

## 小学体育课中性别差异运动兴趣及其教学策略研究

苏欣 南京体育学院

摘要：在基础教育的广阔图景中，体育课程占据着不可替代的重要地位。它不仅是增强学生体质、掌握运动技能的关键途径，更是塑造健全人格、培养团队协作精神的重要载体。然而，在实际的小学体育教学现场，我们常常观察到一个显著且普遍的现象：男生与女生在运动项目的选择偏好、参与热情以及课堂表现上存在着明显的差异。这种基于性别的兴趣分化，若得不到教师的重视与科学引导，极易导致部分学生对体育课产生抵触情绪，甚至形成“喜欢体育但不喜欢体育课”的尴尬局面。因此，深入剖析小学阶段男女生运动兴趣的性别差异成因，并据此构建差异化、包容性的教学策略，对于提升体育教学质量、落实“健康第一”的指导思想具有深远的现实意义。

关键词：小学体育课；性别差异；运动兴趣；教学策略；

### 一、小学阶段男女生运动兴趣的差异表象

通过对大量小学体育课堂的观察与数据分析，我们可以清晰地描绘出男女生在运动兴趣上的不同轨迹。总体而言，男生的运动兴趣呈现出“竞争性、力量型、球类主导”的特征。他们往往热衷于足球、篮球等对抗性强、规则明确、能够充分展示身体爆发力与竞技水平的集体项目。在体育课上，男生通常表现得更为活跃，渴望通过比赛获胜来获得同伴的认可与自我价值的实现。他们对规则的遵守往往带有功利性，即为了赢得比赛，而对于动作细节的规范性关注相对较少，更倾向于自由发挥和即兴创造。

相比之下，女生的运动兴趣则更多地表现为“审美性、韵律感、非对抗性”的倾向。她们普遍对跳绳、踢毽子、健美操、舞蹈以及羽毛球等隔网对抗或注重肢体协调与美感的项目表现出更高的热情。女生在运动中更看重过程的愉悦感、动作的优美度以及人际互动的和谐氛围，而非单纯的胜负结果。在面对高强度的身体冲撞或直接对抗时，女生往往表现出犹豫、退缩甚至恐惧的心理。此外，女生对教师的评价更为敏感，害怕因动作失误而在众人面前“出丑”，这种心理包袱在一定程度上限制了她们尝试高难度或陌生运动项目的勇气。

值得注意的是，这种差异并非绝对的二元对立，而是随着年级的升高呈现动态变化的趋势。低年级段（一至二年级）的男女生兴趣差异尚不明显，大家都乐于参与跑跳游戏；但进入中高年级（三至六年级）后，随着第二性征的萌芽、社会性别角色意识的觉醒以及体能发展的分化，这种兴趣鸿沟逐渐拉大，形成了相对固定的项目偏好圈层。

### 二、性别差异背后的多维成因探析

造成上述运动兴趣性别差异的原因是复杂且多维的，主要涵盖生理发育、心理特征以及社会文化环境三个层面。

从生理角度看，小学高年级男生在肌肉力量、爆发力及心肺功能上的增长速度快于女生，这使得他们在需要高强度体能支撑的对抗性项目中更具优势，从而更容易获得成就感，进一步强化了兴趣。而女生在此阶段柔韧性、平衡能力发展较好，但绝对力量相对较弱，因此在技巧型和韵律型项目中更能游刃有余。

从心理层面分析，男生的竞争意识和冒险精神天生较强，他们视挑战为乐趣，将失败视为暂时的挫折；而女生则普遍心思细腻，自尊心强，更倾向于规避风险，追求安全感。在体育活动中，男生往往通过“赢”来确认自我，女生则更多通过“美”和“和谐”来建立自信。这种心理诉求的不同，直接导向了对不同运动项目的选择。

更为深层的原因在于社会文化环境的潜移默化。传统的性别刻板印象根深蒂固，社会舆论、家庭教育乃至媒体宣传都在无形中塑造着孩子的运动认知。“男孩应该勇敢强壮，女孩应该文静优雅”的观念，使得家长在为孩子选择课外体育培训时往往带有明显的性别指向性。学校体育教材的内容设置有时也未能完全跳出传统框架，缺乏足够多能同时吸引男女生的融合性项目，这在客观上加剧了兴趣的分化。

### 三、基于性别差异的针对性教学策略

面对客观存在的性别差异，体育教师不应采取“一刀切”的教学模式，而应秉持“尊重差异、因材施教、融合发展”的原则，实施灵活多样的教学策略，让每一个孩子都能在体育课上找到属于自己的闪光点。

首先，实施分层教学与内容重构，打破项目壁垒。教师在设计教学内容时，应避免单纯按性别分组进行割裂式教学，而应在同一主题下提供多样化的选项。例如，在进行“球类运动”单元教学时，可以设置不同难度的任务卡：对于偏爱对抗的男生，可以组织小场地的足球对抗赛，强调战术配合与身体对抗；对于偏爱技巧的女生，则可以设计足球颠球接力、定点射门趣味赛或足球操，侧重控球技术与韵律结合。同时，要积极引入新兴运动项目，如飞盘、软式排球、定向越野等，这些项目对抗性适中、趣味性强且男女皆宜，能够有效模糊性别界限，激发全体学生的参与热情。

其次，优化评价机制，构建多元激励体系。传统的体育评价往往过分侧重于量化指标（如跑多快、跳多远），这对体能相对弱势的女生极为不利。教师应建立过程性与终结性相结合、技能与态度并重的多元评价体系。对于男生，除了考核竞技成绩，更要评价其团队合作精神和规则意识，遏制盲目逞强的风气；对于女生，则应加大对进步幅度、参与态度、动作美感以及互助行为的权重。例如，设立“最佳进步奖”、“最美姿态奖”、“团队协作奖”等非竞技类奖项，让不同特质的学生都能获得正向反馈，从而消除女生的畏难情绪，提升其自我效能感。

再次，创新组织形式，促进性别融合与互补。在课堂组织上，教师可以有意识地采用男女混合编组的方式。在接力跑、拔河或团体游戏中，通过规则调整（如规定女生得分加倍、男女必须交替触球等），强制或引导男女生进行深度合作。在这种模式下，男生的力量优势与女生的灵巧智慧可以形成互补，男生学会尊重与保护，女生学会勇敢与担当。例如，在篮球教学中，可以规定进攻时必须经过至少一名女队员的传递才能投篮，这不仅提高了女生的参与度，也让男生意识到团队中每个角色的重要性，从而营造出和谐共进的课堂氛围。

最后，强化心理疏导与文化引领，重塑运动认知。体育教师不仅是技能的传授者，更是心理健康的引导者。在课堂上，教师要敏锐捕捉学生的情绪变化，及时给予鼓励和指导。针对女生怕脏、怕累、怕丢脸的心理，教师可以通过示范分解动作、降低初始难度、创设情境化游戏等方式，帮助她们跨越心理障碍。同时，要在日常教学中渗透平等的性别文化，通过讲述女性运动员的励志故事、展示女性在各类运动中的风采，打破“女孩不适合剧烈运动”的刻板印象，引导学生树立“运动无性别，健康最光荣”的正确价值观。

### 四、结语

小学体育课中的性别差异是一个客观存在且值得深思的教育命题。它既反映了儿童身心发展的自然规律，也折射出社会文化对个体行为的深远影响。作为新时代的体育教育工作者，我们不能无视这种差异，更不能放任其演变为教育不公的源头。相反，我们应当以科学的视角审视差异，以智慧的手段利用差异，通过重构教学内容、革新评价体系、优化组织形式以及强化心理引导，打造出一个包容、开放、充满活力的体育课堂。

只有当男生在挥洒汗水中懂得尊重与协作，当女生在律动跳跃中收获自信与勇敢，当每一个孩子都能根据自己的兴趣特长在运动场上自由奔跑时，我们的体育教育才真正实现了育人的初衷。未来的小学体育教学改革，必将在关注性别差异的道路上越走越宽，让体育成为滋养所有儿童生命成长的沃土，让运动的快乐平等地照耀在每一张稚嫩的脸庞上。这不仅是对体育学科价值的回归，更是对教育公平与人文关怀的最生动诠释。

参考文献：

[1]刘文芳.小学生运动兴趣及影响因素分析[J].基础教育参考,2019,28(6):76-78.

[2]黄霞.关注性别差异，提升小学体育教学效果[J].教育理论与实践,2022,42(3):55-58.

[3]孙晓梅.小学体育课堂性别差异与教学策略探析[J].教育研究与实验,2020,30(5):102-105.