

定向运动在体育教学中开展的意义及策略

李波

贵州医科大学 贵州 安新区 550025

摘要:随着教学改革的逐渐推行,体育教学也顺应时代的变化逐渐改变,将体育教学应有的价值充分发挥出来。定向运动是一种教学改革成果,也是高效的教学策略,能够吸引学生的参与热情,提高教师的教学效率。

关键词:定向运动;体育教学;体育锻炼;教学改革

一、前言

定向运动是体育运动的一种,在体育领域中有重要作用,能够进一步提升体育运动的趣味性和实用性,对于发展中的学生而言,具有良好的促进作用。但是在实际应用中,由于受到很多方面因素的影响,定向运动在体育教学中应用效果不是特别好,与其他国家相比稍有逊色。为了确保教学效率,还需要以教学观念和教学方法改革的角度采取相应的措施,实现提升体育教学效率的目的。

二、定向运动的概述及教学意义

(一)概述

定向运动就是采用地形图和专业的指南针,将运动员所要到达的地点标注好,运动员运用自己的智慧,设计最佳的运动路线,在一定的时间内到达目的地,以实现锻炼的目的,这种运动形式就是定向运动。将这种运动方式运用在体育教学中,通过学生合作等方式,最终完成目标运动量,不能能够有效提升学生的运动量,还能促进学生团队协作能力,提升体育实践能力,促进学生全方面发展。

(二)意义

在体育教学中,教师通常都是将体能和技能作为体育锻炼的主要目的,学生的锻炼积极性和效果都不是很理想,很多学生和教师都比较担心由于锻炼而影响学习的精力,不利于学生学习文化课,就会对体育课的锻炼强度和难度提出一定的要求,导致很多学校的体育课成了自由活动课,大部分学生参与到运动的积极性不高,影响体育教学的实际目的。定向运动在高中体育教学中是一种新的教学形式,能够在一定程度上提升学生的积极性,改变传统的体育教学,引导学生以学校整体为单位,能够在复杂的环境中完成训练的任务和目的,体育教师需要深入分析学校的地形图,并将其结合在定向运动中,让学生既能完成体育锻炼的目的,又能拓展思维,提升学生的体育锻炼意识。

三、体育教学开展定向运动的原则

定向运动能够将当前的体育教学变成有目的性和条理性的教学活动,对于提升体育教学质量有一定帮助作用,体育教师在体育教学中运用定向运动需要遵循以下原则:

(一)目的性原则

目前的体育教学随着教学改革的不断深入,逐渐将重点转移到培养学生的各种体育技能方面,而定向运动具备较强的目的性和独立性。体育教师采用定向运动可以将地点选择

在户外,让学生利用自己掌握的技能进行独立运动并完成运动目标。

(二)安全性原则

作为以提升学生运动技能的学科,在外界环境的作用下,学生需要通过使用指南针及地图的辅助才能根据提示进行运动。在这样的运动过程中,需要学生严格按照相应的要求和指示运动和操作,体育教师也可以在必要的时候陪同锻炼,确保学生的运动安全。

(三)可行性原则

定向运动在具体的实行过程中,对场地和运动器材设施的要求不是特别严格,一些简单的物质基础就能开展体育运动,如操场、公园等,这些基础设施都是容易获得的,因此教师需要重视定向运动的可行性原则。

(四)趣味性原则

定向运动能够促进师生之间的沟通,脱离传统的体育教学课堂,在一个开放式的空间中,学生更加容易根据自己的喜好进行运动。以学生自身主观意识出发,为学生发挥自身优势提供较大的空间,这样能够有效提升学生的兴趣,并且改善学生心中的体育运动意识。

四、开展定向运动的策略

(一)提高教师素质,结合教材制定教学策略

教师的专业水平程度是能够教学质量的重要因素,要想将定向运动与体育教学结合在一起,教师自身就需要对该项运动模式进行深入剖析,确保有足够的认识后,才能有效开展定向运动的教学。学校应该加强对体育教师的培训工作,并组织教师参加定向运动,让教师能够切身感受定向运动的内涵,促进教师对定向运动的认知。体育教学中包含了很多的体育项目,其中也会有体育项目不适合采用定向运动的教学方式,因此教师需要基于对定向运动的认识和对体育训练项目分析,从体育教育中晒出适合定向运动的体育项目,并采取针对性措施进行体育教学,这样能够在一定程度上提升定向运动的开展。在定向运动中,各个训练环节之间互连接,体育教师要制定合理的教学策略,将以往教学的体育项目与之结合,适当提升定向运动的难度,让学生能够积极思考并参与完成运动环节,提高学生的思维拓展能力。

(二)强化体育教学改革,制定运动教学体系

在新课程标准提出后,学校体育教学已经逐渐转型。传统观念的体育教学已经与现代体育教学完全不符,因此加强

教学改革的意义非常重大。目前提出的体育教学范围与模式与传统相比较为广泛, 教学内容也逐渐丰富, 在这样的背景下, 能够有效提升定向运动的可行性, 确保体育的教学效果。如在野外进行定向运动时, 教师可以适当组织一些寻宝、素质拓展等趣味性较高的活动, 吸引学生的参与性, 让学生的综合能力在活动中获得提升。教育在不断改革, 定向运动训练和其他学科知识的整合力度也不断加大, 推进教学模式的多元化和可执行化, 在帮助学生释放学习压力的同时, 也能有效提升学生的锻炼意识和运动技能。

此外加强定向运动教学体系也是促进定向运动在体育教学顺利开展的重要途径, 除了教师要传授野外生存和必要的饮食卫生知识等理论外, 还需要优化教学成果, 通过提升逃生和体能训练, 全方位地提升学生的综合素质, 发挥定向运动的作用。教师在教学中还需要适当运动信息化技能和手段, 将多媒体等辅助教学设备充分运用在定向运动中, 播放优秀的视频, 让学生能够了解和掌握定向运动的形式和技能。在开展实际训练之前, 教师可以鼓励学生互相之间交流和讨论, 分享经验, 提高训练的实用性, 让学生的心态和思维逐渐转换成适合的模式, 在确保学生具备一定的必备基础后, 教师可以结合教学目标适当开展定向运动实践, 并鼓励学生以坚定的意识完成训练项目。在对学生完成任务的评价中, 教师可以适当改变传统的评价方式, 提出多种新型的评价, 让学生能够在评价结果中感知自己的缺点和不足, 进而有利于在未来的体育锻炼中采取针对性锻炼。

(三) 配置相应的设施, 丰富器材的种类

定向运动所需的器材虽然是简单的, 但是也要有一定的基础和种类, 目前常见的运动器材包含: 指南针、计时器、

打卡器、定位仪等, 除此之外, 还需要准备一些安全防护设备及救护器材, 如担架、氧气瓶等。对于学校来说, 要想顺利地展开定向运动教学, 就必须落实以上器材的购置工作, 通过完善的基础设备和运动器材, 帮助学生顺利完成运动目标, 并为学生的定向运动提供必要基础。此外学校还需要对现有的运动器材进行优化, 使其能够符合定向运动的需求, 激发学生良好的参与性。如教师设计好专业的定向运动地图, 测量实际运动路线的长度, 做好细致化的描绘工作, 采用特定的符号对路线中包含的树、建筑等标志性内容表示出来, 让学生能够通过地图清晰地了解位置。对场地问题, 校方可以直接和周围的学校相互联合, 共享场地资源, 确保学生拥有有效的运动场地。

五、结语

定向运动在体育教学中应用效果较好, 不仅能够帮助学生进行有效的锻炼, 还能促进学生养成良好的体育锻炼意识, 提升综合水平。教师在应用定向运动进行教学时, 需要重视改革教学策略, 制定完善的教学体系, 向学生传授必备的基础知识, 并且要配置完善的运动设备, 才能确保定向运动的顺利开展。

参考文献

- [1] 王尧明. 高中体育教学中开展定向运动的探索与实践[J]. 学周刊, 2019, 401(17): 101-102.
- [2] 马健勋, 汤铎. 高校体育教学中开展定向运动的价值及实践分析[J]. 中国校外教育(理论), 2020, 000(002): 10, 25.

(上接第19页) 集体中间, 个别学生和群体的创新能力都有可能得到充分的开发。在音乐教学中要让学生有足够的自学时间, 享有广阔的联想空间, 一起配合, 不受老师“先入为主”的观念限制, 让他们一起不时地迸发出新的火花。

总之, 面对社会主义的接班人, 音乐教育工作者必须充分认识自己的作用, 在开拓、培养创新人才的同时, 选择良好的教学方法, 在具体的教育中实施。突出以音乐审美为核心, 以兴趣爱好为动力, 大力开发学生的想象力、创造力及

参与合作的能力, 使音乐教学变得轻松愉快, 为祖国培养出更多优秀的, 可以为现代化事业作出贡献的创新人才。

参考文献:

- [1] 刘佳. 浅谈在音乐教学中培养学生的创新能力[J]. 艺术教育, 2011(01): 53-53.
- [2] 陈岱媛. 浅谈如何在音乐教学中培养学生的创新能力[J]. 吉林教育, 2008, 000(005): 67.