

初中田径课堂如何培育学生终身体育意识

朱飞

江苏省扬州市江都区大桥镇中学 225211

【摘要】随着近些年我国教学政策的不断改革,初中体育教学工作也逐渐受到社会各界的高度关注,教育部门也要求教师要在实际的教学过程中,重点培育初中学生的终身体育意识,终身体育意识的养成能够有效的帮助初中学生掌握体育技巧与知识,同时也能够引导初中学生循序渐进的养成运动锻炼习惯,为其健康成长奠定坚实基础,而对于初中体育而言,田径课堂提升和培育学生终身体育意识和观念的关键教学形式,也是目前初中阶段主流的体育教学方式。基于此,本文就初中田径课堂如何培育学生终身体育意识展开分析,希望能为相关研究提供积极参考建议。

【关键词】初中体育;终身体育意识;田径教学;初中学生;策略研究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.03.406

引言

田径教学是现阶段我国初中体育教学的重要组成部分,同时也是培育我国初中学生终身体育意识的重要路径,因此作为初中体育教师,就要提升对于田径课堂的重视,对初中学生在田径课堂学习过程中存在的一系列问题进行分析,找寻合理的教学方式,对学生进行终身体育意识的培育,凸显学生在田径课堂中的主体位置,激发初中学生的体育运动参与积极性,这样才能符合当今时代我国社会发展对于初中体育教学的需求。

一、初中田径课堂培育学生终身体育意识的重要性

(一) 学生体质健康持续提升的重要保证

“终身体育意识”在一定程度上也可以理解为是运动参与的深入,表现特征为一种持续性的运动,学生在体育锻炼中,也在综合组织、基本体能以及身体形态方面形成一个良好的学习目标。这对于初中阶段的学生而言,至关重要,其能为学生养成持续性的体育运动习惯奠定较好的基础作用,同时也能改善学生的综合免疫力,增强运动技能,为日后的学习生活打下坚实的基础^[1]。

(二) 有助于学生形成健康的生活方式

“终身体育意识”从字面意思中能够看出,指的就是学生能够在任何时间以及空间内保持良好的运动素养,在体育运动习惯的驱使下进行身体锻炼,这样能够有效的舒缓学生的身心。在这个过程中,初中学生就会潜移默化的养成健康积极的生活方式,在实际生活中也会严格遵守健康的生活观念,告别熬夜通宵以及其他方面的不良作息习惯,为学生全方位成长奠定良好基础。

二、现阶段我国初中田径教学当中存在的突出问题

首先就是教学目标不明确的问题,通过对现阶段我国初中田径教学实际情况分析,发现导致初中田径教学效果难以达到预期目标的最基本影响因素是教师所制定的教学目标不够明确。初中院校的田径教学具有明确的目的性,就是为了对初中学生的体育素养以及终身体育意识进行有效培育。为实现这一目标,教师在制定教学目标时,就要重点锻炼初中学生的身体素质。虽然很多院校所制定的体育教学目标符合国家制定的体育教育要求,但未能体现出初中田径的教育特

点,所制定的教学目标与实际需求不相符。

其次,当前阶段我国初中田径教学模式较为落后,如果不对原有的初中田径教学理念与教学策略进行创新整改,就会在一定程度上阻碍初中田径教学质量的提升,致使田径教学工作难以高效落实,尤其在初中田径教学工作实践中,传统的教学“传授式”教学模式显然难以适应当前社会对人才的需求。这种死板教条的教学方式,不但无法从根源上提升学生的运动热情,还会进一步降低学生的学习积极性,不利于体育项目在课堂教学环节的深化和落实,田径运动教学的目标将使其原本的意义。而若能通过建立以学生为主体意识的教学方式,则可以更好的发挥田径教学的优势作用,进一步提升教学质量^[2]。

三、初中田径课堂培育学生终身体育意识的策略研究

(一) 导入课堂情境,激发学生对终身体育意识的养成兴趣

在初中阶段学生思想意识形成的规律中能够看出,学生对某一思想形成的认知,决定了该思想对于学生的影响质量。但是实际上,思想认知能否有效形成取决于学生的兴趣,如果学生没有对这一思想认知产生兴趣,那么就无法促进学生形成这一思想认知,终身体育意识也是如此。因此,初中体育教师在田径课堂教学过程中,要重点激发初中学生对于田径课堂的参与积极性,通过兴趣的引导使学生深入初中田径课堂,并循序渐进的引导学生去感受终身体育意识的重要性,这样才能够有效的保证初中学生终身体育意识的有效养成。而根据相关调查结果显示,激发初中学生学习兴趣的最佳途径,就是课堂情境的导入。

例如,教师在进行《接力跑》单元的教学中,课程开展之前,初中体育教师要提升对于过渡工作的重视,以此保证田径课堂教学的实效性发展。同时为了吸引初中学生的注意力,初中体育教师可以选用提问式的手段,选择一个对初中学生来说具有思考价值的问题,提升学生对体育学习兴趣。比如:“同学们了解过国际田联钻石联赛吗?”这时学生就会异口同声的说看过。随后,教师要向学生阐述接力运动是一项对体能要求和心理素质要求很高的运动,此时若接力运动元不能在平时的练习中,加强体能和心理素质方面

的建设,将很难赢得比赛,因此,作为一名合格的接力运动员必须要长期进行体能的运动工作,使其能够在短时间内调整体能并在接力比赛中及时实现短时间的提速。其次,教师可以营造教学情景,让学生分为两支队伍,对抗接力比赛,使学生在这样的运动情景中,了解自身在体能素质的优势和劣势,教学生如何在平时的日常生活中,增强自身的体能建设,促进身体综合素质的提升,这对学生养成终身体育意识起到关键性的作用^[3]。

(二)开展趣味田径,激发学生终身体育意识的养成兴趣

首先,对于初中阶段的田径教学而言,没有太多的场地要求,可以一直选用学生体育课常用的体育场。而如何在体育场内发挥田径教学的作用最大化,也成为了初中体育教师最值得思考的问题。对此就需要初中体育教师充分利用有效的场地资源,在体育场内部的不同区域开展不同的体育教学活动。例如在体育场中的沙坑位置,可以加以改造,组织学生开展“趣味跳远”活动;在体育场中的跑道位置,教师可以组织学生进行趣味接力比赛,这样不仅达到了锻炼学生的目标,同时也在一定程度上培养了初中学生的合作意识。通过这种方式来保证学生每天都能够在充满趣味意义的范围内快乐运动,进而保证学生每天的运动量,这样也能够循序渐进的使得初中学生养成良好的终身体育意识^[4]。

其次,初中体育教师要重点利用各式各样的体育器材,在实际的体育教学过程中,体育教师要使学生明确不同体育器材的用途,同时还可以根据这些体育器材让学生自行选择最喜欢的,并将选择同一体育器材的学生作为一个小组,在小组内部开展对应的比赛,这样能够有效的激发学生的胜负欲,就会更加认真的对待器材运动。通过这种方式来激发初中学生对于体育器材的使用兴趣,进而为学生体育终身意识的养成打下坚实基础。

最后,新体育课程标准中明确提出:对于初中阶段的学生,应注重其身心全面发展,二者缺一不可。这也就意味着在体育教学过程中,不仅要锻炼学生的身体,还要锻炼学生的心灵。想要达到这一目标,就要激发学生对于田径运动的参与兴趣,并在田径教学过程中积极加入游戏元素,用于吸引学生的注意力。拿短跑来举例,教师可以在短跑的基础上提升难度,让学生每跑100米就单脚跳10米,失败就要重来,让班级学生进行比赛。这样一来不仅能够激发初中阶段学生的胜负欲望,同时也能够锻炼学生在面临失败时能够重头再来的勇气。通过这种方式来达到趣味田径体育教学促进学生身心共同发展的实际目标^[5]。

(三)要有科学的总结与评价作为支撑

田径教学接近尾声环节后,需要做好教学的总结和评价,这是教学过程中不可或缺的一部分内容,其原因此阶段能够真正检验学生课上的吸收情况,同时也能针对学生在哪一个环节上存在不足,制定相应的课后复习以及巩固方案。

这对于教师帮助学生养成终身学习观念起到至关重要的作业,以此能够进一步使学生建立对体育运动的科学认知。在总结和评价中,教师需要通过“双主体”的方式建立总结和评价暗杆,以此作为评价工作展开的基础依据。例如,针对《耐久跑》单位的教学中,在进入到尾声阶段时,教师应重点从三个放,开展教学活动“首先,先带领学生说出:“跑的节奏”、“口鼻呼吸方法”、“跑动姿势”是什么,其次,教师要结合学生所答内容进行修正补充,并进一步强化在运动过程中应该注意的事项,再次,帮助学生掌握“耐久跑”的要领,通过运动内容的分解,对每个动作进行标准化练习,进而提升学生的跑步运动能力。再其次,教师可根据学生所展现出来的动作形式进行动作点评,在此环节的评价中,不单单要注意评价的客观性,同时也要注意评价语言的运用,避免过多的负面评价伤害学生的自信心,而是应该运用鼓励的语言,强化学生的运动积极性。最后,布置课下作业,使学生能够在课后进行知识点巩固,这在无形之中,也能帮助学生化解课堂上未能消耗和吸收掉的知识点,使学生树立强大的学习自信心。持此之外,教师还需要鼓励学生针对课堂上内容进行客观评价,勇敢说出自己的意见,使学生更好的参与到课堂的建设中来,这对体现教学评价“双主体”的设计目标起到关键性的作用^[6]。

结语

综上所述,在初中田径课堂教学过程中重点培育学生的终身体育意识,无论是就增强初中学生身体素质方面而言,还是就引导初中学生养成良好的运动习惯方面而言,或是就助力我国初中体育教学质量的不断提升方面而言,都具有重要的价值意义。因此,作为初中体育教育工作者,就要积极利用田径课堂,培育学生的终身体育意识,转变原有的体育田径教学理念,将学生放置于课堂主体位置,设计合理的教学活动,进而为初中学生体育综合素养的培育奠定坚实基础。

参考文献

- [1]李坤.浅谈如何提高初中体育教学质量[J].当代体育科技,2019,9(19):135-136.
- [2]朱锋.阳光体育背景下如何进行高效率的初中体育教学[J].当代体育科技,2019,9(05):89+91.
- [3]朱晓峰.终身体育意识融入初中体育课堂[J].华夏教师,2018(33):33.
- [4]黄志猛.如何在初中体育教学中渗透“终身体育”理念[J].西部素质教育,2018,4(15):80.
- [5]黄睿,宋旭,陈杰.基于两项终身体育技能目标的初中体育专项教学实验研究[J].当代体育科技,2016,6(25):72+74.
- [6]郎琳.初中体育教学中对学生终身体育锻炼观念的培养分析[J].西部素质教育,2016,2(13):100.