

动中的注意事项和比赛规则。在这个基础上,组织学生展开篮球比赛。在学生比赛过程中,教师应密切关注每一个学生的运动情况并及时记录下学生存在的问题。待学生结束比赛后,教师再指导学生有针对性地纠正和完善。这样的训练方式不仅可以帮助学生巩固体育运动技巧,还能让学生的情感在比赛过程中得到充分释放,使学生感受到篮球运动真正的魅力,从而激发学生的运动兴趣,为学生终身体育能力的培养打好牢固的基础。

### 三、优化并丰富教育内容,满足学生随时随地体育训练需求

初中体育教学内容主要是篮球、足球等球类项目,还有跳高、跳远、跑步等田径项目。这些体育项目很难满足学生随时随地训练的需求,对环境、设施、场所等有着较高的要求<sup>[3]</sup>。如很多学生课后想打篮球,但是周边没有篮球场,或者课后想跑步,但是遇到下雨下雪等天气,训练难以进行。在以培养学生终身体育能力为导向的体育课堂上,教师要针对教育内容进行丰富和优化,引入一些能够满足学生随时随地锻炼需求的体育项目。例如,教师可以引进传统体育项目,如跳绳、太极拳、武术、踢毽子等,这些体育项目对运动条件的要求比较低,无论是室外室内、雨天晴天,学生随时随地都能运动。这样,学生在课后的时候就能随时随地练习,这对学生终身运动能力的培养起到积极的促进作用。除此之外,在讲解运动知识和

技巧的同时,教师还要给学生讲述运动过程中经常出现运动损伤以及预防措施,以此帮助学生养成良好的运动习惯,使学生掌握规范的动作,这可以为学生终身体育能力和意识的形成打好坚实的基础。

### 结论

综上所述,学校体育教育是培养学生终身体育能力的重要场所和路径。在实际教学中,教师要重视学生终身体育能力和意识的培养,让学生不仅熟练掌握每一个体育项目的运动技巧,还要养成自主锻炼的良好习惯,从而实现更高的体育教学水平。一方面,这可以为学生身心健康发展以及终身发展奠定基础。另一方面,这可以推动学校体育教育事业长远发展。

### 参考文献

- [1]王新增,胡发林.西藏初中学生终身体育能力现状调查与探究[J].基础教育论坛,2019(11):15-19.
- [2]宫彦春.论初中体育教学培养学生终身体育意识的措施[J].课程教育研究,2016(09):231-232.
- [3]张慧珍.整合教育资源 培养学生终身体育能力[J].黑河教育,2012(04):40.

## 以趣味田径教学法构建初中体育教学

徐兆彬

(山东省泰安市宁阳县第二实验中学 山东 泰安 271400)

**[摘要]** 聚焦于初中阶段教学开展实际,体育学科由于在升学考核成绩评定内所占比重较小而被初中师生长期所忽视。体育学科的设立初衷在于通过课程开展,实现对于学生身体机能的增强,进而为学生树立健康的运动意识,但在实际教学开展过程中,体育课程往往难以达到有效教学深度,开展环节也逐步流于表面。趣味田径教学模式的引入则能够促使师生转变观念,实现初中阶段体育教学成效提升,进而由表及里完成学生的综合素质全面培育。基于此,本文简要分析了初中阶段体育的教学开展缺陷与趣味田径教学模式的应用优势,并针对其具体的实践举措进行了深入探究,以期推动其实现教学进步。

**[关键词]** 体育课程;初中阶段;趣味田径;教学模式

针对我国初中阶段体育学科教学开展实际情况展开分析,其由于受到不同类型的教学条件限制与刻板传统的教学方式束缚,逐步因受关注度缺失而成了弱势学科,与此同时,其在中考选拔制度内较低的分占比也是初中师生造成忽视的关键因素。此类现象直接导致了体育课程开展成效的缺失,甚至在部分地区,体育课程课时安排都因被其他主流科目占据而难以得到保证,造成了其不能够有力实现促进学生身心健康教育目标的现象产生。由此可知,体育教师积极转变自身观念,引导学生共同提升对于体育学科的重视程度,并通过教学手段的优化实现对于初中体育教学科学课程体系的构建尤为必要。

### 1. 初中阶段体育教学开展缺陷

#### 1.1 训练方法枯燥粗暴

由于受到多项客观因素影响,初中体育课程安排无法得到充分保障,教学大纲也因此难以得到圆满实现,存在相当部分的体育课程开展更是枯燥粗暴,仅为自由活动或单独项目的重复开展,缺乏科学的理论指导和规范的动作讲授,导致体育课程开展意义缺失。

#### 1.2 学生学习兴趣不足

因社会持续发展和人民生活水平提升,当代初中生较以往具备了更为宽阔的体育视野和更为丰富的生活体验,其不仅具有较高层次的体育运动体验经验,也达成了更高水平身体素养的训练效果。所以,普通类目的体育运动及教学开展已经难以激发其体育运动兴趣。

#### 1.3 教师缺乏科学理念

科学体育课程的开展既要兼顾学生适当的锻炼强度,又要注重学生的运动技巧学习。但在初中体育课程的显示教学阶段,教师往往会由于自身观念没有依据社会人才需求变化进行及时转变,以及教学能力局限不能够完成对于体育课程运动量的合理分配。

### 2. 趣味田径教学模式应用优势

#### 2.1 打破了场地和器材局限

趣味田径作为二十一世纪所提出的较新理念,在体育课程教学开展过程中有着相对的先进性,其主要包含了跑,投,跳三方面运动理论,通过趣味因素在教学课堂内的引入和融合,促使田径运动开展过程更具乐趣。趣味田径对于教学硬件场地要求较低,对于教学设施较差的初中院校来说极为友好。

#### 2.2 提升了学生的学习兴趣

通过体育课程教学开展阶段大量趣味因素的融合,课堂内一切的教学环节都可以被赋予新的趣味意义,即便是最简单的跳远与跑步也能够通过多样化开展形式的应用,变得妙趣横生,进而激发学生对于体育知识的探究兴趣,满足学生对于运动锻炼的开展需求。

#### 2.3 树立了师生正确的观念

尽管趣味田径具有趣味性的鲜明特征,但其田径运动的本质仍决定了其竞技性和技巧性的具备。教师可以通过组织学生开展趣味田径运动,从而促进学生团队协作意识的萌发,竞技体育意识的培育以及健康运动观念的树立,使学生通过多样化的田径运动形式,感受运动乐趣,体会竞技精神。

### 3. 趣味田径教学模式实践举措

#### 3.1 体育活动准备阶段

分析传统体育课堂的课前准备阶段可知,学生主要通过慢跑以及做操等形式进

行热身,学生在长期反复采取单一的热身形式后,往往会产生厌倦抵触心理,进而影响课前准备活动开展质量,给体育课课堂上大量的锻炼活动开展和动作教学进行埋下隐患。教师在课堂准备阶段应用趣味田径教学法,能够很好的解决这一问题,其可以通过趣味性的教学游戏代替传统课堂热身方式,如蛇形跑,听数抱团,拉网捕鱼等趣味跑累活动的开展,推动课堂融洽活跃教学氛围的营造与转变,促使学生集中注意完成接下来的课堂环节学习。

#### 3.2 教学课堂进行阶段

在课堂时期开展过程中融入趣味性教学活动,有助于保持课堂积极浓烈的学习氛围,推动教师的体育教学手段变得丰富多样,进而有效激发学生的学习热情,使学生体育锻炼和动作学习过程中更具积极性,最终实现体育动作及技能的强化目标,增强学生对于体育运动技巧的掌握水平。例如在教师进行跳远教学阶段,传统课堂的教学形式往往为教师首先示范,学生自主学习,此类教学模式极易导致跳远水平较差或运动兴趣不高的学生难以得到有效的能力提升,拖累良好课堂效果的达成,而趣味教学模式的施行,则可以推动教师通过跳远接力,跳远升级等趣味性比赛的开展,实现学生跳远运动兴趣得到激发,帮助学生跳远动作技能得到强化,推动课堂教学目标高效达成。

#### 3.3 素质练习开展阶段

立足于初中生所处年龄特征及素养培育实际,在初中体育课程教学开展过程中,教师通过体育练习实现对于学生身体素养的增强比引导学生更为熟练的掌握体育动作技能更为关键。单据教育教学实际,体育教师针对学生身体素养的训练安排普遍存在着动作数量达标却动作乏味的缺陷。因此,相关体育教师必须通过趣味性体育活动的开展,如折返跑比赛,跳远比赛等趣味活动的开展,使学生在快乐运动的同时锻炼自身的腿部力量,最终有效达成促使学生身体机能健康发展和体育素质全面提升的培育宗旨。

综上所述,体育教师通过针对初中体育教学缺陷和趣味田径开展优势进行详细分析,并以此为依据指导趣味田径教学模式实现有效开展,能够有力推动传统刻板的体育课堂摆脱死气沉沉且缺乏规划的困境,提升学生课程学习的趣味性,增强课堂训练开展的实效性。趣味田径教学模式的深入施行,可以帮助学生确立良好的运动观念,了解不同类型的运动规则,实现审美情趣与欣赏水平的提升,与此同时,趣味田径教学模式不拘泥于场地局限的优势也为其实现广泛推广与深入普及创造了有利的前提条件。教师唯有持续提升备课质量,采取科学正确观念指导教学开展,才能够实现趣味田径在初中体育教学中的顺利植入。

### 参考文献

- [1]辛兴.趣味田径运用在田径教学中存在的问题及对策[J].田径,2020(05):78-79.
- [2]张春蕾.趣味田径教学法在中学体育教学中运用的研究[J].田径,2020(01):18-19.
- [3]张军.以趣味田径教学法构建初中体育教学探索[J].学周刊,2019(22):153.
- [4]练金强.以趣味田径教学法构建初中体育教学[J].科学咨询(教育科研),2018(04):93.
- [5]施卫星.以趣味田径教学法构建初中体育教学[J].田径,2016(09):12-13.