

多元化教学模式在小学体育课堂中的实践与探索

宋歌

北京师范大学天津生态城附属学校, 天津 300451

DOI:10.61369/EDTR.2025090007

摘要 : 本文聚焦小学体育课堂多元化教学模式的实践与探索, 旨在通过优化教学模式提升小学体育教学质量, 促进学生身体素质、运动能力与体育品德的全面发展。明确多元化教学模式的构建框架, 提出以学生身心发展规律为核心的身心适配性、紧扣三维目标、尊重个体差异及因地制宜的构建原则, 并从教学目标、内容、方法、评价与支持五方面分析构成要素; 结合不同年级学生特点, 详细阐述游戏化、情境化、合作学习、探究式及分层教学五种模式的具体实践路径, 明确各路径的实施要点与目标导向; 构建“师资-资源-制度-家校”四位一体的实施保障体系, 剖析实践中大班额、教师设计能力不足、教学进度冲突等挑战及应对策略, 并指出未来需向科技赋能、跨科融合、个性延伸与评价升级方向深化探索。研究为小学体育教学的多元化转型提供了可操作的实践方案, 对推动小学体育教学高质量发展具有参考价值。

关键词 : 学体育课堂; 多元化教学模式; 教学模式创新; 学生体育素养

Practice and Exploration of Diversified Teaching Models in Primary School Physical Education Classes

Song Ge

Affiliated School of Tianjin Eco-city, Beijing Normal University, Tianjin 300451

Abstract : This paper focuses on the practice and exploration of diversified teaching models in primary school physical education (PE) classes, aiming to enhance the quality of primary school PE instruction by optimizing teaching approaches and promoting the comprehensive development of students' physical fitness, athletic abilities, and sports ethics. It clarifies the framework for constructing diversified teaching models, proposing core principles centered on the laws of students' physical and mental development, including physical and mental adaptability, alignment with three-dimensional objectives, respect for individual differences, and adaptation to local conditions. The paper also analyzes the constituent elements from five aspects: teaching objectives, content, methods, evaluation, and support. Based on the characteristics of students in different grades, it elaborates on the specific implementation paths of five models: gamified teaching, situational teaching, cooperative learning, inquiry-based teaching, and tiered teaching, specifying the key implementation points and goal orientations for each path. Furthermore, it constructs a four-in-one implementation support system encompassing "teachers-resources-systems-home-school cooperation," analyzes challenges encountered in practice such as large class sizes, insufficient teacher design capabilities, and conflicts in teaching schedules, along with corresponding strategies. The paper also points out that future exploration should deepen in the directions of technology empowerment, cross-disciplinary integration, personalized extension, and evaluation upgrades. This research provides an operable practical plan for the diversified transformation of primary school PE teaching and offers valuable references for promoting high-quality development in primary school PE instruction.

Keywords : primary school pe classes; diversified teaching models; teaching model innovation; students' sports literacy

引言

当前部分小学体育课堂仍存在教学模式单一、内容脱离学生生活、评价聚焦结果等问题, 传统“教师示范+学生重复练习”的模式, 既难以适配低年级学生注意力短、活泼好动的身心特点, 也无法满足中高年级学生对技能进阶、社交协作的需求, 导致学生体育学

习兴趣弱化、个体差异被忽视，核心素养培养目标难以落地。在此背景下，“多元化教学模式”成为破解小学体育教学困境的关键路径，该模式通过整合游戏、情境、合作、探究、分层等多元形式，既能贴合不同年级学生的认知规律与发展需求，又能将体育技能学习与生活实践、品德培养深度融合，让学生在趣味参与中提升身体素质、养成健康习惯、塑造体育精神。基于此，本文聚焦小学体育课堂多元化教学模式的实践与探索，从构建原则与要素入手，系统梳理不同教学模式的具体实践路径，同时搭建“师资—资源—制度—家校”四位一体的实施保障体系，并针对实践中的挑战提出优化策略，为小学体育教师提供可操作的教学方案，助力小学体育教学从形式创新走向素养落地，为学生终身体育意识的养成奠定基础。

一、小学体育课堂多元化教学模式的构建框架

（一）构建原则

小学体育学科为小学教育注入了崭新的活力，它不仅能提高学生身体素质，还能让学生意识到锻炼的重要性，让学生将体育学科知识与其他知识结合在一起，实现学生劳逸结合地学习。同时能锻炼学生的意志和心态，让学生对某件事情保持毅力，并乐观地完成事情，对学生未来的生活和学习起到很大的促进作用^[1]。小学体育多元化教学模式的构建，需以学生身心发展规律为根本遵循，践行身心适配性原则，即针对低年级学生活泼好动、注意力短的特点，采用短时高频的教学形式，避免单一训练；而对认知与社交需求提升的高年级，则侧重能力进阶与团队协作。同时所有教学形式必须紧扣“运动能力、健康行为、体育品德”三维目标，拒绝形式化的多元，确保游戏化与情境化教学始终服务于技能掌握与品德培养^[2]。此外，模式构建要充分尊重学生的个体差异，通过分层任务与合作分工，为不同水平的学生预留弹性空间，确保人人获得成就感。教学设计还必须结合学校实际条件，因地制宜地利用场地、器材等资源，以保障多元化教学的现实可操作性。

（二）构成要素分析

小学体育多元化教学模式的构建需系统规划，教学目标应分层化与素养化，从基础技能到高级能力再到体育品德，满足不同学生需求；教学内容需生活化、多样化与校本化，平衡基础项目、特色民俗与生活实用技能；教学方法要组合化与灵活化，根据学生年级特点动态匹配游戏、合作、探究等方式；教学评价应过程化与多元化，结合多方主体与多维内容，全面记录学生成长；通过硬件的创造性利用与软件的教师培训、家校协同等教学支持，为模式落地提供全面保障。

二、多元化教学模式在小学体育课堂中的实践路径

（一）游戏化教学模式的实践路径

游戏化教学模式更适配低年级学生的认知与行为特点，多用基础体能训练与简单技能学习，核心是通过趣味形式将教学目标融入游戏过程^[3]。在具体实施时，需先结合教学目标设计贴合学生生活经验的游戏，比如针对“立定跳远”设计“青蛙跳荷叶”游戏，用彩色贴纸在地面贴出不同间距的“荷叶”，既符合低年级学生对童话场景的喜爱，又能通过“跳过荷叶不落水”的规则强化动作规范；设计完成后需明确游戏的安全要求与操作规则，像“荷叶”间的间距需根据学生平均体能设定，避免过宽导致畏

难情绪，同时强调“跳时不推搡、落地轻缓冲”的安全要点。

（二）情境化教学模式的实践路径

情境化教学模式适合中高年级学生，常用于技能综合运用与体育常识渗透，关键是通过创设真实或模拟情境，让学生在角色代入中掌握技能、理解知识^[4]。实施时首先要创设贴近学生生活或兴趣的情境，比如围绕“校园运动会接力赛”设计情境，或结合“森林探险”主题设计体能挑战情境，其中“校园运动会接力赛”情境更易激发学生的参与感，因为学生对运动会有直观认知；接着进行角色分配，让学生分别担任“运动员”“裁判”“啦啦队员”“后勤员”，不同角色对应不同任务，“运动员”需练习接力棒传递与跑姿，“裁判”需提前学习接力赛的判罚规则，“啦啦队员”需设计加油口号培养团队凝聚力，“后勤员”则负责准备饮用水与简易护具，渗透服务意识。

（三）合作学习模式的实践路径

合作学习模式适用于所有年级，尤其适合需要团队配合的项目与复杂技能互助学习，核心是通过小组协作实现“互补共进”^[5]。实施第一步是合理分组，需兼顾学生的体能、技能差异，采用“异质分组”原则，将体能强与体能弱、技能熟练与技能基础的学生搭配在同一小组，每组4-6人，比如多人跳绳小组中，安排1名跳绳熟练的学生、2名中等水平学生、1名基础较弱学生，同时搭配1名组织能力强的学生负责协调；分组后明确小组任务与分工，以“多人跳绳练习”为例，任务设定为“5分钟内连续跳绳20次”，分工时让跳绳熟练的学生带领练习、中等水平学生负责计数、基础较弱学生先从“摇绳”或“单脚跳”入手，组织能力强的学生把控练习节奏，确保每人都有参与角色，避免“少数人做、多数人看”的情况。小组自主练习阶段，教师需巡回观察，针对小组内的问题提供指导，比如有的小组摇绳节奏混乱，可示范“慢节奏起绳、逐步加速”的方法；练习结束后开展小组展示与评比，评比标准不仅看“连续跳绳次数”，还关注“小组内是否互相帮助”“是否主动调整分工”，比如某小组为帮助基础弱的学生，先降低跳绳速度、再逐步提升，这类协作表现可额外加分，让学生在竞争中体会“团队成功大于个人表现”的意义。

（四）探究式学习模式的实践路径

探究式学习模式主要面向中高年级学生，用于开放性技能学习与体育问题解决，重点是引导学生通过自主猜想、实验验证掌握知识与技能，培养探究能力^[6]。实施时先结合教学内容提出具体且贴近学生认知的探究问题，避免问题过于抽象，比如教学“立定跳远”时，提出“同样用力跳，为什么有的同学跳得远、有的跳得近？”，而非“如何提升立定跳远成绩”，前者更易激发学生的思考；问题提出后引导学生结合已有经验猜想，比如学生

可能会说“和膝盖弯曲的角度有关”“落地时脚的姿态不一样”“手臂摆动的幅度不同”，教师需将这些猜想整理记录，不直接否定任何合理假设。接着组织学生分组实验验证，以“膝盖弯曲角度是否影响跳远距离”为例，让小组内成员分别尝试“膝盖微弯”“膝盖半弯”“膝盖全弯”三种姿势跳，其他成员用卷尺测量跳远距离并记录数据，实验过程中提醒学生控制“用力程度”“手臂摆动”等变量，确保实验结果的准确性；实验结束后引导学生分析数据、总结规律，比如通过对比数据发现“膝盖半弯时跳得最远”，再结合身体感受得出“膝盖半弯能更好发力”的结论，教师最后补充“落地时膝盖缓冲、手臂向前摆动助力”的要点，让学生在探究中自主构建知识，而非被动接受教师的讲解。

（五）分层教学模式的实践路径

分层教学模式适用于所有年级的体能、技能类项目，核心是解决“优生吃不饱、差生吃不了”的问题，实现“因材施教”^[7]。实施前需通过测试或观察评估学生水平，结合数据与努力程度将其分为基础、提升、挑战三层，避免标签化。随后，围绕同一教学目标设计梯度分明的任务：基础层聚焦动作规范，提升层侧重数量增长，挑战层强调技能拓展^[8]。教学过程中，教师针对各层次提供差异化指导，并采用“分层评价+进阶激励”机制，允许达标学生申请进阶或帮扶他人，确保每个学生都能在自身基础上获得进步，从而避免因任务过难或过易产生厌学情绪。

三、多元化教学模式实施的保障体系与探索方向

（一）实施保障体系构建

有效推进多元化教学模式，需依托“师资-资源-制度-家校”四位一体的保障体系，形成协同发力的支撑格局^[9]。在师资方面，通过“分层培训+精准帮扶”提升教师能力，为新教师和骨干教师提供针对性培训，并借助“师徒结对”和“优秀课例库”解决教学设计难题。资源保障上，需兼顾“基础配置+灵活开发”，既要为条件优越的学校优化功能区域，也要推动资源匮乏的学校利用废旧材料和自然环境开发低成本教学工具，同时建立校本资源共享库促进互通。制度保障则围绕“规范+激励”展开，制定明确的备课规范和每周教研制度，并设立创新奖以激发教师动力。家校协同需打破学校单干局面，通过体育开放日、亲子体育任务包和家长课堂，让家长理解并参与其中，最终形成家校共育的强大合力。

（二）实践中的挑战与反思

在推进小学体育多元化教学时，需直面三大现实困境并优化路径。针对大班额导致教师难以兼顾所有小组的问题，可采用“小组轮换+小助手协助”策略，将课堂分模块，教师集中指导，

参考文献

- [1] 赵文滨.谈小学体育多元化教学模式的应用[J].文渊(小学版),2021(10):2052. DOI:10.12252/j.issn.2096-6261.2021.10.1243.
- [2] 谢远峰.对小学体育课堂中开放式教学模式的几点探讨[J].读与写,2021,18(4):240,253.
- [3] 何秀华.采取多元方式,提高课堂“含金量”——小学体育课多元化教学模式初探[J].新课程导学,2011(24):46.
- [4] 韩文栋.多元化多层次教学模式在小学体育教学中的实践[J].体育画报,2020(22):130-131.
- [5] 张莹.实施多元化的教学方法创设小学体育高效课堂[J].文渊(小学版),2020(3):55-56. DOI:10.12252/j.issn.2096-6261.2020.03.028.
- [6] 谢前京.谈小学体育多元化教学模式的应用[J].互动软件,2021(5):2843. DOI:10.12277/j.issn.1672-7924.2021.05.2753.
- [7] 聂道峰,余佳佳.多元化多层次教学模式在小学体育教学中的有效性[J].体育画报,2021(23):211-212.
- [8] 林志凡.新时代背景下农村小学体育教学模式创新的策略研究[J].全运动,2024(34):145-147.
- [9] 孙勇新.基于“多元应用”理念的小学体育课堂教学实践研究[J].全运动,2024(28):142-144.
- [10] 田为岗.多元化策略引领小学体育教学高效发展[J].体育画报,2022(5):187-188.

学生助手辅助管理，提升效率与自主性^[10]。面对部分教师设计能力不足、探究教学流于形式的挑战，应强化“实操性培训”与“成果转化”，通过模拟演练和提供可套用的课例工具，帮助教师从模仿走向创新。为解决新模式耗时与教学进度的冲突，则需坚持“核心内容优先”，聚焦关键技能，简化非核心环节，并制定“弹性进度表”灵活调整，避免为赶进度牺牲教学效果。

（三）未来探索方向

未来小学体育多元化教学需紧扣“科技赋能”“跨科融合”“个性延伸”“评价升级”四大趋势，进一步拓展教学深度与广度。在科技赋能方面，可通过轻量化工具与课堂结合，借助VR技术创设虚拟体育场景解决高危项目难开展、场景受限的问题，利用智能运动手环记录学生运动数据为分层教学提供支撑，同时开发体育教学小程序实现课内外数据互通；跨科融合需打破学科壁垒，将体育与数学（如跳绳数据计算）、语文（如体育故事撰写、跳绳口诀创编）、德育（如合作学习中的责任教育）、科学（如跳远中的力的探究）结合，让体育成为综合素养培养的载体；个性延伸要聚焦学生兴趣与特长，构建“课堂+课后”一体化体系，推动体育社团与课堂教学衔接、开设多元体育兴趣班，还可建立学生体育成长档案为后续个性化教学提供依据；评价升级需突破单一能测试局限，构建多维度动态评价体系，完善体育素养成长档案增加过程性评价维度，引入学生自评与互评工具，采用“成长树”等可视化评价方式，真正以评价促发展，推动教学模式向“个性化、素养化”深度转型。

四、结语

小学体育课堂多元化教学模式的实践与探索，既是对“健康中国”战略与新课标要求的积极回应，也是破解传统体育教学困境、回归“以生为本”教育本质的必然选择。本文通过梳理该模式的构建框架，明确了“身心适配、目标导向、差异尊重、因地制宜”的核心原则，进而细化了游戏化、情境化、合作学习、探究式、分层教学五种模式的实践路径，同时依托“师资-资源-制度-家校”四位一体保障体系，为模式落地提供了系统性支撑。当然，小学体育多元化教学模式的推进并非一蹴而就，大班额教学的兼顾难题、教师创新设计能力的持续提升、教学进度与个性化需求的平衡，仍需在未来实践中不断探索优化。期待更多小学体育教育工作者能以本文为参考，结合本校学情与资源，进一步创新教学方法、丰富教学内容，推动多元化教学模式向“更精准、更个性、更深度”的方向发展。