

初中体育课堂趣味田径教学方法探讨

徐磊

(阿勒泰地区青河县初级中学 836299)

摘要:在体育课堂上如果仅仅为学生进行技术教学、动作技能教学,会影响学生的学习兴趣。学生在学习当中会受到情感因素的影响,因此教师采用趣味性强的教学手段,能够提升学生参与积极性,提高体育课堂教学效果。本文主要分析了趣味性田径教学方法的应用价值,并探讨了初中体育课堂趣味田径教学有效措施。

关键词:初中体育;趣味田径;教学方法

在初中体育课堂上教师提升体育教学活动的趣味性,可以信更多学生的参与积极性,帮助提升学生的身体素质水平,缓解初中学习压力,用更加健康的身体和充沛的精神面对学习和成长,促进学生全面发展。体育教师需要以学生为本,了解学生的学习规律和学习兴趣,采用学生喜闻乐见的方式带领学生参与田径教学活动中,满足初中阶段学生的年龄特点和学习需求,培养学生具备正确的体育观念,实现身心健康发展。

一、趣味教学对于初中体育田径教学的重要性

1.提升学生的身体素质水平

由于受到高考制度要求的影响,教师和学生都过于重视理论知识学习,无形中加大了学生的学习压力,学生不得不把每天的时间都安排来做习题、试卷,导致当前我国初中青少年学生身体素质非常差^[1]。学生普遍认为自己学习理论知识的时间都不够,更不会花费更多时间进行运动健身,因此体育课堂成为了学生唯一接触运动的机会。教师采用趣味性强的教学手段,能够激发学生对于运动项目的参与积极性,让学生主动参与到体育课堂中来,帮助提升身体素质水平,缓解学习压力。

2.强化心理素质

当前大部分初中阶段的学生生活都比较幽默,受到父母以及长辈的溺爱,自我意识比较强,缺少了对其他人的关心。学生更加重视自身的感受,忽视了其他人的付出,想要解决这些问题,需要针对学生加强团队意识培养,让学生能够适应集体生活,具备正确的思想观念。在体育课堂上开展趣味性田径教学活动,体育教师首先要了解每一位不同学生的性格特点和实际身体情况,制定出针对性的教学内容。例如教师在组织学生参与到田径跑步运动时,可以以小组或者是班级为单位开展比赛,在校园当中形成良性竞争环境,能够有效提升班级凝聚力,让学生充分感受到团结合作对于运动项目获取成功的重要性,培养学生具备基本的协作意识和团队意识,为学生顺利进入集体生活打下良好基础。

3.丰富课堂教学内容

传统的体育课堂上开展田径教学运动,教师首先为学生讲解田径运动的相关知识,让学生简单的进行跑步训练之后,学生就可以进行自我活动,教学内容比较单一乏味,导致一部分学生认为体育课就是自由活动课^[2]。组织趣味性较强的田径教学活动,能够让学生认识到体育课堂学习的乐趣,丰富课堂教学内容,锻炼学生的身体素质。趣味性强的教学活动还可以让学生快速掌握教师传授的基本技巧,通过参与比赛、游戏等活动,让体育知识学习更加多元化,满足不同学生的学习需求。例如教师在课堂上带领学生学习标枪运动相关知识点,首先把学生分成不同的学习小组,然后了解学生的基础运动能力,让学生能够实现合理的分配,基础较好的学生可以适当帮助小组内部基础较弱的学生,提升整个学习小组的整体运动水平,也能够在体育课堂上营造出紧迫感的学习氛围,激发学生学

习兴趣。在体育课堂上应用趣味田径教学法,学生能够改变传统的学习观念,主动参与到田径运动当中,丰富课堂教学内容,提升体育课堂教学效果。

二、初中体育课堂趣味田径教学活动开展措施

田径是初中体育课堂的重要一部分,能够帮助提升学生的身体素质和运动技能掌握水平。在体育田径运动教学当中,需要进行热身运动、技巧学习以及课后巩固训练等。教师需要思考如何在这三个教学阶段中贯彻落实趣味性教学。

1.组织体育运动兴趣学习小组

在体育课堂上学生们都有不同的体能水平和兴趣爱好,因此体育教师想要构建出趣味性较强的体育课堂,首先需要详细分析学生们的兴趣爱好,组建出体育学习兴趣小组,通过小组合作的方式引导更多的学生自主自发的参与到体育活动当中^[3]。热身运动是学生参与体育运动之前必须要进行的活动,通过热身活动来帮助活动学生身体的关节、筋骨,有效减少学生在运动过程中出现损伤的情况。在传统课堂上教师一般都是选择让学生做操或者是跑步,但是这种热身方式比较枯燥乏味。学习小组学习的好处就是能够确保同一个学习小组当中的学生拥有共同的兴趣和爱好,教师方便根据不同小组的兴趣针对性开展教学活动,有效提升课堂的学习积极性。教师在体育活动开展当中适当引入一些与体育活动相关的艺术性健身项目,可以加大对学生的吸引力,挖掘学生学习热情。例如可以把篮球运动和街舞结合在一起,让学生在运动过程中也能够满足自己的学习兴趣,充分调动其参与的热情,提升课堂教学质量。如果班级当中有的学生有艺术体操的学习基础,就是还可以让这一部分学生展示自己的才艺,让感兴趣的学生能够参与到艺术体操学习小组当中,同样能够起到锻炼身体素质、满足兴趣爱好的目标。

2.教学活动和游戏教学相结合

初中生的年龄还不够成熟,因此很容易受到趣味性强的游戏活动所影响,在体育课堂的教学工作开展中通过采用游戏教学法方式,可以有效地吸引更多学生参与到活动当中,提升整体教学质量^[4]。教师要结合本节课的教学内容科学合理的设计教学游戏,确保在不同的教学环节高中都可以贯穿多元化教学游戏,让学生通过全身心的游戏投入潜移默化的学习体育知识。例如在课堂教学一开始,体育教师需要带领全体学生进行热身活动。在传统的教学当中一般就是把学生进行集合,然后整体开展体操锻炼或者是跑步。但是这种单一的方式并不能吸引学生的学习兴趣,很多学生在运动过程中属于敷衍了事。因此体育教师决定创新教学模式,带领学生共同来参与踢毽子、跳皮筋等趣味性较强的游戏活动,学生们在游戏当中潜移默化地起到了热身的效果,提升了运动参与兴趣。在课堂教学中设计不同的教学游戏,可以让课堂既具有教学的教育性,同时也具备游戏的趣味性,引导学生深入理解运动知识点,营造出轻松愉快的课堂教学氛围。就是在体育课堂上还可以设计出具有竞

争性的比赛或者是竞赛,让学生相互之间进行良性的运动竞争,充分锻炼学生的身体素质。

3.优化教学情境创设

体育课堂具有明显的实践性特点,跟其他教学科目相比具有较大的区别性,首先体育课堂是户外活动课堂,并且要求学生始终处于运动当中,锻炼学生的大脑和身体的协调、平衡能力,是实现学生德智体美劳全面发展的重要科目,但是一部分体育教师受到了传统英式教学观念的影响,认为体育课程没有其他科目重要,不需要参与任何考试,因此教师自身对于体育教学提不起重视,影响了学生学习的投入力度^[9]。在技巧教学当中,学生学习和掌握运动技巧,这也是初中体育课堂的主要教学内容,教师在课堂上需要传授学生更多的体育技巧,通过教师动作示范、学生模仿的方式,但是这样的教学过程只是单纯的模仿和练习,比较枯燥乏味。教师在教学中需要首先创新教学观念和教学方法,认识到体育课堂教学的重要性,对学生身心素质发展家庭重视,结合初中生的成长特点创设出科学合理的教学情境,提升学生体育锻炼的积极性。

例如本节课教师需要带领学生学习山羊跳的运动,这个跳跃运动从理论知识方面来说动作要领比较简单,但是却总有一部分学生不敢尝试、屡屡失败。教师在教学中为了能够让学生顺利跨越这些障碍,可以为学生创设出教学情境。“这节课教师要带领大家配合红军的追击行动,快速有效的跨越这些障碍物,攻打敌人的堡垒!你们大家有没有信心完成任务!”学生们雄赳赳气昂昂的表示:“有信心!”在这样的教学情境中,学生们快速的克服了自己心里存在的障碍,勇敢的跳跃过一个又一个的山羊跳障碍物,成功掌握了运动技巧。

4.采用多媒体教学设备

多媒体教学设备目前在初中教学体系当中的应用十分常见,属于十分重要的、不可或缺的教学辅助工具,有效提升了课堂教学效率和教学质量^[9]。在初中体育课堂上应用多媒体教学模式,能够从多种感官针对学生的听觉、视觉进行刺激,挖掘学生的学习兴趣,吸引学生的注意力。在体育课堂上如果遇到一些难度比较大的动作,或者是受到器材和场地限制无法直接为学生进行展示的项目,可以使用多媒体教学设备为学生进行正确的示范,一部分运动项目重复性动作比较多,为了节约时间就是无法为学生进行一一的示范,因此学生可以通过观看教学视频掌握动作要领,有效满足教学目标,提升课堂教学效率。在体育教学中教师要善于把多媒体教学设备充分利用起来,通过视频的方式让学生学习不同动作的分解要领,通过视频不同角度的观看让学生对于知识学习更加明亮,快速掌握正确的动作技巧。教师还可以利用教学视频为学生播放体育明星的经典竞技动作,你跟学生们欣赏运动明星的精彩比赛瞬间,对于体育明星有更加客观的认知,把体育学习当成为自主爱好,培养学生具备终身锻炼意识,促进学生全面发展。

5.场地和器材的应用

有的学校受到了教学条件和教学场地的限制,影响了体育教学活动的开展。因此教师需要结合不同的场地和条件特点,针对性制定出不同的教学计划,满足教学任务要求,把现有的场地、器材充分应用起来^[9]。比如有的学校场地十分的宽阔,那么教师就把场地环境利用起来,组织学生在课堂上参与接力跑和障碍跑训练。也可以通过为学生设置栏杆,提升田径运动的趣味性。如果学校本身的场地并没有那么的广阔,在开展趣味性较强的田径教学活动时,就可以组织学生参与娱乐性较强的青蛙跳运动,既能够起到寓教于乐的效果,也能够帮助锻炼学生的身体素质。不管是何种的教学条件和场地,教师在实际的课堂教学中都不影响趣味性强的教学活动

的开展。教师有优化教学设计,通过提升教学趣味性让学生感受到体育运动学习的乐趣,而不是单一的认为体育运动是枯燥疲累的。趣味性强的教学活动还能够营造出轻松愉快的氛围,让学生能够在轻松的游戏当中锻炼身体、学习知识,这才是趣味教学活动开展的最最终目标。

6.利用趣味运动实现针对性训练

每一项趣味性体育活动都有自己的特点,就是需要把这些趣味项目活动的价值利用起来,针对学生开展分层次训练,帮助提升学生的体育素养^[9]。通过趣味性较强的游戏环节,可以激发学生的参与积极性,并让学生潜移默化地了解运动背后的核心内容和品质,提升学生思维能力。例如有的学生腿部力量需要锻炼,那么教师带领这部分学生参与立定跳远比赛、蛙跳接力等活动,提升训练效果。有的学生需要锻炼上肢,教师可以带领学生玩“推小车”、“推人出圈”等游戏,发展学生的上肢力量。如果需要训练学生身体的灵敏性,则带领学生玩扔沙包的游戏,能够整体提升学生的素质能力。在体育训练当中,能够有效地提升学生的意志力,帮助学生养成良好的运动习惯,但是课后的巩固练习和日常体育训练无法依靠教师的管控,需要强调学生的学习主体自觉性。学生们在自主训练当中需要不断克服身体的疲劳性和懒惰意识,提升内在的驱动力,这样才能够真正提升训练效果。趣味性的运动能够引导学生积极主动地参与到针对性训练当中,体会到艰苦训练的快乐,提升个人身体素质,实现学生身心健康成长。

结语:

相比传统田径教学模式来说,趣味性教学手段拥有十分独特的优势,促进了学生对于体育运动参与的积极性。传统课堂教师只是为学生单一的传授田径运动的相关知识点,让学生明白需要注意的运动事项。学生掌握了一定的技巧,并不代表在田径运动当中会有较好的表现。教师采用趣味性强的教学手段,更加重视学生的学习感受,满足学生的内心需求,让学生主动学习田径运动相关知识点,对于田径运动产生学习热情,对于体育课堂教学质量会产生积极影响。

参考文献:

- [1] 魏强.初中体育趣味田径教学[J].新作文:教研,2019(11):0077-0077.
- [2] 孟喜.初中体育趣味田径教学法的运用策略之我见[J].爱情婚姻家庭:教育科研,2021(6):0072-0072.
- [3] 陆金伟.初中体育趣味田径教学法的应用探讨[J].文体用品与科技,2019(10):100-101.
- [4] 杨爱春.浅析初中体育趣味田径教学策略[J].数码设计,2018,7(16):43-43.
- [5] 张晖.浅析初中体育趣味田径教学策略[J].天津教育,2020(2):10-11.
- [6] 周良.以学为中心视域下初中体育趣味田径教学策略[J].福建教育学院学报,2021,22(9):56-58.
- [7] 吴春雷.初中体育趣味田径教学探微[J].教育研究与评论:课堂观察,2021(6):92-93.
- [8] 许正平.初中体育趣味田径教学法的实践应用[J].名师在线,2019(6):60-61.