

# 初中体育趣味田径教学法的应用思考

李清红

江西省赣州市宁都县第九中学

**摘要:**随着素质教育体制的不断深入,在初中体育教学实施的过程之中教师不仅需要注重提高学生的体育能力,同时更需要在此基础之上实现学习能力及综合素质的培养。田径运动是初中体育教学内容中的重要组成部分,趣味田径教学的开展可以更好的提高学生的体育能力,促使学生积极主动的参与到其中来,实现身心全面发展。因此,教师应当注重将趣味田径教学的方法合理的应用课堂,满足素质教育背景之下学生全面发展的需求。本文从趣味田径的基本特点、体育教学中趣味田径教学应用的必备条件及应用的具体策略这三个方面入手进行研究。

**关键词:**初中体育教学;趣味田径;应用策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2022.07.155

趣味田径是结合学生身体及心理发展特点所制定的课堂教学方法,与传统的田径教学方式相比,在固定的表现形式上面加入了一些趣味性的元素。也就是说,能够将体育知识与充满娱乐性的游戏活动进行有效的结合,以此来激发学生知识学习的兴趣,促使学生积极主动的参与到其中来实现各方面能力的提升。因此,基于新课程改革背景之下,在初中体育教学实施的过程之中,教师需要注重不断的完成教学方法及内容的改革及创新,合理的引入去田径教学的方法,打破传统压抑的课堂教学氛围,更好的增强学生的身体素质,促使其获得健康的发展。

## 一、趣味田径的基本特征

### (一)活动趣味性

在初中体育教学实施的过程之中,与传统的课堂教学模式相比,趣味田径的教学方法具有一定的趣味性,会对学生知识的学习产生相对较大的吸引力,同时,还会促使学生全力以赴的参与到趣味体育活动之中。一般来说,在游戏活动实施的过程之中,游戏越新颖,竞争性越强,情节发展越生动,那么,便说明具有相对较强的趣味性,因此,将更有助于促使学生积极主动的参与到体育活动之中,进而更好的提高学生体育锻炼的兴趣,为学生体育能力以及身体素质的提升奠定坚实的基础。

### (二)活动竞争性

在传统的教学过程之中,针对田径这一项目的教学,教师往往会选择在教室之中,为学生讲解关键的技术,并在此基础之上,引领学生到操场之上,与教师展开模仿训练。而趣味田径教学的方式与其不同,主要是指,在教学活动实施的过程之中,应用了竞技游戏的教学方法。也就是说,能够注重将学生所学习到的技能与

游戏活动进行有效的结合<sup>[1]</sup>。除此之外,这些趣味性的游戏活动通常具有相对较强的竞争性,通过结合相关的技能为学生所呈现,能够更好的激发学生参与的激情,促使学生积极主动的参与到其中,加深学生对于技能的理解及掌握。

### (三)多项能力培养

在初中体育教学实施的过程之中,趣味性教学方法的应用,不仅能够帮助学生更好的理解并掌握田径的技术,同时,还能够促进学生在体育活动参与的过程之中,实现各方面能力的提升。例如,通过为学生设计并开展团队类型的项目,并借助趣味田径教学的方法,引领学生积极主动的参与其中,将有助于培养学生形成良好的合作观念,同时,对于学生合作能力的提升也存在着非常重要的作用及地位。又比如说,在寻宝的趣味教学活动之中,通过引领学生积极主动的参与到其中,能够更好的实现整体思维能力的培养,同时,还能够确保课堂教学突破原本的局限,以此来促进学生获得全方面的发展,实现高效课堂的构建。

## 二、初中体育教学中趣味田径教学应用的必备条件

### (一)合适的运动场景

在初中体育教学实施的过程之中,合适的运动场景,是趣味田径教学方法应用的首要条件。一个理想的田径运动场地,应当真正的做到,具备平整,宽敞以及安全等等一些特点,这样一来,将有助于确保学生在田径活动参与的过程之中,更好的发挥出自身的潜能,并在此基础之上更好的去享受运动所带来的趣味性。除此之外,在趣味田径教学实施的过程之中,运动场地的设计及布置也存在着非常重要的作用以及地位。在此环节,教师可以注重根据不同的田径项目所具备的特点来进行针对性的规划,例如,教师可以注重为学生设置专

门的跑道，当然也可以规划跳远的沙坑以及投掷的区域等等，以此来满足不同项目的课堂教学需求。同时，在教学实施的过程之中，运动场景还应该注重环境的美化及绿化。也就是说，应该尽可能的为学生营造出舒适且宜人的运动环境，这样一来，将更有助于帮助学生在愉悦的氛围之中展开体育锻炼，帮助学生更好的适应运动场地。

### （二）丰富的运动器材

趣味田径教学实施的过程之中，丰富的运动器材，是教学实施的重要支撑。在田径运动实施的过程之中，会使用到各种各样的器材，例如，跑鞋，铅球，标枪以及跳高架等等，而这些器材的质量及性能，将会直接影响到学生运动的体验以及最终的教学效果。所以说，在教学实施的过程之中，学校应当注重为学生呈现优质的器材，同时，更需要在此基础之上，进一步确保这些器材的多样性及适用性，进而更好的满足学生不同的需求<sup>[2]</sup>。除此之外，在具体实施的过程之中，教师一定要注意，器材的维护及更新也是非常重要的。也就是说，学校应当注重建立完善的管理机制，同时，更应该注重定期对这些器材来展开检查及维修，以此来确保器材的安全性及可靠性。最后，在趣味田径教学实施的过程之中，教师还可以注重结合课堂教学的需求及学生的特点，创造性的应用器材来为学生呈现趣味性的田径游戏活动，进而更好的激发学生学习的兴趣，促使学生积极主动的参与到其中，更好的感受田径运动所具备的魅力。

## 三、初中体育教学中趣味田径教学应用的有效策略

### （一）结合学生兴趣爱好，调整教学方法内容

在初中体育教学实施的过程之中，要想充分的发挥出趣味田径教学方法应用的效果，教师首先要做的，便是能够注重进一步理解并掌握学生的兴趣及爱好，并在此基础之上，调整课堂教学的内容及教学的方法，进而充分的调动学生学习的积极性及主动性，并实现课堂教学质量及效率的提升。

例如，在趣味田径教学实施的过程中，教师首先应当注重转变传统的课堂教学观念，突出学生在教学中的主体地位，牢牢抓住学生的兴趣爱好来完成教学形式的改革与创新。例如，跑酷这一项运动深受青少年群体的喜爱，所以说，在初中体育教学实施的过程之中，借助趣味田径教学的方法时，教师可以主动引领学生积极主动的参与到跑酷的过程之中。在此环节，教师一定要

注意，应当注重为学生规定跑酷的范围，例如，可以在体育馆内或者体育场地的规定范围之内，接下来需要借助一些运动器材来搭建跑酷之中所包含的障碍物。学生在参与这项运动之前，教师需要对学生进行示范，之后再引领学生积极主动的参与到跑酷的运动过程之中，通过借助这样的方式，将有助于防止学生在跑酷过程中受到一定的伤害。其次，在教学开展的过程之中，教师一定要注意，还可以为学生跑酷的时间进行计时，并在此基础之上，在班级之中进行排名，挑选出速度最快的学生，并要求这位学生向其他学生进行演示<sup>[3]</sup>。如此一来，在初中体育教学实施的过程之中，通过与竞争机制相结合设计并开展趣味田径教学，将更有助于进一步提高学生活动参与的积极性及主动性，以此来提高课堂教学的质量及效率。

### （二）丰富课堂教学内容，促进学生全面发展

去田径教学法在应用的过程之中，其主要目的在于创新课堂教学的内容，并在此基础之上，更好的满足学生全方面发展这一教学的需求。所以说，在初中体育教学实施的过程之中，应用趣味教学的方法，教师需要在传统的田径教学的基础之上，不断的丰富课堂教学的内容，进而更好的激发学生活动参与的积极性及主动性，并在此基础之上，取得良好的教学成果。

例如，对于初中阶段的学生来说，田径运动是一项相对枯燥并且单调的运动，为了改善学生所存在这一错误心理，教师在教学实施的过程之中，可以注重结合学生的实际生活，来设计并开展趣味田径教学，进而更好的激发学生活动参与的兴趣，并在此基础之上促进学生获得全方面的发展。例如，蛙跳这一运动形式，其实就是模仿青蛙的运动方式来展开的，通过引领学生积极主动的参与到蛙跳训练的过程之中，将有助于进一步增强学生对于体育运动的兴趣，当然，还能够在此基础之上，有效的拉近学生与体育之间所存在的距离。除此之外，在课堂教学活动实施的过程之中，教师还可以注重结合教学的内容，增加一些游戏的环节，例如可以要求学生展开蛙跳接力跑。具体的游戏规则如下，学生首先需要做十个蛙跳，并且能够在做完这十个蛙跳之后，到达指定的位置，进行返跑运动，由下一个人继续完成这项操作，以此类推。通过借助这样的方式，引领学生积极主动的参与到其中，不仅有助于确保课堂教学内容更加的丰富，同时，还有助于帮助学生逐渐形成良好的体育能力，并提高课堂教学的质量与效率。

### （三）创新体育教学形式，深化课堂教学效果

教师在初中体育教学实施的过程之中，应用趣味田径教学的方法，一定要注意，并不是要求教师将传统的课堂教学方式所删除，而是需要注重在原有的教学模式之上，来展开有效的改革以及创新。也就是说，再去田径教学实施的过程之中，教师可以注重对课堂教学的形式以及运动的方法等一些内容展开创新，以此来深化课堂教学的效果。

例如，在初中体育教学实施的过程之中，教师可以注重对田径运动的运动场地以及路线来进行有效的调整。例如，在冬天来临之际，由于气温逐渐降低，所以，在教学活动实施的过程中，教师可以注重带领学生到篮球馆之内展开田径运动，也就是说，可以要求学生围绕篮球馆来展开田径训练。同时，在此环节，教师还可以注重对运动的路线进行重新规划，例如，教师可以要求学生按照对角跑，蛇形跑以及往返跑等等一些形式来展开<sup>[4]</sup>。当然，学生在训练的过程之中，教师还可以注重在学生的运动路线之上，设置一切的障碍，引导学生展开障碍跑，通过借助这样的方式，将有助于进一步增强田径训练的趣味性，同时，还有助于强化学生的各项能力。当然，在趣味田径教学实施的过程中，教师一定要注意，针对田径运动的开展，可以充分的使用运动的器材。例如，教师可以要求学生一边拍篮球，一边进行跑步，不仅能够加深学生对于篮球技能的理解及掌握，同时，还有助于进一步增强学生的体质。事实证明，在初中体育教学实施的过程之中，趣味田径教学方法的应用，能够在完成课堂教学形式改革以及创新的同时，有效的提高课堂教学活动的趣味性，引领学生积极主动的参与到其中，来提高学生的体育能力，并更好的深化课堂教学的效果。

### （四）合理应用运动器材，提高学生体育能力

运动器材是体育教学活动实施过程中的重要内容。在传统的教学过程之中，针对初中体育田径教学的实施，并没有过多的应用运动的器材，也正是因为这样，便导致学生对其重要性并没有产生正确的理解及认知。所以说，在趣味田径教学实施的过程中，教师需要注重进一步加强对于运动器材的应用，进而更好的增强课堂教学内容的趣味性，引领学生积极主动的参与到其中，提高学生的体育能力。

例如，在初中体育教学实施的过程之中，引导学生

进行田径运动的训练时，教师可以注重要求学生一边拍打篮球一边进行跑步，当然，也可以要求学生一边踢足球一边进行跑步，通过应用这些形式，将有助于进一步加强学生对于运动器材的使用。当然，对于初中阶段的学生来说，通过引领学生积极主动的参与到其中，不仅有助于进一步锻炼学生田径运动的能力，当然还能够一定程度之上，训练学生篮球及足球的基本功，进而更好的提高学生的体育能力，为学生今后的学习及发展提供强有力的支持<sup>[5]</sup>。除此之外，针对一些会使用到运动器材的项目，例如，跳高，跳绳以及羽毛球等等，在教学活动实施的过程之中，教师可以注重要求学生自主调节运动器材的高度或者长度等等一些方式，来展开运动。对于初中阶段的学生来说，这一教学方法落实的主要目的，便在于进一步加强学生对于这些器材的了解，同时，还能够在此基础之上，更加方便学生在日后学习的过程之中，对这些器材进行灵活的应用。事实证明，趣味田径教学实施的过程之中，注重加强运动器材的应用，能够有效的提高课堂教学内容的趣味性及丰富性，同时，还能够更好的提高学生的体育能力。

总而言之，初中体育教学实施的过程之中，趣味田径教学方法的应用，将有助于强化学生的各项能力，并促进学生获得身心全方位的发展。所以说，基于素质教育背景之下，教师在教学实施的过程中，应当注重合理的借助这一教学的方式，通过不断的丰富课堂教学的方法以及内容，创新课堂教学的形式，并对运动器材进行合理的应用，以此来增强对于教学方法的有效性，并提高初中体育教学的质量及效率。

### 参考文献

- [1] 田芳. 初中体育教学中趣味田径教学法的应用[J]. 休闲, 2021, 000(021): P.1-1.
- [2] 李开泰. 初中体育教学中趣味田径教学法的应用分析[J]. 文学少年, 2021, 000(004): P.1-1.
- [3] 方伟林. 初中体育教学中趣味田径教学法的应用分析[J]. 课程教育研究: 学法教法研究, 2019(10): 2.
- [4] 李成. 初中体育教学中趣味田径教学法的应用分析[J]. 学周刊, 2019(32): 1.
- [5] 杨永斌. 初中体育教学中趣味田径教学法的应用[J]. 科学咨询, 2019(18): 1.