

# 巧用童谣进行 小学低段体育教学的研究

宁波市北仑区实验小学 姚佳婧



**摘要:**童谣指儿童传唱的歌谣,是我们日常生活中喜闻乐见的一种文学形式。童谣对于小学低段学生来说是一种朗朗上口、通俗易懂的语言方式,在体育教学中渗透、运用童谣,不仅能使体育课充满童趣,还能丰富教学内容,激发学生对体育运动的兴趣,促进学生身心健康发展。

**关键字:**童谣;小学低段;体育教学

小学低段学生,尤其一年级新生刚从幼儿园进入到小学,对小学课堂常规以及要求更是不能快速明

白,并且他们天性活泼好动,注意力容易分散,理解能力相对较弱,体育课又是户外课,在体育教学中很难

控制课堂纪律,这样会在一定程度上影响体育课堂教学,不利于学生对体育知识和技能的掌握。笔者在

小学低段教学的实践中发现,童谣在体育教学不同环节中的运用发挥着有效作用。

## 一、童谣对低段体育教学的意义

童谣是专为儿童创作的文学作品,它的内容贴近儿童的现实生活,语言符合儿童的朗诵特点,形象生动,富有童趣,很容易理解,儿童一听就明白,不需要做过多的解释。它主要有两个特点:一是朗朗上口,通俗易懂;二是有趣、好玩,孩子们感兴趣。

### (一)吸引注意,激发情绪

对于刚从幼儿园跨入小学阶段的低年级学生来说,进入新的、陌生的环境,需要一段时间的适应,所以,对于体育课中那些枯燥无味的

动作要领讲解,他们根本提不起兴趣,也听不懂,更别说有热情参与到体育课堂教学中了。

童谣的独特韵律和通俗易懂的特点会带来不一样的效果,将其运用到体育教学中,不但可以吸引学生的注意力,而且能够激发学生的学习兴趣 and 情绪,让学生感受到不一样的体育课,在玩、唱中学习知识与动作要领。

### (二)化繁为简,促进理解

体育教学就是以教会学生运动技能为主要目的,在体育课堂教

中教师通过语言描述和动作展示来让学生了解完整的动作技能,但对于低段学生来说,枯燥无味的技术动作讲解,由于接受和理解能力较差,他们无法掌握。

童谣的形式简短、朗朗上口,它将复杂、繁琐的语言转化得更加简洁、明了,使孩子们更容易接受和记忆。在体育课堂教学中运用童谣来帮助低段学生理解和掌握运动技能是一个不错的选择,学生不但可以轻松记忆动作要领还乐于吟唱和学习,让体育课不再枯燥乏味,并且学习得更加快速。

### (三)增强趣味,提升氛围

传统体育课就是让学生在传统的教学模式下学习和练习动作技能,面对不断重复和挑战体能的课程,孩子学习积极性大大被削弱,从而导致大多数学生不喜欢甚至讨厌上体育课。

童谣通常诙谐幽默、音节和谐,让人充满趣味性和愉悦感。将童谣与运动相结合,在童谣的韵律和节奏下进行体育运动,能够有效提升运动氛围,让运动充满乐趣,从而达到愉悦身心的效果。

## 二、童谣在课堂体育教学环节的渗入

在一堂体育课的不同教学环节中,童谣可以起到不同的作用。因此,对童谣的选择存在一定要求,我们要根据一堂课的课前课中不同环节特征来选择相应的童谣,使童谣有效地渗入体育课堂教学中去,这样才能够让体育课充满课堂气氛,激发学生的学习兴趣。

### (一)课前引导激趣

在体育课开始环节,正常的开场方式,学生注意力很难被吸引过去。课前童谣的引导能够吸引学生注意力,让学生快速进入到上课环节,跟着教师的语言和动作来模仿,

即使是在室外这样嘈杂的环境下,也能集中注意力到老师身上。

在实践过的一堂课中,笔者说:“口香糖呀口香糖”,学生接:“粘哪里呀粘哪里”,笔者接着说:“左手粘在右脚尖”,以这样的方式打开准备活动环节。学生的兴趣十分浓厚,注意力也非常集中,所有学生都能认真听笔者的口令,并且做出简单的动作。准备活动这个环节非常顺利,且学生的激情满满,为接下来的课程内容讲授打下良好的基础。

### (二)课中提炼要领

体育教学中,学生不但要学习

体育理论知识,还要学习许多运动技能,在学习运动技能时必然少不了教师的讲解和示范。此时,教师可以利用童谣来提炼动作要领,使要领简单上口,帮助学生理解和记忆。

笔者在一堂立定跳远教学课中,将立定跳远的动作要领编成童谣:“高人,两臂前摆,直腿提重心;矮人,两臂后摆,屈膝降重心;高人、矮人两下,快速蹬地变超人。”让学生边念边做动作,学生练习的积极性很高,并且对动作要领理解也到位,整节课的课堂练习氛围很浓厚,同时学生对所学习的技术动作也能有一个完整的认识,不至于一

节课下来还说不出动作用要领。

### (三)课后放松身心

一堂体育课下来,学生经过运动技能练习,运动负荷也达到一定数值,身心都感到疲惫,此时需要放松活动来缓解一堂课紧张的情绪。最近流行的音乐放松对于很多老师都不陌生,学生也很乐于听着音乐来进行放松。

课程结束时笔者播放《虫儿飞》音乐,并加上肢体的放松,学生跟着音乐一边唱,一边放松,场面和谐温馨,将整节课的紧张都化为舒心,有始有终地结束了一整节课的学习,学生的身心都得以放松。

## 三、运用于体育教学的童谣创编原则

### (一)简短精炼,帮助理解

体育运动中有许多抽象的,复杂且难于记忆的动作,低段学生很难了解和认识,教师对教学动作的讲解又需要大量的文字,这样很难让学生清楚地记住并且灵活掌握。童谣的创编能够帮助学生掌握技术动作,但要注意语言要简短精炼,帮助学生理解与记忆,这样学生才能在边说、边记、边练中更有效快捷地掌握动作。

队列队形的教学枯燥乏味,动作要领讲解起来繁杂,当将它创编成童谣的时候变得简单易学,朗朗上口。立正:“脚跟靠,脚尖分,头要正,眼向

前,身体直,臂下垂,瞧瞧我,多神气”。这样简短且容易记忆的童谣不但提高了学生的学习兴趣,还帮助学生记忆与掌握动作。

### (二)分析教材,提炼要领

体育教学的内容丰富多彩,很多教材内容没有对动作要领进行提炼,通篇地与低段学生讲解他们很难明白,也不好接受,会造成学生记忆混淆,因此在创编童谣的时候要注意对教材进行分析和研究,把教材内容提炼出重要的部分,结合重难点对其进行创编。

例如在前滚翻成坐撑的教学中,

这个技术动作对于低段的学生可能比较困难,学生也很难快速地记住所教的动作要领,此时就可以通过对前滚翻动作要领的童谣创编让学生边说边做动作,“两手撑垫屈膝蹲,低头团身向前滚,滚动圆滑像刺猬,落垫轻巧两腿并”。通过这样对动作要领进行提炼与创编,学生可以在短暂的时间内记住动作要领,并且根据所说的动作要领进行技术动作的练习,大大提高了教学效果,学生掌握技术动作也是更加快速。

### (三)生动形象,体现差异

运用于体育课堂教学的童谣不

是随便就能采用的,其要与课堂内容相结合,要符合课堂教学的要求,生动形象的表现课堂环节。对于不同的教学内容,所要表达的教学要点和情节不同,应根据教学不同的要点进行创编,符合本节课所要表达的重难点,体现出差异。

同一个教学内容一般会分好几个课时进行教学,每课时的要求和重难点不同,教师因根据每个课时的要求进行相应的童谣创编,体现不同的重难点,将不同的要求编入童谣中,使学生能够清楚地明白所学内容的要领,并快速掌握。

## 总结与反思

童谣通俗易懂,充满童趣,运用于小学低段体育课堂教学,不仅可以帮助学生有效快速的了解并掌握动作,还可以充分调动学生的学习积极性,培养学生自主创新的能力。

综上所述,在小学低段体育课堂教学中巧用创编的童谣进行教学对学生掌握技术动作起着重要的作用,童谣在体育课中的出现给体育课增添了不少乐趣和欢乐,使学生们更加乐于上体育课,在课中能收获更多。让一节体育课在欢声笑语和活泼可爱的语言中结束,体会到更多的成果与喜悦。因此在低段体育课堂教学中运用童谣是一件值得推广的事,它能丰富课堂乐趣,增加课堂氛围。