

专题 19-4-2：谈谈有效练习

大家好！体育课上老师会安排一些练习，但大量观察发现，有些练习有效、有些无效，甚至有危险，如何让学生进行有效练习呢？四个“要能”希望给大家带来点启发。

要能观察课堂练习的细节。学生练习时，老师要注意观察练习情况，尤其是要把握细节。小细节能反映大问题。

要能判断无效练习的问题。分析无效练习，老师要归纳是设计问题、素质问题，还是态度问题？要有问题意识。

要能把握有效练习的特点。有效练习是准确的、适宜的、安全的。要吃透教材，把握学情，精心设计，合理组织。

要能评价学生练习的效果。练习效果大小有不同，最有效的是：会练了有方法，练会了有技能，快乐了有兴趣。

好了，就到这里，下周五再见。