

专题 20-9-2：如何把握好学生的“练”

大家好！在“学、练、赛”中，“练”尤为重要，不仅代表学科特质，还决定体育学习结果，如何把握好学生的“练”呢？

全面分析练的问题。有偷懒不愿做、恐惧不敢动；有不懂练不会、溜号练不对；有保护防范差，动作危险大。找准原因，及时跟进。

系统把握练的方式。有个人、分组、集体练；有自主、合作、探究练；有分解、完整练；有徒手、器械练。基于学情，合理确定。

注重优化练的环境。大场地充足用、小场地巧妙用，要能练多；优质器材安全用、新颖器材争先用，要能练好；气氛和谐促练乐。

精准测评练的结果。技术动作对与错，结合要领来把握；技能水平高与低，准确熟练排第一；运动能力大与小，等级评价效果好。

好了，就到这里，下期再见。