

小学足球教学中运用“学、练、赛、评”一体化模式的探究

李晶石

广东省惠州市教育科学研究院，广东 惠州 516001

DOI: 10.61369/ETR.2025340043

摘 要： 本文采用问卷调查法，对实验对象在实验前、后健康行为、体育品德的变化进行差异性分析；运用行动研究法，针对“学、练、赛、评”一体化教学模式在小学足球教学中的应用成效展开实证检验，着重剖析该模式对学生运动能力发展所起到的促进作用。结果表明：实施小学足球教学“学、练、赛、评”一体化教学模式后，学生的核心素养水平有了十分突出的提升。这一教学模式不仅有助于学生体能、技能提高，还能培养学生的健康行为和体育品德。因此，该模式在实际教育中具有广阔的应用前景，有助于满足综合素质教育的需求，为学校体育教育教学工作提供有力支撑。

关 键 词： 小学足球；“学、练、赛、评”一体化；教学模式

The Exploration of the Integrated Mode of "Learning, Practice, Competition and Evaluation" in Primary School Football Teaching

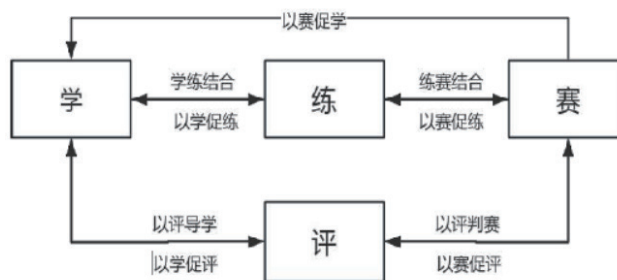
Li Jingshi

Huizhou Institute of Educational Science, Huizhou, Guangdong 516001

Abstract： This study adopted the questionnaire survey method to conduct a difference analysis on the changes in health behaviors and sports ethics of the experimental subjects before and after the experiment. It also used the action research method to carry out an empirical test on the application effect of the integrated teaching model of "Learning, Practice, Competition, Evaluation" in primary school football teaching, focusing on analyzing the promoting effect of this model on the development of students' sports ability. The results show that after the implementation of the integrated teaching model of "Learning, Practice, Competition, Evaluation" in primary school football teaching, students' core literacy level has been significantly improved. This teaching model not only helps to improve students' physical fitness and skills but also cultivates their health behaviors and sports ethics. Therefore, this model has broad application prospects in practical education, which is conducive to meeting the needs of comprehensive quality education and providing strong support for school physical education and teaching work.

Keywords： primary school football; integrated model of "learning, practice, competition, evaluation"; teaching model

足球运动作为一项综合性体育运动，不仅有助于学生的身体健康，还能培养他们的合作精神和竞技意识，结合小学足球教学的实际需求，设计“学、练、赛、评”一体化体育大单元教学模式。“学”是指教师借助系统性的指导，推动学生去构建知识体系以及获取技能；“练”是指学生经由反复的操练达成知识的内化以及技能的巩固；“赛”作为实践的环节，通过竞赛的形式促使学生把理论知识和实践技能进行有机的融合与强化；“评”贯穿于教学的整个过程，对学习成效开展多维度的评估。四个环节环环相扣、相互衔接，采用多元化的手段进行教学，以达成教学目标的教学模式^[1]。



图一 逻辑关系图

课题信息：本文是2023年度广东省青少年校园足球暨学校体育高质量发展普通课题专项课题成果，《小学足球“学、练、赛”一体化教学实践研究》（课题编号：23SXZPT29）。

一、研究对象与方法

（一）研究对象

本文以小学足球教学中运用“学、练、赛、评”一体化模式对惠城区某小学五年级（2）、（4）班的学生作为实验对象。

（二）研究方法

1. 文献研究法

通过体育课程改革相关的政策文件、知网、万方等资料库，对所收集的参考资料按主题进行整理和分类，着重考察“学、练、赛、评”一体化教学模式在现有研究应用范畴以及所取得的主要成效，为后续研究搭建坚实的理论框架。

2. 专家访谈法

本研究首先拟定专家访谈提纲，随后通过面谈、电话及微信等多种方式，征询来自惠州学院体育学院及小学教学一线的共10位专家的意见，据此设计科学有效的调查问卷。继而，围绕足球项目特点，就小学阶段实验组与对照组的大单元教学计划、测试指标筛选及问卷信效度等关键问题与专家进行了深入探讨^[2]。为保障教学实验的顺利实施，我们依据访谈中收集到的宝贵建议，对教学案例进行系统性修订，进而开发出本轮实验所用的“学、练、赛、评”一体化健康行为、体育品德相关问卷。

3. 问卷调查法

此次研究挑选了惠州市惠城区某小学五年级的两个班级作为研究对象，其中将五（2）班设定为对照组，而五（4）班则被设为实验组，两组学生加起来共有88名，借助对比分析实验干预前后两组学生在健康行为养成以及体育品德发展方面所呈现出的差异性表现，获取数据来支撑研究结论的科学性^[3]。

4. 教学实验法

实验前抽选惠州市惠城区某小学五年级两个班的学生为实验对象，进行为期两个月的预实验。

	对照班	实验班
开始部分	明确课堂要求并简述本节课的主要活动安排	明确课堂要求并简述本节课的主要活动安排
基本部分	教师解析技术动作示范要点，明确重难点；学生进行模仿练习，教师巡视指导针对练习中出现的问题及时给予反馈与纠正；学生根据教师指导再进行练习（可采取集体、小组或个人形式）。	“学”：教师通过问题启发，引导学生自主探究技术动作要领。 “练”：引导学生掌握完整的动作技能，运用递进练习法、变换练习法等组合练习（多个单一技术动作的组合）、专项体能练习（结合项目特点）。 “赛”：设计趣味比赛，引导学生在实战情境中应用所学技术动作。 “评”：全过程渗透评价，实现教学评一体化。
结束部分	教师对课堂学习情况进行评价总结	教师总结学习成效，进行针对性点评与反馈

表1 两个班级教学内容对比表

5. 数理统计法

本研究开展了为期两个月的教学实验，在实验开始之前以及结束之后分别实施标准化测试，所收集到的各项指标数据，先是在EXCEL软件里进行初步的整理工作，紧接着运用SPSS 22.0统计软件展开量化分析。

二、实验结果与分析

基于《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》^[4]提出：发展学生核心素养主要从三个方面入手，分别是：运动能力（体能状况、足球技战术掌握和运用）、健康行为（体育锻炼意识与习惯、健康知识技能、情绪调控以及环境适应）、体育品德（体育精神、体育道德以及体育品格）^[5]。详情见图二。



图二 体育学科核心素养的构成

（一）运动能力测试结果与分析

根据《国家学生体质健康标准》及《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》，本文学生体能状况测试指标包括50米跑、坐位体前屈、1分钟跳绳、一分钟仰卧起坐、50*8往返跑^[6]；足球技能掌握与运用测试指标根据与专家的访谈，最终确定为：定点射门、往返运球、运球绕杆射门3个测试项目。

在教学前、后对两组学生的体能状况和足球技能掌握与运用进行测试，进行独立样本T检验，并通过SPSS进行组内和组间的对比分析。

表2 两组学生实验前运动能力对比表

	测试指标	实验前测		T	P
		实验组	对照组		
体能	50米跑	10.53 ± 0.72	10.62 ± 0.68	0.39	0.13
	坐位体前屈	12.42 ± 5.03	13.53 ± 4.97	-1.94	0.08
	1分钟跳绳	113.53 ± 15.36	117.91 ± 13.84	0.35	0.38
	1分钟仰卧起坐	26.81 ± 6.21	27.35 ± 6.83	1.47	0.59
	50*8往返跑	128.59 ± 8.53	129.35 ± 8.17	1.25	0.48
足球技战术	定点射门（个）	3.21 ± 0.95	3.17 ± 0.83	-0.09	0.93
	往返运球（秒）	20.32 ± 2.74	19.92 ± 2.82	-0.34	0.74
	运球绕杆射门（秒）	25.64 ± 3.18	26.91 ± 3.73	0.30	0.77

基本的体能是一切体育运动的基础^[7]。实验前学生体能状况成绩上所示：在50米跑（ $t=0.39$ ， $P=0.13$ ）、50*8往返跑（ $t=1.25$ ， $P=0.48$ ）测试项目中，实验组成绩略优于对照组，在坐位体前屈（ $t=-1.94$ ， $P=0.08$ ）、1分钟跳绳（ $t=0.35$ ， $P=0.38$ ）以及1分钟仰卧起坐（ $t=1.47$ ， $P=0.59$ ）测试项目中，对照组的成绩略高于实验组。实验前5项体能测试指标的P值均>0.05；足球技能掌握与运用测试指标定点射门、往返运球、运球绕杆射门3个与足球运动技能指标测试成绩中P值均>0.05。得知：两组学生于体能水平以及足球技术掌握程度这两方面，均未呈现出明显差异，此结果完全符合开展教学对比实验的基本要求通过测试也使得本人对学生的足球运动技能水平有了初步了解。

表3 两组学生实验后运动能力对比表

	测试指标	实验后测		T	P
		实验组	对照组		
体能	50米跑	9.64 ±0.43	10.13 ±0.54	0.17	0.01
	坐位体前屈	15.37 ±4.75	13.63 ±4.58	-4.33	0.00
	1分钟跳绳	134.85 ±6.35	135.67 ±8.21	-2.55	0.03
	1分钟仰卧起坐	35.42 ±4.74	34.23 ±5.02	-2.32	0.01
	50*8往返跑	107.32 ±10.34	119.72 ±10.24	-1.74	0.00
足球 技 术	定点射门（个）	6.20 ±1.92	5.17 ±2.33	-0.09	0.16
	往返运球（秒）	13.08 ±2.33	15.27 ±2.43	-0.34	0.03
	运球绕杆射门（秒）	16.77 ±2.17	19.91 ±2.70	0.30	0.01

经过18课次的学习后，实验班学生体育身体素质的五个方面，50米跑（ $T=0.17$ ， $P=0.01 < 0.05$ ）、坐位体前屈（ $T=-4.33$ ， $P=0.00 < 0.05$ ）、1分钟跳绳（ $T=-2.55$ ， $P=0.03 < 0.05$ ）、1分钟仰卧起坐（ $T=-2.32$ ， $P=0.01 < 0.05$ ）、50米X8往返跑（ $T=-1.74$ ， $P=0.00 < 0.05$ ）存在显著性差异。研究认为，经过18次课的教学，学生在体能上均有所提升，与实验组的教学效果对比，对照组学生的各方面体能提升效果均小于实验组。对照组在教学过程中缺少学生对知识的掌握程度，对于小学五年级的学生来说，具有一定的枯燥性，不具有良好的吸引。

实验后学生在足球技能掌握与运用上：定点射门（ $T=-0.09$ ， $P=0.16 > 0.05$ ）、往返运球（ $T=-0.34$ ， $P=0.03 < 0.05$ ）、运球绕杆射门（ $T=0.30$ ， $P=0.01 < 0.05$ ），在定点射门测试中的p值大于0.05，可以充分说明，实验后两组学生在定点射门测试中不存在显著性差异；在往返运球和运球绕杆射门存在显著性差异。实验结果表明：经过18次课的教学实验学生在足球技能掌握与运用上均有所提升，与实验组的教学效果对比，对照组学生的足球技能掌握与运用提升效果均小于实验组。

（二）健康行为测试结果与分析

根据新课标要求，学生健康行为的4个评价指标分别为：体育锻炼意识与习惯、健康知识与技能、情绪调控以及环境适应^[8]。在实验开展之前针对两组学生实施了健康行为问卷调查，运用独立样本T检验的方式对所收集的数据展开统计分析，具体结果可见表5。

表5 实验前两组学生健康行为测试结果对比表

指标	实验前测		T	P
	实验组	对照组		
体育锻炼意识与习惯	3.43 ± 0.27	3.92 ± 0.21	-9.58	0.27
健康知识与技能	3.32 ± 0.53	3.17 ± 0.48	-8.38	0.54
情绪调控	2.54 ± 1.37	2.28 ± 1.14	-9.52	0.18
环境适应	4.19 ± 0.33	3.81 ± 0.24	-7.75	0.47

统计分析得出，实验前两组学生在健康行为的4个维度上的P值分别是0.27、0.54、0.18、0.47，这些数值均高于0.05，这意味着两组学生在实验前健康行为的各项指标方面并未呈现出明显差异。

表6 实验后两组学生健康行为测试结果对比表

指标	实验后测		T	P
	实验组	对照组		
体育锻炼意识与习惯	4.58 ± 0.26	4.16 ± 0.22	-6.25	0.03
健康知识与技能	4.73 ± 1.12	4.29 ± 1.09	8.36	0.02
情绪调控	4.54 ± 3.38	4.38 ± 3.02	-3.42	0.04
环境适应	4.37 ± 2.26	4.08 ± 2.21	4.27	0.00

整理学生问卷数据，结果如表6所示。在锻炼意识与习惯（ $T=-6.25$ ， $P=0.03 < 0.05$ ）、健康知识与技能（ $T=8.36$ ， $P=0.02 < 0.05$ ）、情绪调控（ $T=-3.42$ ， $P=0.04 < 0.05$ ）、环境适应（ $T=4.27$ ， $P=0.00 < 0.05$ ）的P值均小于0.05，仅健康知识与技能成绩提高的比较显著（ $P < 0.05$ ）。可知在进行干预之后，两组学生在健康行为评估指标方面都有了改善，不过和对照组相比较而言，实验组取得的进步程度更大一些。

（三）体育品德测试结果与分析

在实验开展之前针对两组学生实施了体育品德问卷调查，运用独立样本T检验的方式对所收集的数据展开统计分析，具体结果可见表7。

表7 实验前两组学生体育品德测试结果对比表

指标	实验前测		T	P
	实验组	对照组		
体育精神	4.04 ± 0.04	4.15 ± 0.26	-0.42	0.16
体育道德	4.26 ± 1.27	4.27 ± 1.41	-1.83	0.89
体育品格	4.38 ± 1.07	4.29 ± 1.38	-3.54	0.17

从表7的测试数据可知，实验前学生体育品德三项指标测试在实验前差别不大（ $P > 0.05$ ）。

表8 实验后两组学生体育品德测试结果对比表

指标	实验前测		T	P
	实验组	对照组		
体育精神	4.47±0.04	4.67±0.13	2.04	0.04
体育道德	4.85±0.35	4.58±0.21	2.27	0.02
体育品格	4.92±0.62	4.38±0.03	-2.12	0.03

借助对表8统计分析结果的观察可发现,在实验干预之后,两组学生于体育精神、体育道德以及体育品格这三个维度的测评得分,都有了十分突出的提升,其中各项指标的差异非常明显,P值均小于0.01。

综上所述,经过2个月预实验,对照组与实验组在运动能力、健康行为以及体育品德上均有所变化,且实验组的效果优于对照组。

三、结论与建议

(一)实验组和对照组的学生,经过两个月的教学实验学生的运动能力(体能状况、足球技能掌握情况)均有提高,实验组学生的运动能力提升明显由于对照组。实验组通过“学、练、赛、评”各个环节有机衔接相对于传统的教学模式更有利于依据学生的认知特性以及个体间的差异状况,借助对教学设计与课程内容给予重新构建的方式,把学生的内在动机和教学活动进行了

有机融合,以此有效提高了他们的学习自主性以及良性竞争意识,从而在体能训练和技能学习上投入更多精力,促进运动能力的提升^[9]。

(二)实验前后对学生的健康行为(体育锻炼意识与习惯、健康知识与技能、情绪调控以及环境适应)的四个维度进行问卷测试,经过两个月的教学实验,实验组以及对照组的学生在健康行为的各个指标方面,都有进步,其中实验组学生所取得的成绩增幅更为突出,较大超过了对照组,这样的数据差异有力地证实了,实验组所运用的教学模式在推动学生健康行为发展这一方面,相较于传统教学模式而言,有更为突出的成效。

(三)实验前后对学生的体育品德(体育精神、体育道德、体育品格)的三个维度进行问卷测试,经过两个月的教学实验,实验组学生和对照组学生于实验之后的表现,相较于实验之前,均有了较大的提升,不过实验组学生进步幅度较大超过了对照组学生,这样的结果充分说明,“学、练、赛、评”一体化教学模式在培育学生体育品德方面,有更为突出的教育成效。

(四)本研究通过对运动能力、健康行为以及体育品德这三个维度展开实证分析发现,在小学足球教学实践里,采用“学、练、赛、评”一体化教学模式的实验组,相较于采用传统教学模式的对照组,呈现出了更高的教学可行性^[10],而且在推动学生体育学科核心素养发展方面有明显优势。

参考文献

[1] 刘婷. 初中田径学练赛评一体化大单元教学设计及实践研究 [D]. 武汉体育学院, 2024.

[2] 晁恒. "学练赛评"教学模式在足球教学中的运用探究 [J]. 体育视野, 2022(18):77-79.

[3] 黄茜茜. 小学体育课堂"学练赛"一体化教学策略——以小学五年级《耐久跑练习方法》单元教学为例 [J]. 基础教育论坛, 2022(08):56-57.

[4] 义务教育体育与健康课程标准 [M]. 北京: 北京师范大学, 2022:6.

[5] 中共中央办公厅国务院办公厅印发《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》.

[6] 王卓颖. 基于 OBE 理论的高校健美操公体课学生健康行为及其培育研究 [D]. 海南师范大学, 2024.

[7] 任天赐. "学练赛评"一体化教学模式在小学五年级足球教学中的应用研究 [D]. 北师范大学, 2023.

[8] 黄勇. 体育教育专业体操普修课学生核心素养指标体系构建研究 [D]. 武汉体育学院2019.

[9] 李慧慧. 体育学科核心素养视域下高中生运动能力、健康行为、体育品德的关系研究 [D]. 山西师范大学, 2021.

[10] 卢梦琪. "学练赛"课堂教学模式在初中体育选项课中的认知、设计及效果研究 [D]. 曲阜师范大学, 2023.