

素质拓展训练在初中体育教学中的引入

◆周共和

(湖南省新邵县寸石镇花桥学校)

摘要:将素质拓展训练融入到我国初中体育教学中是可以有效提高初中生的身体素质的,下面便介绍了现如今我国初中体育教学中素质拓展训练的现状是什么样的,并结合体育教育内容和教学方法等详细的论述了对初中生进行素质拓展的重要性,最后对在初中体育素质拓展训练中转变原有的教学思想,改变传统的教学模式等进行了阐述,以此来提高初中体育课程的教学质量。

关键词:初中体育;素质拓展训练;教学引入

引言:和传统体育课堂的教学方法不同,素质拓展训练具有较强的灵活性和创新性,因此学生在进行素质拓展训练的时候可以多加注意自己周边的人与事,在办理中团结友爱,这样可以为学生培养良好的品质。素质拓展训练是以初中体育课堂的良好的教学效果为教学目标的,将素质拓展训练和初中体育课堂相结合,可以提升课堂的教学质量,充分让学生参与到课堂中来,进而可以为学生塑造正确的人生观、价值观和世界观,促进学生的全方面发展。

一、素质拓展训练在初中体育教学中引入的重要性

(一)在初中体育教学中引入素质拓展训练有利于提高初中生的综合素质能力

传统的初中体育课堂上,老师重视的是对学生的身体素质进行提高,对于学生综合素质的培养并没有很重视。因此,将素质拓展训练融入到初中体育课堂上是很重要的。这样做不仅可以锻炼学生的身体,保持一个健康的体魄,而且还可以促进学生的身心健康发展。大部分的初中生,因为家庭、周围环境或者自身性格的原因,在心理上存在一定的焦虑、自卑等困难,这些心理因素的形成对于学生今后的发展是不利的。所以,在初中体育课堂上通过对初中生进行素质拓展训练可以帮助学生重新树立信心,摆脱自身性格的缺陷,逐步形成健康、积极向上的生活态度。

(二)在初中体育素质拓展训练课程上丰富课程资源

初中体育教学现如今大多数使用的还是传统的教学方法,如果想让初中体育课堂中引入素质拓展训练,就要将课堂还给学生,让学生在课堂上发挥其主观能动性进行体育运动,并保持持续的热情。因此,初中体育老师应该对传统课堂教学方法“取其精华、去其糟粕”,对初中素质拓展训练中的教学资源进行更新,不断进行完善,使初中体育课堂更加受学生欢迎。

(三)在初中体育课程素质拓展训练课程中培养学生的团队合作意识

初中体育课堂上的大部分体育项目,大多都是需要团体进行合作竞争的,因此可以出培养学生的团队合作的意识和能力。一些初中生由于受周围环境或者自身性格特点的影响,害怕和别人进行交流、合作,没有很强的社交能力,在传统体育教学中往往忽略了这一点,没有去解决这个问题。但是在初中体育教学中进行素质拓展训练中,老师可以专门设置一些需要团队合作的训练课程。例如,专门设置一门课是篮球竞赛课,让男同学进行竞赛,女生可以充当拉拉队,这样做不仅可以不仅学生心理上的健康发展,而且还可以培养学生的团队合作意识和能力,从而促进学生社交能力的提升。

二、在初中体育课堂上引入素质拓展训练的有效策略

(一)老师在课堂上选择对学生发展有益的素质拓展项目

初中体育老师在选择课堂进行训练的项目的时候,可以根据学生本身所具有的特点,开发出更多适合素质拓展的项目,要充分利用学校的体育教学器材和网络上的教学资源,积极去接受新的教学方法,让学生在体育课进行素质拓展训练的时候能够拥有更多的选择。

例如,在集体运动项目的训练时,老师可以引入遇到七的倍数跳过、爱的抱抱等游戏,在培养学生团队协作能力的同时还可以加强学生的沟通交流的能力的时候,老师可以引入拔河、撕名牌、夹背球等素质拓展的项目,这可以有效促进初中体育教学的

进步。

(二)在体育课堂上要丰富素质拓展训练的方法

在初中体育课堂上引入素质拓展训练,不能够直接进行引入,但是要找出两者的共同点之后进行融合,这样可以使学生更容易接受。初中体育老师要积极的去接收先进的素质拓展训练的理念,然后在传统的体育教学模式上进行相应的调整,进而可以将素质拓展训练和体育教学完美的融合在一起。在素质拓展训练和初中体育课堂融合在一起的时候,体育老师应该结合学校的教学环境和教学目标进行相应的改动,可以设置有效的教学情境将素质拓展训练引入到实际教学中。

例如,在体育课堂上引入信任背摔的训练,这和传统的体育课有所不同的是引起了更多的训练项目,更容易吸引学生的注意力,并且,信任背摔是一个班级合作的素质拓展训练项目,可以使班级的氛围更加活跃,增加了班级的凝聚力,使初中体育课堂的面貌焕然一新。

(三)做好素质拓展训练的安全管理工作

在素质拓展训练的过程中如果不注意的话很容易发生安全事故,导致学生的身体受到伤害。这是因为素质拓展训练项目对参与者的身体素质有着比较高的要求,他针对人的心智进行锻炼,使人的生理以及心理的承受力能够得到提高,从而综合素质得到提高,因此,初中体育教师在引进素质拓展训练时应充分考虑到这一点,提高自身的专业素质和技术水平,向学生普及及必要的注意事项,使素质拓展训练能够安全的进行,不断完善,从而使组织更加严密,管理更加专业,在训练的过程中,对学生的身体状况进行实时的观察,避免发生危险事件。

结束语:综上所述,在初中体育教学中引入素质拓展训练,对调动学生的学习热情、提高学生的综合素质能力有非常重要的意义。

参考文献:

- [1]刘伟.初中体育教学中素质拓展训练的应用[J].当代体育科技,2018,8(09):99+101.
- [2]徐晓梅.拓展训练引入初中体育教学的实践与思考[J].当代体育科技,2017,7(10):41-42.
- [3]蒋学进.初中体育实施素质拓展的可行性研究[J].当代体育科技,2013,3(14):62+64.

