

专题 18-8-1：谈谈学、练、赛

大家好！要掌握一项运动技能，很多老师会在教学中采用学、练、赛多种方式，如何合理把握和有效运用好这些方式呢？

“学”与“练”是基础，课上较为普遍，这些方式都是能否掌握运动技能的关键。但，“学”要注重学法指导，让学生会学，才更有利于学会；“练”要把握精准合理，让学生多动，会的速度便能加快。

“赛”是提高，是更高层次练习，也直接指向“运用”，学以致用。但要把握几个关键，一，不是所有的课都需要“赛”；二，小学课上的“赛”要将娱乐性、教育性、发展性、竞技性融为一体，不能为“赛”而“赛”；中学、大学课上的“赛”突出竞技性和教育性，贴近实战。

好了，就到这里，下周五再见。