....	(117)
第一节 篮球的教学.....	(117)
第二节 排球的教学.....	(122)
第三节 足球的教学.....	(127)

第一章 体育教学大纲 在教学中的应用技巧

小学体育是整个小学教育的重要组成部分。小学阶段正是长身体，长知识的阶段，不仅要学习好，还要身体好。体育课的目的正是要增强学生体质、锻炼学生身体，为更好地学习文化课打下一个坚实的基础。它对提高全民族的身体素质，培养德智体美劳全面发展的人才具有十分重要的意义。

在进行体育教学以前，首先要对体育教学大纲有一个细致的了解。然后根据大纲来安排教学内容，这是每个体育教师都必须做到的。

小学体育教学大纲说明了小学体育教学的目的，就是“通过体育教学，向学生进行体育、卫生保健教育，增进学生健康，增强体质，促进德智体美劳的全面发展，为提高全民族的素质奠定基础”。

大纲规定了小学体育教育目的的各个方面，体育教师在教学过程中一定要注意教学目的的实现；分清主次，对于主要内容要着重来抓，对于次要部分也不能放松要求。在实现体育教学任务的过程中，一定要配合整个学校的教育，安排各种与体育锻炼有关的活动；不仅要保证正常的体育课活动，还要加强课外体育活动，完善卫生保健措施，配合学校的德育、智育、美育的教育，为更好地完成小学体育教育的目的

奠定基础。

第一节 体育教学任务的分析技巧

教学大纲中规定了小学体育教育的三个基本任务，具体内容是：

全面锻炼身体，促进正常的生长发育

在这项任务中，包括以下几项具体内容：

1. 通过身体锻炼，培养身体正确姿态

在小学体育课的教学中，教师应要求学生动作的准确性，使学生站立、行走、跑步，做各种动作都达到完美利落，从小就养成良好的动作习惯，做到“站有站相”，使其身体各部位都得到正确的锻炼。这项任务也体现了体育教学中的美育功能。

2. 促进身体素质和身体活动能力的全面发展

身体素质是人体内部机能的反映。一个人的身体素质的好坏与体育锻炼有着极为密切的关系。身体素质包括速度、力量、灵敏度、耐力等方面。身体素质受遗传的影响，但也不是绝对的，体育锻炼可以使一个人的身体素质得到提高。

身体活动能力是指学生走、跑、跳、投掷、负重等各种能力。这些能力是人们日常生活所必需的，只有经过适量的体育锻炼，才能使这些活动能力得以发展。

身体活动能力和身体素质并不相等，身体素质是在遗传的基础上通过体育锻炼发展起来的。掌握了正确的锻炼方法，

可以较快提高身体素质，而身体素质提高了，又能更好地进行身体活动，提高身体活动能力。

小学体育教学，要注意学生活动能力的全面发展，使身体的各个部位都得到锻炼，同时全面提高身体素质，完成小学体育教学的各项任务。

3. 促进生理机能的发展

科学的体育锻炼，在改造人体器官系统方面起着很大的作用。它不仅有利于人体骨骼、肌肉的生长，促使形态与内脏器官正常发育，而且经常从事体育锻炼，还能提高人体对外界的适应能力，改善血液循环系统、呼吸系统、消化系统、内分泌系统的机能状况，使这些机能器官在构造上发生变化，功能上得到加强，而且系统地进行体育锻炼，对提高肌肉力量、敏捷性、平衡性、灵巧性、调节能力等身体基本素质也能起到十分明显的作用。

在体育锻炼的影响下，人的各个部位都得到了一定程度的改善，使学生生理机能得到发展。

4. 增强对外界环境的适应能力和对疾病的抵抗能力

由于经过体育锻炼，人们身体各部分的机能都得到了提高和发展，自然就增强了学生身体的免疫力和抗病能力。

又由于小学生的体育课是室外活动，与阳光、空气直接接触，这对于学生适应外界环境的变化很有好处。在冬季上体育课，教师要鼓励学生走出户外锻炼，增强学生抗冻能力，培养学生不怕吃苦的精神；在夏天上体育课时，教师要教育学生不要躲避炎热，在阳光下进行锻炼更能增强一个人的体质，使学生更好地适应外界环境的变化。

初步掌握体育基础知识、基本技术和基本技能

在小学体育教学中,教师不仅要使学生身体得到锻炼,而且还要对学生进行体育理论知识的教育;使小学生了解和掌握简要的体育锻炼知识、卫生保健常识和锻炼身体的方法;掌握日常生活所需要的实用技能和简单的运动技术,培养锻炼身体的能力,培养其对体育锻炼的兴趣,养成体育锻炼的习惯。

首先,要使学生明白体育是什么,体育理论知识的重要性以及基础知识、基础技能对体育锻炼的指导作用。

其次,让学生明白体育基本技术是指导其掌握体育活动的科学方法,使其养成正确的体育活动的习惯,纠正不正确的姿势,在掌握体育基本技术的同时锻炼其体育基本技能。

体育理论知识与基本技能有着辩证统一的关系。一般来讲,体育理论知识掌握得好,就能在体育锻炼中更好地形成体育技能。而体育技能的掌握程度,又为更好地学习理论知识提供了实践指导。教师一定要在教学中将两者结合起来,真正达到体育基本知识教育与基本技能教育的统一。

向学生进行思想品德教育,陶冶美的情操

小学体育教学中,一定要贯彻思想品德教育的原则,使学生在体育锻炼中体现出思想品德的教育。

首先,要教育学生积极参加体育锻炼,培养学生不怕吃苦的精神,使他们认识到体育锻炼可以磨练一个人的意志,对于他们良好品质的形成具有重要作用。

其次,在体育课的教学中,要使学生树立起热爱集体、团

结友爱的风尚。对学生进行集体主义教育，培养学生严格的组织纪律性和勇敢顽强的拼搏精神。

在体育竞赛中，可以激励学生的荣誉感、责任心、集体观念。通过观看一些大型的体育竞赛，还可以增强学生的民族意识和奋发向上的进取精神。通过体育活动，对学生进行社会情感教育，使体育的社会精神变得更加深刻。比如我们可以鼓励学生“向女排学习”，使他们从小就树立起拼搏志向和为祖国争光的决心，使爱国主义教育渗透其中。

第二节 体育与德育、智育相结合的技巧

对小学生体育教学，应处理好体育与德育、智育和美育之间的关系，将几方面结合起来，达到使学生全面发展的目的。

德育是指一个人的思想品德。它是一个人处理事情的方法，既包括人的世界观，也包括人的道德、纪律、行为等方面。对学生进行德育教育，就是指通过教育，使学生树立正确的人生观和价值观，养成良好的道德习惯，培养优秀的道德品质。体育课的思想品质教育是由它本身的特点所决定的，每种体育项目都有其独特的思想品德教育功能，可以锻炼学生顽强刻苦的精神，培养学生勇敢、坚毅的性格，激发学生的拼搏精神。而且体育的特点决定了其所有的集体化和竞争性，可以培养学生的集体主义、遵守纪律、相互协作的精神。同时小学生年龄比较小，对于思想品德教育的接受呈现不稳定性。教师要把握学生的年龄特征和心理特点，用生动、形

象的方法在体育运动中完成对学生的思想品德教育。

体育是锻炼学生身体,培养学生运动技能的一门课程。而智育则是以教给学生文化知识,发展学生思维和创造能力为目的的。体育和智育之间有着不可分割的联系。两者相互促进、相互渗透。一方面,要想学习好,必须有一个好的身体,健康的身体是智能良好发展的先决条件,而且,在体育运动中所培养出来的一些优良的道德品质,对于文化知识的学习也有很大的作用,因此,要想使学生智育得到健康发展,必须对体育学习做出高的要求。另一方面,学习文化,发展智能也是更好地进行体育运动的一个条件。一个人如果智力不发达,也很难真正搞好体育运动。体育的目标是培养身心健康、体质强壮的全面发展的人才。只有掌握正确的运动方法和技巧才能更好地进行体育运动。那种认为体育运动不需要文化的想法是错误的。

实践证明,体育锻炼能够促进学生智能的发展。体育运动使身体的各个部位都得到一定的锻炼,促进左右脑的发展,更好地提高学习效率,发展大脑的创造思维。

体育锻炼的目的之一是对学生进行美的熏陶,使学生理解美、爱美、创造美。体育教育的美育作用为小学生健康全面发展提供了基础。体育可以增强学生的形体美,使学生身材匀称、发育协调。在形体美的基础上,去发展艺术美,使学生通过做体操、游戏等活动,体现体育艺术的美。最后是让学生欣赏美。比如有关体育方面的一些雕塑,像《掷铁饼者》等,都能使学生感受到体育的力量美。另外,学生在进行体育锻炼时,能获得一种自我满足的运动美感。体育教师要有意识地挖掘体育运动中所蕴含的美的因素,使学生学会

欣赏美的旋律和美的动作，学会正确的运动技能，使身体的各种动作正确而且富有美感。

第三节 体育与学生的身心发展

小学阶段正是学生身心全面发展的时期。全面锻炼身体，增强学生体质是小学体育教育的基本任务之一。体质作为体育科学中的一个基本概念，指的是人体的质量。它是在先天遗传和后天获得的基础上，表现出来的形态结构、生理功能、身体素质、适应能力和心理因素综合的、不断发展的、相对稳定的特征。体质与健康是两个既有联系、又有区别的概念。体质是健康的基础，健康是对体质状况进行评价的条件。

人的生长发育是一个连续的过程，形态发育的特点是在生长发育过程中随年龄的增长而自然增长。小学阶段的学生处于青春期的前夕，这一时期能否打好基础，对于以后身体发展状况如何有着很大的影响。同时，小学生正处于长身体的时期，在这一时期，他们的骨骼发育和身体各器官的发育都处于不稳定的时期。这就要求教师要指导他们进行正确的体育活动，使他们形态发育健壮、匀称。

儿童少年时期，正是发展身体素质的最佳时期。教师一定要抓住这一阶段，使学生身体素质和基本活动能力得到科学全面的锻炼，以提高学生的素质，增强学生体质。

小学生不仅处于长身体的最佳阶段，也是智力和性格发展形成的重要时期。小学体育对于培养学生德、智、体、美、劳全面发展有着重大的作用。但是，这种作用也只能在正确

的教育过程中才能实现。在对学生进行体育教育时，不仅要掌握学生身体发展的特点，而且对于学生心理素质的发展规律也要有深入的了解。

人的心理发展和身体发展一样，也有一个过程。在小学阶段，正是心理特征和性格形成的重要时期。入学前，学生性格受家庭影响比较大，但在进入学校之后，学校就对学生心理的发展起重要作用。教师在这个时期，要注意自己的教学方法和教学组织形式，结合学生的实际，更好地促进学生心理健康地发展。

根据小学生的特点，在体育教学中必须采取多种形式，方法要以灵活的游戏为主，教学中要多使用直观教学手段。从小培养学生的集体观念和竞争观念，培养他们团结友爱的精神，锻炼他们的意志，使他们由依赖型向自立型转化，使他们从小就养成良好的道德习惯，为以后的生活打下一个好的基础，真正做到德、智、体、美、劳全面发展。

第二章 分析体育教材的技巧

第一节 把握教材的编写原则

小学体育教学的目的和任务确定以后，就要编写小学体育教材，选定小学体育的教学内容。小学体育教材是对小学体育课的指导，也是学生进行体育锻炼的依据和标准。小学教材的编定应遵循以下原则：

教材必须结合学生的生理、心理特点

体育教学的目的之一就是指导学生进行身体锻炼。身体锻炼的强度应该适量，强度太大，学生承受不起，会起到一定的负作用；而强度太小又起不到锻炼身体的作用。这就要求教师要指导学生正确科学地进行体育锻炼。教材所规定的负荷量、难度以及教材所规定的任务，都应该符合各年级学生的年龄特点和生理特点。

除了注意学生的生理特点之外，教材还应注意学生的心理特点。小学生感性认识能力比较强，理性认识能力比较差。如果教材只是有一些空洞的理论就很难激起学生的学习兴趣。小学体育教材应针对儿童的特点，使内容多样化，富有

趣味性，多安排一些游戏性的体育活动和竞赛活动，充分满足学生活泼爱动的心理特点和争强好胜的心理特征。

教材内容的安排要与思想教育相结合

小学体育教育的一个重要内容就是对学生进行思想品德教育。教材要渗透爱国主义教育。在选择教材内容时，一定要结合国家需要，体现德、智、体、美、劳的全面发展。教材的安排要充分体现思想教育的特征，有利于学生的学习和生活，结合学生的周围环境和实际年龄制订。教材的内容要有利于提高学生的文化素养，培养创造精神，为有效地完成对学生的全面教育任务服务。

教材要有实用性

小学体育教材的内容要有实用性，是指教材应该与学生的实际相结合。既要向学生进行理论教育，也要加强学生体育技能的培养。教材内容的选择要符合学生的特点，而且方便易行，使学生不仅能在学校锻炼，而且在日常生活中也能经常练习，与学生的实际生活紧密联系。

教材内容要与《国家体育锻炼标准》相结合

《国家体育锻炼标准》是国家用于推动体育运动的发展，衡量国民体质状况和检查体育实施效果的一项重要体育锻炼及检测制度。其目的是为了鼓励和推动人民群众，特别是青少年儿童积极参加体育锻炼，增强体质，培养共产主义道德，更好地为祖国的建设服务。它的实施对调动青少年自觉地参加体育锻炼的积极性，培养锻炼身体的良好习惯，促进

身体的正常生长发育和增强体质起着极为重要的作用。

小学体育教材应结合《标准》的要求，循序渐进地安排各项体育活动，并根据《标准》制定一些措施和要求，使学生在身体素质和体育活动能力方面都得到发展。同时也有利于对学生进行思想教育，培养其进取精神。教材要方便教学和课外指导。教材要求应与《标准》的要求尽可能保持一致，鼓励学生积极参加达标训练。

第二节 教材内容的分析技巧

小学体育教材分为体育常识和身体练习两部分。体育教学大纲是按年级分项目编订排列的。体育教材是按项目分年级编写的。大纲与教材相结合，可以更好地体现小学体育教学的目的和程度。在学习和使用教材时，必须将二者结合起来使用。

在小学体育教材中详细地阐述了小学体育教学的目的和任务。教材内容分为基本教材和选用教材。基本教材中分为理论部分和实践部分。实践部分又包括各项教材。

理论部分讲述了小学体育锻炼的基本原理、基本术语，起到了一定的指导作用；实践部分是指各项运动的各项教学实践，各项教材都是既独立又互相联系的。它在编写时是根据大纲的要求编排的。各部分都有具体的要求和任务。各项教材的基本内容包括：