

的曲目，快速带入学生的注意力，通过对比不同的情绪可以更好的让学生体会音乐情感，进入到音乐欣赏的情景中，更好的提升欣赏能力。

#### (二) 开展多元化教学形式

对于情感体会教学来说，不是简单的音乐知识教学，而是对于学生欣赏音乐的能力进行培养。因此教师想要进一步培育学生的音乐欣赏能力就要利用新时代科技力量，拓展音乐教学形式。例如在教学的时候加入音乐视频欣赏，把古典音乐变成演奏欣赏，让学生倾听钢琴、小提琴演奏甚至是交响乐演奏。让学生能够更好的知道乐曲的声音，对于演奏家细腻的处理以及整体演奏表演。让学生体会音乐的魅力，了解音乐不同的演奏有怎样的情感变换。融入了情感表达的演奏者演奏出来的乐曲，更能吸引学生的注意力，使得学生体会音乐中的情感表达。开展多元化教学形式需要教师有自己独特的教学理解，以及对于音乐教学的经验。因此，开展多元化教学要从学生的兴趣出发，以学生为主体开展针对性教学。例如高年级的初中生可以欣赏较为细腻的情感表达，例如古典乐曲中不同乐章的表达，对于各种高级的情感传递进行分析。对于稍低年级的初中生可以对有强烈风格的乐曲进行欣赏，先吸引学生对于音乐的感知能力，再进行具体分析。同时结合学生喜爱的乐曲形式，可以把动画片里面的音乐结合起来，进行具体例子分析，再与课堂内容相结合，实现音乐情感体现更好教学。

#### (三) 感受音乐整体氛围

音乐情感体验课程不仅仅是相对于学生来说的，音乐教学课程也是培养学生全面素质音乐素养的能力课程。是新时代对于学生的要求，也是对于教师目标的教学要求，教师在进行教学的时候可以仔细欣赏某首音乐也可以分析某个片段以及情感起伏，教授学生细腻的情感体验。同时开展相关知识讲解，让学生了解到各个国家各个作者作曲家的写作情感历程。了解到不同文化的曲调以及不同文化的情感表达。把丰富的文化底蕴与音乐欣赏相结合，让学生不仅体会到音乐其中的情感表达，还能体会到其中的文化底蕴，全面提升学生的能力素养。让学生通过音乐来传递自己内心的情感。

#### 结束语

对于初中音乐情感体验教学来说，音乐形式与音乐教学内容的结合十分重要。音乐形式可以更好的吸引学生进入到音乐情感体验学习中，音乐内容则可以更深层次的让学生体会到音乐中表达的情感，让学生更好的体验音乐欣赏音乐。特别是初中音乐教学来说是一门实践较强的艺术课程，需要教师进行更深层次的教学。

#### 参考文献

[1] 高小亮. 试论初中音乐教育中的情感体验[J]. 高考(综合版), 2013(11): 120-120.

[2] 聂丽芳. 初中音乐教学中情感体验的融入实践探索[J]. 新课程(中), 2017(5).

## 初中体育课堂中提升田径教学趣味性研究

马晓强

(宁夏中卫市海原县第四中学 宁夏 中卫 755299)

**[摘要]**随着国家大力推行教育改革，社会对素质教育的重视程度不断提升。因此，国家在培养学生方面逐渐偏向推动其全面发展。初中是学生离开小学、准备步入高中的过渡阶段，而初中学习对他们的自我提升和发展具有重要意义。体育作为初中课程的重要组成部分，能够为学生的身心健康打下良好基础。本文以初中体育课堂为例，探讨田径教学中如何提升趣味性的策略，以期利用寓教于乐的方式，提升初中田径教学的效率。

**[关键词]**初中体育；课堂；趣味性；田径教学

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.06.1225

在初中体育课堂中，教师开展田径教学可以充分利用游戏元素，从而激发学生的兴趣，真正做到在快乐的环境中学习成长。这种教学方式摆脱了传统的束缚，使得田径训练内容不再枯燥无聊，这样，学生不论是在心理意愿层面，还是身体行动层面，都十分乐于参与课堂田径学习，教师也更有信心授课，进而在师生的共同配合下，田径教学目标能够以最快的速度实现。目前，在初中田径教学中，趣味田径教学法的运用较为广泛。

### 一、初中田径课堂中传统教学法和趣味教学法的异同

#### (一) 相同之处

首先传统田径教学法和趣味田径教学方法拥有相同的目标，那便是将田径知识传授给更多学生，增强学生参与田径的积极性，提升身体素质，使田径运动逐渐发展壮大。由此可以看出，即使教学方法不同，但实质核心并未改变。其次，两者属于传承关系。趣味田径教学法是传统田径教学法的创新改编，二者相辅相成。

#### (二) 不同之处

1. 呈现不同的教学形式。在传统田径教学模式下，初中体育教师只是简单按照教材内容进行讲解，而且在课堂实践训练中，单纯让学生跑步，学生的积极性比较低。反观趣味田径教学法，采用做游戏的方式，将田径知识和训练内容融合其中，学生明显更乐于参与。

2. 更新教学设备与规格。既然趣味田径教学中游戏占据了大部分内容，因此相关训练器材和设备是否安全应当是教师首要考虑的问题。例如，改变标枪的尖锐度和重量，增强其柔软度，以便初中生在游戏过程中使用标枪时更加安全。

3. 具备不同的教学特点。传输知识和课堂训练是传统田径教学课堂比较注重的两方面内容，极少关心学生真正吸收的程度和实际教学质量。而趣味田径教学法一改之前体育课堂的疲态，升级了体育课堂，其特征如下：(1) 学生更加积极主动地参与游戏。(2) 游戏的竞技性质使初中生更加渴望胜利，扭转他们之前模仿训练的无所谓心态。(3) 从简单锻炼身体体的怪圈中跳脱出来，利用游戏的方式，增强学生的团结合作、共同探索的能力，打破体育教学的固有观念，并且还为学生的全方面发展起到了促进作用。

### 二、初中体育课堂中趣味田径教学法的运用策略

#### (一) 准备活动

在初中田径课堂教学中，由于会进行比较激烈的运动，教师为了避免出现学生肌肉拉伤等现象，应当带领他们开展一些热身活动。这不仅活动了身体，还能够促使学生提升兴致，更好导入教学内容。热身操、慢跑是之前体育教师经常采用的准备活动，虽然学生刚开始能够积极配合，但是长期下去，难免会出现厌烦情绪，进而影响之后的教学。而趣味田径教学法与以往不同，以游戏的方式进行教学准备，取得了非常好的效果。例如，体育教师在正式开始教学之前，采用“我是算钱小能

手”的游戏进行热身。所有学生围成一个大圈，每个人都对应着不同的纸币金额。教师站在中间，随机喊出数值，学生据此寻找同伴进行组合，从而使组合对应的数值与教师制定的相符。在此过程中，学生不仅能够锻炼身体，还收获了快乐，并体会到了合作的重要性。

#### (二) 课堂教学

技术讲解和素质练习是田径教学的主要内容。之前的初中田径课堂中，通常是教师自己示范有关技术理论知识，学生机械听讲。这样，学生难以掌握田径技术要领的精髓，学习到的技能也是浮于表面，与真正的田径运动要求不匹配，久而久之，其兴致遭受到极大打击，便更不愿意参与田径课堂。而趣味教学法则有效冲破了障碍，极大改变了田径教学的效果，其通过富有乐趣的游戏活动讲解技术要领，学生的接受程度明显提高。例如，近几年，竞技类综艺节目非常流行，其中《奔跑吧》受到学生的强烈追捧。初中体育教师就可以在田径教学中引入较为经典的“撕名牌”环节，首先讲解耐久跑的基本动作和具体要求，之后组织学生进行该项游戏，但是要注意保证安全。学生在此期间，不仅强化了自己的中长跑能力，还体会到了田径的乐趣，一举两得。对于素质练习，传统的初中体育课堂中，教师仅采用单一重复的动作进行教学，学生的体育素质难以增强。而采用趣味田径教学法则有效扭转这种局面。例如，教师针对学生下肢力量进行训练，可以利用接力跑、蛙跳、障碍跑等活动；针对学生上肢力量进行训练，可以运用仰卧起坐、人力推车等活动。

#### (三) 课后活动

初中体育教师在完成田径教学的任务后，应当带领学生做一些放松身心的运动，以舒缓肌肉，避免出现不适，耽误其他课程的学习。但是，之前许多体育教师忽略了课后活动，因此许多学生刚刚参加完高强度的田径运动，便准备参与其他科目的学习，这时他们的身体还处于疲劳状态，有些甚至还伴有抽筋、拉伤等不良反应，有损健康。而趣味田径教学法要求体育教师必须注重课后活动，采取扩胸运用、活动手腕脚腕、按摩腿部肌肉、压腿等方式，能够帮助学生放松肌肉，消除运动不适。

#### 参考文献

[1] 李仁贵, 李秀婷. 趣味田径教学法在初中体育教学中的应用[J]. 中国农村教育, 2019(26): 38-39.

[2] 杭雪华. 探讨趣味田径教学法在初中体育课堂的运用及教学策略[J]. 科学大众(科学教育), 2019(07): 26.

[3] 缪彩霞. 初中体育教学中趣味田径教学的应用实践探究[J]. 创新创业理论与实践, 2019, 2(09): 66-67.