

博士研究计划书 博士研究计划书必备(模板5篇)

计划是一种为了实现特定目标而制定的有条理的行动方案。那么我们该如何写一篇较为完美的计划呢？以下我给大家整理了一些优质的计划书范文，希望对大家能够有所帮助。

博士研究计划书篇一

《自主(探究、体验、合作)学习方式中教学手段运用研究》。

回顾上学年课题研究上学期，透过上课题研讨课、撰写论文、教学设计、研究心得等多种方式，总结出了一些自主探究学习的方法，但是还不够全面，这学期我将继续努力钻研，进一步探索研究。

- 1、转变观念，认真系统地学习有关的理论。认真地学习一些相关的专著和他人的经验性文章，在学习中提高认识，在学习中转变陈旧的观念。
- 2、加强学习，努力提高自身专业素养，建立自己的课题博客专栏。尽可能多地与同行们交流探讨。
- 3、联系实际，认真备课、精心设计教学过程，进行踏实细致地调查分析。
- 4、实事求是，注重课题研究过程，在校园研究计划安排下，每学期上好课题研讨课、“一人一节课”，与全组成员一齐探讨成败得失，提高自己的理解和研究潜力。

二月份：

- (1) 学生交流与合作潜力现状调查分析。针对学生开展调查研

究，精心设计调查问卷，进行科学、合理地分析总结。

(2) 学习课题组课题总方案。

(3) 学习课题组子课题计划，明确研究资料。

(4) 制定个人课题研究计划。

三月份：

(1) 参加开题仪式。

(2) 建立学生个人跟踪档案。

(3) 在数学课题组内听课。

(4) 用心参加培训，学习、开通课题研究个人博客。

四月份：

(1) 用心参与课题组开展的专题研讨课。

(2) 用心参与专题研讨课的评课及讨论。写好听课感言。

(3) 加强学习相关理论知识，认真做好学习笔记。

(4) 撰写学生交流与合作习惯养成专题文章，注意及时收集、整理、上传资料。

五月份：

(1) 学习课题理论专题讲座，做好笔记。

(2) 透过课堂教学，尝试新的教学方法。

(3)认真撰写教学反思，与同伴交流，及时总结课题研究经验与教训。

(4)上一堂课题研讨课。

九月份：

(1)学习课题组总课题方案、子课题计划。

(2)写好《自主(探究、体验、合作)学习方式中教学手段运用研究》个人研究计划。

(4)及时上传材料，丰富博客资料。

(5)用心参加培训，学习，转变观念，提高自身素质。

十月份：

(1)参加“全国著名教育专家江西省中小学优质课堂教学研讨会”。

(2)上好课题研讨课。

(3)参加课题组进行的课题研究。

十一月份：

(1)参加课题组进行的课题研讨课。

(2)整理参加课题理论学习的笔记，总结各项课题活动状况，写出心得体会上传个人博客。

十二月份：

(1)结合我校“一人两节课”校本教研，组织课题组成员上课、

听课、评课活动。

博士研究计划书篇二

1、孔子说过：“知之者不如好知者，好之者不如乐之者。”兴趣是一种学习品质，也是学习的动力之源。有兴趣才有潜力，有兴趣才有主动性和积极性。教育理论告诉我们：只有当学生对所学知识产生浓厚兴趣并逐步养成爱学习，善思考的态度时，才难知难而进，锲而不舍，从而对提高教学质量起着事半功倍的效果。

2、课程标准提出了“知识与态度”、“情感与态度”、“过程与方法”的三维目标，而“情感与态度”就是要充分激发学生对学习的兴趣，调动学生学习的积极性、主动性，引导学生参与教学的全过程，树立学生学习自信心，培养良好的学习态度和学习的习惯，增强热爱学习的情感。

3、新课程标准的课程设置、教材编写、教学过程和评价策略，都体现了提高学生学习兴趣的课程理念。但是，在我们的周围有一部分学生有厌倦的情绪，上课注意力不集中，小学生因为年龄特点的缘故，学习兴趣易于转移，稳定性差，所以，如何强化学习兴趣并使之转化为稳定而持久的动力，使学生成为真正的爱学乐学者，已经成为当务之急，成为当代教育一大问题，只有注重培养学生的学习兴趣，让学生在愉悦的氛围中学习，才能最大限度地调动学生学习的积极性和主动性。

1、“兴趣是最好的老师”、“兴趣是成功的一半”一切的一切说明学习兴趣是直接推动学生进行学习的一种心理因素。兴趣来源于需要，可以使学生产生强烈的求知欲和高度学习积极性。

2、个别学生之所以成为班级里的“后进生”，在很大程度上由于在学习过程中连连失败、挫折，对学生丧失兴趣，甚至

于产生厌学的情绪。基于此种现象，作为教师我们应该先激发和培养他们的学习兴趣，增强他们的学习自信心。

4、当代“望子成龙“的思想让父母给孩子太重的心理压力，各种学习班、补课班、提高班早已让年幼的孩子喘不过起来，让孩子对学校、对学习产生厌倦的心理，达到了”谈学色变“的程度，让孩子对老师、对家长产生了叛逆心理，迫切需要学校注重学生的兴趣激发，让学生对学习产生内在需要，并努力学习。

探索培养学生学习兴趣、增强自信心的新办法，好办法，吸引学生爱上学校，爱上学习，让学生安心学习，乐于学习，从而全面提高教育教学质量。

1、让学校成为学生快乐的集体之家。

利用一切可用资源与办学条件，积极创设易于激发学生学习兴趣的外部环境，丰富图书室，实验室、多媒体教室，举办各种形式的兴趣小组，参加各类丰富多彩的文体活动、社会实践活动，利用大课间活动，寓教于乐，让每一位学生都能感受到集体之中的快乐。

2、让课堂成为学生愉悦的心灵体验。

在课堂教学中，鼓励每一位教师以趣为题，采用巧导入、设情境、造悬念、谈历史、说轶事、多举例、做实验、常练习、借助多媒体等辅助教学设施，理论联系实际等各种方式方法让教学过程达到“课始，趣生；课行，趣浓；课尾，趣存”让课堂真正成为学生愉悦的心灵体验过程。

1、学校努力改善学校的硬件设施，构建和谐、愉悦的育人环境；组织课题组的全体教师认真学习相关的文献资料，提高理论水平和教学能力；共同探索激发学生学习兴趣、增强学生学习的自信心的新举措。

2、本课题研究主要采用调查访谈法、文献研究法、经验总结法、行动研究法。

1、校园中一幅乐学爱学的氛围，学生中厌学、逃学的人寥寥无几，受到了预期的效果。

2、每一位教师在平日的教学工作中写出自己亲身感受，写出一篇篇经验总结或教学论文。

3、共同努力下推广一种好的培养兴趣，增强自信心的方法。

1. 课题组负责人：李萍负责课题研究的总体工作，制定课题研究方案、计划、申报课题，制定相关课题管理职责、制度，进行课题工作总结。

2. 组内其他人员：

刘顺平：组织教师学习课题研究文件精神 and 《教研指南》，并进行督促检查；

李华荣：负责课内研究，归纳总结经验，撰写论文，推广研究成果；

沙养正：走访学生家长，调查学生情况，汇报调查结果；

课题研究过程可分为三个阶段：

1. 准备阶段(2014年8月25-9月20日)：确定好课题以后，组织教师进行相关理论学习，研讨、制订课题研究方案、计划，申报课题。召开课题研讨工作启动分工会议，颁布相关的课题管理职责、制度。

2. 实施阶段(2014年10月--12月)：以课堂教学为突破口，进行教学过程的改革和实践，创设情景，激发兴趣，积极引导 学生参与教学的全过程，运用多形式来培养学生的学习兴趣，

树立自信心，增强学习的积极性和主动性。

博士研究计划书篇三

《自主(探究、体验、合作)学习方式中教学手段运用研究》。

回顾上学年课题研究上学期，经过上课题研讨课、撰写论文、教学设计、研究心得等多种方式，总结出了一些自主探究学习的方法，可是还不够全面，这学期我将继续努力钻研，进一步探索研究。

- 1、转变观念，认真系统地学习有关的理论。认真地学习一些相关的专著和他人的经验性文章，在学习中提高认识，在学习中转变陈旧的观念。
- 2、加强学习，努力提高自身专业素养，建立自我的课题博客专栏。尽可能多地与同行们交流探讨。
- 3、联系实际，认真备课、精心设计教学过程，进行踏实细致地调查分析。
- 4、实事求是，注重课题研究过程，在学校研究计划安排下，每学期上好课题研讨课、“一人一节课”，与全组成员一齐探讨成败得失，提高自我的理解和研究本事。

二月份：

- (1) 学生交流与合作本事现状调查分析。针对学生开展调查研究，精心设计调查问卷，进行科学、合理地分析总结。
- (2) 学习课题组课题总方案。
- (3) 学习课题组子课题计划，明确研究资料。
- (4) 制定个人课题研究计划。

三月份：

- (1) 参加开题仪式。
- (2) 建立学生个人跟踪档案。
- (3) 在数学课题组内听课。
- (4) 积极参加培训，学习、开通课题研究个人博客。

四月份：

- (1) 进取参与课题组开展的专题研讨课。
- (2) 进取参与专题研讨课的评课及讨论。写好听课心得体会。
- (3) 加强学习相关理论知识，认真做好学习笔记。
- (4) 撰写学生交流与合作习惯养成专题文章，注意及时收集、整理、上传资料。

五月份：

- (1) 学习课题理论专题讲座，做好笔记。
- (2) 经过课堂教学，尝试新的教学方法。
- (3) 认真撰写，与同伴交流，及时总结课题研究经验与教训。
- (4) 上一堂课题研讨课。

九月份：

- (1) 学习课题组总课题方案、子课题计划。

(2) 写好《自主(探究、体验、合作)学习方式中教学手段运用研究》个人研究计划。

(4) 及时上传材料，丰富博客资料。

(5) 积极参加培训，学习，转变观念，提高自身素质。

十月份：

(1) 参加“全国著名教育专家江西省中小学优质课堂教学研讨会”。

(2) 上好课题研讨课。

(3) 参加课题组进行的课题研究。

十一月份：

(1) 参加课题组进行的课题研讨课。

(2) 整理参加课题理论学习的笔记，总结各项课题活动情景，写出上传个人博客。

十二月份：

(1) 结合我校“一人两节课”校本教研，组织课题组成员上课、听课、评课活动。

博士研究计划书篇四

20xx年*月*日，****博士学习生活。万事开头难，但是，我也懂得良好的开端是成功的一半。

为了给博士学习生活开好头，不断学习和提升自己，增强学

术研究能力，特此制定本学习计划。

本计划共分为两个层次：总计划和总目标；周计划和周目标。总计划和总目标明确了本学期学习和生活的总体轮廓，周计划和周目标则明确了以周为单位的分目标，指出了具体的执行策略。另外，制定控制的策略和方法，以确保计划和目标的实现。

一、总计划和总目标

1、课程和学习目标

以经济学前沿和高等数学为学习重点，以计量经济学等课程为依托，在打好基础的前提下，再次对方法论等课程进行学习，并尝试用计量方法进行学术文章的写作。（可以用计量方法完成经济学前沿课程的科研训练。）具体要求如下：

经济学前沿课程

完成大部分文献的阅读，明确大部分文献内涵主旨，了解经济学理论的脉络，通过科研训练掌握计量等研究方法。

高等数学课程

完成老师课程要求的作业，并利用课余时间做习题巩固所学知识，尝试将所学知识与经济学前沿和计量课程中涉及的数学方法结合起来。

计量经济学

依据英文教材和课件完成曾卫红老师双语教学的计量经济学学习，利用计量完成经济学前沿中的科研任务。重点学习计量方法的应用。

管理理论前沿

主要是确保每节课都能够听懂，并能够根据老师所讲内容提出两到三个学术问题，把握与不同领域老师的沟通和交流的机会。通过该课程拓宽学术视野，了解其他学术领域的研究现状，学习研究方法的使用策略和技巧。

2、科研目标

科研能力重在训练，通过不断的试错和尝试来积累经验。主要的目标包括：扭转思维方式；掌握研究方法和技巧；理顺科技管理领域的文献脉络，发现并总结可能的研究问题；进行科技论文的写作。具体措施如下：

扭转思维方式

通过阅读文献、参与课程学习、进行科研文献写作、与同学老师沟通交流等方式不断将发散式的思维方式转变成以问题为中心，以条件为基础的科研研究的思维方式上来。

掌握研究方法和技巧

重点掌握计量方法的使用，利用课程学习的机会，完成课程科研训练的学习要求；通过经济学前沿的学习，梳理关键节点文献之间的逻辑关系，并学习在其他研究领域查找关键节点文献；通过文献阅读和课程学习，学习英文文献写作的一些基本技巧，掌握常用语法和句法，并尝试翻译重点文献的关键内容。

理顺科技管理领域的文献脉络

管理文献学习的基础上，尝试进行科技论文的写作。学习研究问题与研究方法的融合，掌握以问题为中心的研究基本方法。了解现阶段国内优秀期刊的学术研究范式，并掌握科技管理较为前沿的研究信息。

3、生活目标

两到三次的游泳锻炼。缓解压力

除了利用运动来缓解压力外，与同学进行沟通交流，组织或者参加一些集体活动也是有效的途径。利用多余的时间培养兴趣爱好，坚持积极阳光的生活态度。

二、周计划与周目标

要落实总的目标和计划，就需要对总计划进行细致的划分，明确每个部分完成的任务量和节点时间。

1、各周的计划 and 目标

注:1)

课程学习是每周的基本学习任务，科技论文写作贯穿在整个学期过程之中。

2)在整体目标和规划不变的条件下，学习计划和任务会随着具体情境有所调整。

2、每周的学习计划和课程要求

注:1)

课程学习以课节为准(一天共为11课节);学习计划以时间节点为准(将早晨8:00至晚上22:00的时间分成不同的时间区段)。

(在目标明确的前提下，努力及时的去完成目标和任务，是缓解压力的最佳途径。)

博士研究计划书篇五

小学低段学生上体育实践课时安全意识缺乏、练习效果不明显、教师的课堂组织混乱——这是新老教师都会遇见的“烦心事”。低段学生经常在体育活动中抢着做游戏、突然往前跑、随意离开队伍、注意力不集中等，这就给体育伤害事故创造了有利条件、给体育与健康实践的有效开展带来了很大的麻烦。

通过一学年的低段教学发现，在体育课堂上教师多动动脑、勤动动手，画几根不同的线不仅能够将低段学生带来的“烦恼”渐渐消除，同时有助于培养学生遵守课堂纪律的良好品质、有助于增强学生的安全意识、有助于促进体育与健康课的有效实施、有助于提高学生的体育素养。

二、 概念界定

自我控制能力是指受教育者依靠主观能动性按照社会目标，有意识、有目的地对自己的思想、行为进行转化控制的能力。自我控制是一个人对自身心理与行为的主动的掌握。它是人所特有的一种特殊的活动。

体育素养是在先天遗传素质的基础上，通过后天环境与体育教育的影响所形成的，包括体质水平、体育知识、体育意识、体育行为、体育技能、体育个性、体育品德等要素的综合素质与修养。

绘画时勾勒轮廓的线，有曲线、直线、折线，有粗线、细线，有实线、虚线，统称“线条”，在体育场上使用白色或者其他颜色画出的不同线条，目的在于区分场地的作用。

三、 理论依据

1. 自我控制是一个人对自身心理与行为的主动的掌握。它是

人所特有的一种特殊的活动。人的活动就其针对性而言有两种：一种是针对客观世界，人通过各种物质工具与技术手段改造客观世界，从而达到控制客观世界的目的，物质工具及技术手段愈高级，人对客观世界的控制水平就越高；另一种则是针对主观世界的，人对主观世界的控制则是运用记号乃至词、语言这些精神工具，通过自我意识而达到控制自身心理和行为的目的。自我控制水平的高低是与一个人的个性品质与自身锻炼密切联系着的。

2. 心理控制论(psychological cybernetics)是运用控制论的原理和方法研究人的心理现象的科学，是心理学与控制论相互渗透而形成的。

3. 自我心理控制。人的心理的自组织性、自控制性是心理活动的基本特点。心理控制总是通过心理的自我控制来实现的。自我心理控制是人适应生存的基本条件，是实现目标极其重要的心理品质。它包含着迫使自己去实现自己所确定的目标和对自我的情感、行为、动作、语言等的控制能力。人控制自己的心理和行为主要通过反馈过程来实现的，人的这种自我心理控制能力是在现实生活中经过不断锻炼而发展起来的。

四、研究目标与内容

(一)研究目标

学生在体育与健康实践课中能遵守课堂纪律，有效的进行课堂练习，认真的完成课堂教学任务，促进学生自我控制能力的形成。教师能够有效的组织课堂，合理的进行学习评价。学校的体育课堂常规得到进一步的改善。

(二)研究内容

1. 研究体育课中“线条”的作用。

2. 研究有效“线条”对学生自我控制力的影响。

(三)研究对象 经开区实验小学一、二年级四个自然教学班级。

五、研究思路及方法

随着体育教学场地标准化的推进，学校场地器材条件的改善，体育课上老师也不愿意用石灰化线了，但是在本人的课前思考和教学反思中总会显现不同的线条。在立定跳远的练习中画一条准备线来区分测试者和练习者；在快速跑的练习中画一条缓冲线增强学生的安全意识；在课前画一条集合线提醒同学们做到快静齐；在游戏活动中画一条评价线提高课堂学习的效率；在轻物投掷时画一条限制线激发学生的学习兴趣，也正是这样的线条让我的课堂变得井然有序，提高了教师的课堂的学习效果。在教学研究中过程中遇到问题多与同行教师交流，不定期的请成熟型教师对自己的课堂教学进行指导，咨询专家型教师并听取意见和建议整改教学计划。研究的过程包括资料收集、数据分析、论文撰写、结题总结等阶段，研究的方法文献资料法、实验法、对比分析法。

六、研究成果

研究课、赛课：曾茜老师在研究过程中参与学校的赛课1次、录像1次、获得市级微课大赛二等奖、国家级教学设计二等奖，在教学中突出线条的隐性作用和显性作用，不断深化学生的规则意识。庞瑞老师参加校内和区内赛课获得优异成绩，并承担区级的教研课两次。

论文：《体育课中有效“线条”对小学低段学生自我控制能力的影响》一文是通过教学总结和实验研究的成果，研究结果认为：不管是“线”还是其他有利于教学的手段，都是需要教师的不断思考和实践运用，才能被挖掘。教师在教学中要做个有心人，愿意学习、思考、探索，为教学寻求更多的方法和手段，促进教学和体现自身的价值。自我控制是自我

意识发展到一定阶段所具有的功能，是个体的一种内在能力。在体育课堂上合理的运用有效线条能够提高学生的自我控制能力。

形成了教学设计及反思，为今后的教学提供参考意见和建议。

七、实施步骤

研究的周期：18个月

研究的步骤：

准备阶段：2014年12月—2015年8月主要工作：

- 1、文献资料的收集、整理与阅读。
- 2、讨论选定研究课题方向，制定课题研究方案，填报课题申请资料。

实施阶段：2015年9月—2016年2月主要工作：

- 1、制定研究相关的教学计划、教案。
- 2、进行实证研究并收集与整理相关资料。

总结阶段：2016年3月—2016年7月主要工作：

- 1、研究报告和论文的撰写。
- 2、研究成果的推广与延伸。
- 3、结题的相关工作。

摘要：有效的体育课堂有助于学生运动技能的掌握、有助于学生身体素质的提高，有效的教学方法是高效课堂的保证，

提高学生的学习效果是本源。

关键词：自我控制 体育课堂 小学生

1. 自我控制能力的概述

自我控制 (self - control) 是自我意识的重要成分之一，是个体从幼稚、依赖走向成熟、独立的标志。自我控制对于个体成功地适应社会相当重要，它是—个人良好个性形成和发展的必要条件和基本保证。

21 世纪的今天，增强自我控制的能力，更是成了高素质人才的必备素质。自从蒲莱尔等学者开创儿童自我控制研究的先河后，自我控制的研究迅速成为国内外学者的研究热点，并取得了丰硕的理论和实证研究成果。

国内一些学者运用因素分析、问卷调查、评价与实验等研究方法对自我控制结构也进行了研究并提出了不同的理论模型。朱智(1991 年)依据控制对象的不同将自我控制分为对内在心理历程的控制和对外在行为方式的控制两个方面。程炳林和林清山经过研究认为自我控制包括行动导向、行动控制策略、情意反应和教师评定等四个维。王红姣、卢家楣认为中学生自我控制能力由情绪自控、行为自控和思维自控三个维度组成。杨丽珠和董光恒也对幼儿自我控制进行了研究，认为它由自觉性、坚持性、自制力和自我延迟满足四个维度组成，各维度间既相互联系又相互独立。随后杨丽珠又对小学儿童自我控制测评结构进行研究，结果认为小学生的自我控制结构包括自觉性、坚持性、自制力、自我延迟满足和自我管理等5个方面。本文立足于心理学、体育学、教育学的相关知识，结合杨丽珠的研究分析与实证研究。

2. 小学低段学生的身心特点

绝对信任和依赖教师

儿童心理发展的各个阶段,都以其基本主导活动的形成为标志。儿童自入学后便在教师的指导下开始从事有计划的、有目的的系统学习活动。从此,儿童就把依靠的对象由父母转向教师。低年级学生对教师有一种特殊的信任和依恋,把教师当作最可信赖的人,因此教师在学生生活中占有重要的地位。这个心理特征是儿童能自觉地、认真地接受教师教育、指导和要求的内在心理因素。

直接动机起主导作用

低年级小学生参加体育活动是以其对体育活动的直接兴趣为动力的,是为了兴趣和好玩而参加活动,并带有尝试性的特点。有兴趣、好玩就喜欢,并表现出不知疲劳、不知冷热、不计较胜负、易于得意忘形;而对于不感兴趣的,就不乐意参加。而表现最为明显的就是对运动量大、但是运动形式单一的运动项目的学习。

兴趣广泛但不稳定

低年级小学生天真好动,兴趣广泛,喜欢多种多样的体育活动,并特别喜欢同老师一起活动,但兴趣不稳定,容易转移,对呆板、单调的活动易于产生厌烦情绪。

注意力易于分散

低年级小学生的无意注意占优势,任何新奇有趣的外界刺激都可以引起他们注意的分散。但是,对于有兴趣的对象和活动,却可以较长时间地进行注意。通过训练,无意注意还可转化为有意注意。

3. 有效“线条”对小学低段学生自我控制能力的影响

随着体育教学场地标准化的推进,学校场地器材条件的改善,体育课上老师也不愿意用石灰化线了,但是在本人的课前思

考和教学反思中总会显现不同的线条。仔细观察学校的操场，会发现有很多的“线”，如跑道线、篮球场地线，有直线、曲线及线构成的图形；在课前画一条集合线提醒同学们做到快静齐，在游戏活动中画一条评价线提高课堂学习的效率。

有效“线条”对小学低段学生自觉性的影响

自觉性，表现为在无人监督的情况下，对禁止体验的认识和与看护人期望相一致的动机及相应的行为上。例如“老师要求学生保持安静，老师离开时他也能做到”。排队，是一年级学生在体育课中首先要学会的一样本领。不仅仅是体育课需要排队，出操、集会、用餐，到专用教室上课也需要学生“静、齐、快”地排队走路。操场上的跑道线，便是用来练习排队的好工具。四路纵队时，学生可统一站于跑道线的左侧，沿线而站，让队伍呈现出整齐划一的状态，让人感觉精神奕奕，英姿焕发。此时，再下口令命学生向右转后，便是体育课常规的四列横队，学生也正好列于跑道线的后面，队伍可依然保持整齐。一段时间的训练后学生就能自觉的排队。

有效“线条”对小学低段学生坚持性的影响

坚持性，表现为在某种困难情境中，为达到某一目的而坚持不懈地克服困难，并在此过程中表现出持续或持久的一种行为倾向。慢跑，是体育课中经常用到的热身方式，以往很多教师都会让学生绕操场跑两圈。但低年级学生喜欢吵吵闹闹，你追我赶，存在着很大的安全隐患。不管是学校的跑道上，还是篮球场上，都有很多的场地线。我们可以利用这些场地线来规范学生慢跑时的行为。如让学生沿着跑道线按组慢跑，不可离开线，不可超越他人，不可碰到他人，以此减少学生之间的碰撞，避免安全事故的发生。还可增加慢跑的趣味性，如篮球场地线有直线、弧线等，沿线而跑，线型至队形的变换，减少了慢跑的枯燥性，又发挥了慢跑的热身作用，更加呈现了跑的多样性，提高学生对跑的兴趣。学生坚持与兴趣

点有关，利用操场的上的线激发学生练习的兴趣。在立定跳远的学习中，学生跳几次大部分学生就不在参与到练习中，主要原因就是学生觉得练习枯燥乏味。针对学生的这一现象，在教学中教师采用设定不同远度的标志线激发学生的学习兴趣。在体育教学中，寻找学生体育参与的直接动机，利用辅助手段寻找最贴合实际的教学策略，让课堂更具有活力。

有效“线条”对小学低段学生自制力的影响

自制力，表现为通过抑制直接的、短期的欲望而控制冲动性的能力。主要体现在抵制诱惑、抑制冲动，抗拒环境干扰。课堂常规的重要辅助手段，小学低段的孩子自控能力弱，注意力分散，处于形象思维阶段，较容易接受具体的事物。各种队列，队形的变换，在孩子的意识里没有具体的概念，教师的语言指导达不到良好的效果。利用直线、曲线及由线组成的图形，教师的引导显得更加直观，可帮助学生快速准确地完成列队和队形的变换，形成具体概念。同时，良好的队列习惯是学生课堂好习惯的基础，也是低段教学管理中的重要内容，有利于学生教学内容学习。需要注意的是，“直线”显得整齐划一，可也较单一、枯燥，活泼的低段孩子会对此失去兴趣，表现出不乐意和、不愿服从。这需要教师的引导，如列举站得整齐像解放军叔叔，像一字排开的大雁等，尽可能赋予这单纯的形式更为生动的意义，督促学生坚持养成课堂好习惯。在小学的体育课堂教学中让孩子信任教师的基础就：教师是没有敌意、是愿意和孩子们一起玩耍的。在游戏的过程中建立基本的规则意识，让孩子们明白什么该做、什么不该做、什么样的动作容易导致不安全事故的发生。例如在“老狼、老狼几点了”的游戏中，教师运用篮球场的三分线为界，虚拟一个“家”，让孩子在线内找到安全感。

有效“线条”对小学低段学生自我延迟满足的影响

自我延迟满足，就是一种为了更有价值的长远结果而放弃即时满足的抉择取向，以及在等待中展示的自我控制能力。投

掷轻物是低段体育教学中的重要学习内容之一，为学生形成投掷的正确姿势，发展投掷的能力起到了重要的作用。而初学者，对投掷的出手角度还没有具体的概念，也没有完全正确的投掷姿势，造成投得过高或过低。为学生提供学习的辅助工作：“线”，这时的“线”不仅仅是单纯意义上的画在地上的“线”，利用两根标枪插于草地上，中间拉一根“线”或“绳”，是有一定高度的实物“线”。学生在练习投掷时，要投过一定高度的“线”，以此来纠正学生的出手角度问题。还可在投掷轻物的教学中，设计不同远度的目标线，根据学生的个体差异，制定不同的标准和目标，使每一个学生都有自己的目标和努力的方向。通过教学的设计，让学生在不断的学习中不断的自我满足，不断的创设目标再次自我目标的实现。

有效“线条”对小学低段学生自我管理的影响

综合词典、理论综述和本研究结果，认为自我管理是指自我意识对个体的日常行为、学习、活动、情绪等领域进行计划、监控及指导的过程，是儿童心理发展的高级整合协调能力，也是小学儿童自我控制能力区别于幼儿阶段的显著标志。在运用“线”组织学习时，要从学生的实际人数、场地情况、教学实践出发，以学生为根本。保证是有利于组织管理或教学的，有利于调动学生的学习积极性，帮助学生掌握动作技术的。良好的队列习惯、课堂秩序，有效的组织形式，教师正确的引导和教育，都能降低安全事故的发生，促进每一位学生的健康成长。利用线条控制学生的欲望，让学生能更好的自我管理，实现课堂的有效。

4. 结束语

不管是“线”还是其他有利于教学的手段，都是需要教师的不断思考和实践运用，才能被挖掘。教师在教学中要做个有心人，愿意学习、思考、探索，为教学寻求更多的方法和手段，促进教学和体现自身的价值。自我控制是自我意识发展

到一定阶段所具有的功能，是个体的一种内在能力。在体育课堂上合理的运用有效线条能够提高学生的自我控制能力。