体育社团活动中培养学生社会适应能力的思考研究

薛斌

常州市新北区龙虎塘实验小学

摘要：本文主要以在体育社团活动中培养学生社会适应能力的思考研究为重点进行阐述，首先分析小学体育社团活动对学生发展带来的影响，其次介绍小学体育社团活动开展情况，最后从几个方面深入说明并探讨小学体育社团活动开展的措施，旨意为为相关研究提供参考资料。

关键词：小学体育；社团活动；社会适应能力

对于体育社团活动，也就是拥有相同爱好的学生能够自主构建对应团体，结合学校的要求，组织性进行社会实践和综合学习，让学生能够张扬个性与拓展眼界。小学生社团活动作为课堂教学的补充形式，体育课堂教学中，教师应该关注学生全面素质的发展，通过社团活动可进一步强化教学效率，一方面丰富学生生活，另一方面让学生更多的了解世界，形成人际交往意识，在学习和生活中保持积极向上的心态。如何在小学体育社团活动中，让学生社会适应能力可以培养和提升，这是重要的话题，具体如下。

一、小学体育社团活动对学生发展带来的影响

在社团活动的开展中，能够从多个方面影响到学生，促进学生对待生活保持积极向上的心态，营造良好的学生生活环境。首先，社团活动培养学生综合素质，体育锻炼中，技能训练是一项主要目标，尤其是高年级的小学生，体育技能提升的难度比较大。就是组织学生进行体育社团活动，全方位了解所学运动的技能，增强学生自我技能评价水平。社团活动和个体训练存在差异，是组织学生进行团体训练的项目，学生和学生之间互相交流，学生及时把自己的疑惑倾诉给他人，能够培养学生人际交往意识^[1]，进而形成良好的人格。其次，社团活动让学生拥有健康意识，在应试教育背景下，大多数的学生都承担着沉重的学习压力，体育课程时间有限，不能保证学生在体育课程中得到身心的全部放松。长时间之后影响学生身体和心理健康成长，学校鼓励学生参与体育社团活动，给学生带来放松

身心的更多条件，学生主动的参与和思考，形成健康意识。最后，社团活动让学生挖掘自身潜能，体育社团实践组织学生训练体育项目，不只是培养学生坚强品质，还让学生挖掘潜能。部分学生可能无法在文化课学习中找到学习信心，可是在社团活动中能够取得优异成绩，无形中给学生提高了对生活的信心，使得学生形成热爱生活的态度。

二、小学体育社团活动开展情况

(一) 社团活动存在单一性。在开展体育社团活动中，主要是获取社会方面的支持和学校方面的配合，更要获取学生的肯定。可是在实际的体育社团活动开展中，学生参与的活动范围相对狭窄，社会活动的形式比较单一，匮乏新意。大多数社团活动是司空见惯的，其他类型的社团形式比较少，在一定程度上影响学生加入社团活动的主动性，不利于学生社会适应能力的培养。

(二) 社团活动时间与空间受到约束。对于小学体育社团活动，通常涉及两种模式，也就是校内活动以及校外活动。然而，纵观大多数的体育社团实践，总是体现出注重校内实践、淡化校外实践的问题。再者学生进行社团活动的时间不够充分，部分学校会在讲课和评改作业时占据小学生的自由活动时间，造成部分社团活动开展的成效不够理想^[2]。校园内开展的社团活动，学校能够号召家长一同参与，家长了解社团活动的主要目的能够进一步配合学校。可是如果缺少家长的配合，学校体育社团的发展又会匮乏另外的力量支撑，总体来讲，社团活动受到时间以及空间的约束，影响学生社会适应能力的发展。

(三) 社团活动过于形式化。就算部分学校开展体育社团活动，意识到体育社团活动对于学生社会适应能力起到的作用，可是对于社团活动的开展过程不能表现出深入化。意思也就是进行社团活动设计，仅仅是为了做好教学任务，没有给学生明确社团活动的一些规则，淡化社会实践活动开展的意义，尚未及时的给学生渗透社会适应意识^[3]。或者一些教师就算设计了完整的方案，也没有强调社团实践的最终目标，采取枯燥的实践方式，不能让学生感受到良好体验，那么社团活动过于形式化，阻碍体育教学活动的有序进展。

三、小学体育社团活动开展措施

(一) 组建足球社团，激发学生体育运动热情。按照小学生的学习成长需求，每一所学校都要积极的创新体育社团项目，促进学生形成社会适应意识，让学生

拥有团队拼搏精神，便于学生养成社会适应能力^[4]。组建足球社团，对学生进行足球运动技能的训练，激发学生团队意识和集体意识，让小学生的校园生活更加丰富。学校能够围绕教师的特长精心挑选教练，组织小学生自主报名，设计社团计划。在社团实践中，教师和一个学校强调足球的发展过程，让学生了解自己感兴趣的足球明星，训练学生思维，提高学生参与与体育社团活动的积极性。可以按照星期的调整模式，开展社团实践，涉及左右脚传球活动、踩球活动、拉球活动与踢球活动，学生全方位掌握求性。或者在体育社团中带领学生开展手抛脚接球训练与双脚夹球训练活动，学生在体育社团活动中能够掌握一定技巧，更多的热爱校园生活，形成团队合作意识，让学生灵活的应对人与人沟通的问题。

（二）建设霸王鞭社团，训练学生身体协调。开展小学体育社团活动，让学生充分的拥有社会适应能力，教师要对学生进行身体协调训练，帮助小学生提高自身素质。可以在社团建设中形成霸王鞭社团，渲染学生文化感知，在社团中给学生充分发挥才能的空间，培养学生集体精神和身体体质^[5]。在具体实践中，教师给学生充分介绍霸王鞭的项目，创设一定的特色活动，鼓励学生自主利用网络查找霸王鞭视频，学习霸王鞭舞，了解霸王鞭的发展传说。每一个学期的社团实践任务都是不一定的，教师要按照层次性原则和发展性原则，设计社团活动，全部的课程通过体育教师集体研究，大力创新和实践，让体育社团活动包含时代特征。教师结合实际情况，在常规的课间操训练中纳入霸王鞭舞，帮助学生缓解学习压力，还可以发展学生审美能力。霸王鞭是比较传统的活动形式，教师要通过霸王鞭活动，带领学生挖掘传统文化内涵，启迪学生思维，通过一系列的训练和指导，学生身体协调感可以增强，继而促进学生提高社会适应能力。

（三）形成武术社团，增强学生运动能力。体育社团活动问问归属拓展性课程的范围，任何社团活动都要体现出实践性的优势，适应小学生体育运动需求，增强学生运动能力。武术社团活动对学生的多个肢体趣闻进行训练，能够磨练小学生坚强的意志，让学生在今后的生活中不畏惧困难，积极处理生活中的问题。教师可以组织学生进行武术表演，学生尽情地发挥体现武术精髓，在社团实践之前，鼓励学生全方位准备训练，在第一时间能够投入到实践活动中，教师给学生讲解武术的精髓，推广武术的文化特征^[6]，吸引学生注意力和运动专注力，强化小学生体育运动水平。

（四）研发长跑社团，培养学生实践素养。小学体育社团活动的开展，主题应该是学生，时刻遵循学生成长规律，关注学生实践素养的发展。长期以来，长跑社团均是学生普遍喜爱的，不仅可以让小学生形成挑战精神，还可以让学生感受到体育运动的意义。结合受学生的学习情况，教师开发阳光长跑项目，带领学生走进沙沙，领悟青春的风采。每一个小学生都可以体验运动的欢乐，看到自身的价值。长跑可以预防学生患有多种疾病，起到放松学生身心的作用，教师给学生讲解此种运动方式的好处，在长跑之前充分热身，以免学生在运动中心灵受到伤害，大力发展阳光体育项目。

（五）优化社团活动结构，提高实践质量。要想小学阶段的体育社团活动又好又快进行，学校管理者，要尽可能地优化社团活动结构，首先是对社团的组织形式进行完善，加大力度组建优秀的社团队伍，尤其是师资力量引进，确保体育社团活动展现出自身价值。比如足球社团活动，由于足球是小学生比较喜爱的项目，那么社团活动中可能会出现人员数量大于班级人员的数量。所以管理者应该协调师生数量，在足球社团建设中安排大于等于两名专业的足球教师，教师一方面拥有精湛的技能知识，另一方面要拥有社会实践能力，由此教师培养学生形成社会适应能力时可以更为深入，另外社团配置一定的医疗保障队伍，确保小学生体育社团活动足够安全。其次是引导学生增强对体育运动的重视程度，小学时期要对学生进行社会适应能力培养，可是部分学校总是强调文化课程的重要性，没有让学生意识到体育运动的好处。所以体育教师应该调动学生体育运动积极性，吸引学生投入到社团活动中，试图在社团活动实践时展现自我才能^[7]。最后小学学校给学生提供多样化的社团活动，学生针对性选择，便于学生张扬个性。加入到不相同的社团活动，让学生了解自己体育技能是否需要进一步提升，学生全面感受社团活动的内涵，拓展学生眼界。需要注意的是，社团活动往往都是需要有体育设施作为职称的，比如篮球社团和足球社团的设置，使用足球和篮球是比较常见的，那么学校要增加体育设施投入力度，给学生的社团活动配置好对应的设施，保障学生可以领悟体育运动技能，促进学生社会适应能力培养。

结束语：

综上所述，小学体育教学中纳入社团活动，对教学质量的提高产生积极影响。社团活动可以更好地让学生加入到体育训练中，培养学生运动兴趣，便于学生终

身进行体育训练。学校和体育教师都要充分体现社团活动的价值，激发学生团队合作意识与提高自身体质意识，感受到积极勇敢的力量，这样学生在今后的学习和生活中可以妥善处理问题，更好地适应社会发展，为小学生健康成长奠定基础。

参考文献：

[1]刘锋,文亚群.高校体育社团培养高职学生的职业素养研究[J].体育风尚,2019(5):1.

[2]黄迪.汉中市初中生体育行为与社会适应能力关系研究[D].陕西:理工大学,2020.

[3]杨贵彭.高校体育社团在提高学生综合素质中的作用[J].才智,2019(11):1.

[4]王单绮.以社团为载体的初中体育教学活动开展方式的探讨[J].吕梁教育学院学报,2019,36(1):3.

[5]唐新发,洪晖.健康中国背景下高校学生体育社团的社会责任与培育路径探究[J].2021(5):180-181.

[6]俞爱民.初中大课间体育活动对培养学生体育核心素养的实验研究[J].新课程中学,2019(10):1.

[7]林永暖.试论利用初中体育社团培养学生核心素养的方法与策略[J].2021(2017-20):20-21.