

专题 18-1-5：谈谈少等多动

大家好！很多体育课遵循了精讲多练的原则，但有些课上学生还动的不多，密度不够。观察发现，多数原因是组织不当。为提高质量，除精讲多练，还要把握“少等多动”，如何做到呢？

发放器材减少等待时间。上课把器材放在便于学生领取的地方，最好不要堆在一起。如篮球课可将球事先分开摆在场地边缘，便于学生快速取放。

分组练习减少等待时间。根据条件尽可能多分几组，避免排长队等待练习。场地器材要充分利用，如能分 8 组的不分 4 组。

展示活动减少等待时间。不必要的展示最好不要，必要的展示也要注重实效，提出观看展示要求，展后继续优化练习。

好了，就到这里，下周五再见。