

新课改下初中体育田径教学的诗意探寻

罗伟铭

石家庄市盛和中学

摘要：田径教学在初中体育教学中占据着举足轻重的地位，不仅可有效强健学生的体魄，还可以帮助学生在活动参与中掌握多样化的运动技巧，为学生形成终身运动的良好习惯打下坚实的基础。但是就目前教学情况进行分析能够发现，田径教学在某些方面仍然存在或多或少的问题，例如教学体系之中针对田径教学并没有给予过多的关注，导致许多学校缺乏完善的教学设备，又因为教师教学时所采取的教学方法陈旧，从而导致教学效果并没有达到预期的成效。鉴于此，教师作为初中体育教育的中坚力量应注重严格遵循新课程改革所提出的教学观念，引入新型的教学理念与方法进而激发学生对田径运动的兴趣，实现教学质量与效率的双重提升。本文从新课改下初中体育田径教学实践的价值、实践应遵循的原则以及实践的有效途径这三个方面入手进行分析。

关键词：初中体育教学；田径教学；新课改；策略探究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2024.05.243

随着新课程改革理念的不断深入，初中体育教学的实施也迎来了全新的机遇与挑战。教师要想促进初中体育田径教学质量与效率获得跨越式的提升，应注重深层次分析田径教学的内在价值，此外还应结合初中阶段学生的身体素质以及学习需求优化课堂教学结构。教师在此背景之下也需要紧跟教育发展的步伐，摒弃传统教学模式所带来的束缚，而是需要精心设计和实践每一堂田径课堂，以此来促进学生获得全方面发展。

一、新课改下初中体育田径教学实践的价值

（一）有助于激发学生体育学习兴趣

田径竞赛的引入能够为初中生带来全新的体育体验，不仅可有效增强学生的体质，更能够确保学生在竞赛参与中激发自身对于体育运动的兴趣。对于初中生而言，这一兴趣可以驱使学生更加积极参与到田径运动之中来深层次体验其中的激情与魅力，以此来为学生今后的学习与发展打下坚实的基础。因此教师在课堂上应注重结合教学内容巧妙设计丰富多样的活动，让学生在与他人互动之中有效锻炼自身的临场应变能力与体能等多个方面能力^[1]。此外学生在此环节还能够真正感受到体育锻炼所具备的乐趣与价值，当然在田径运动参与中还可以获得良好的体验，以此来确保田径课堂有序展开。

（二）有助于推动体育课堂教学优化

传统的初中体育课堂往往侧重于理论知识的讲解，而忽略引领学生展开实践。然而田径运动作为一项技术性相对较强的运动，往往需要在教师的专业指导之下才能够确保学生掌握丰富的运动技巧，促进学生的运动能力得到进一步提升。随着新课程改革理念的不断深入，要求教师在教学中注重田径教学的改革与创新，通过结

合初中阶段学生的需求与特点创造丰富多样的田径教学运动，可确保学生在轻松愉快的氛围中掌握丰富的田径技能，这一环节不仅能够确保学生学习效果得到有效提升，此外还能够进一步优化初中体育教学课堂。这一变化不仅会让学生更加热爱体育活动，还能够为学生获得身心健康成长提供强有力的支持。

二、新课改下初中体育田径教学实践应遵循的原则

（一）简单化原则

基于新课程改革背景之下，要求教师在初中体育田径教学中应注重教学内容的精简性。作为一名称职的教师应当注重避免过于繁琐的细节教学，而是能够注重将课堂教学的重点集中在核心技巧的训练这一方面，如此才可有效提高田径教学的质量与效率，确保学生在活动参与中提高自身的技术水平。此外简化教学内容还能够确保学生快速掌握技术要点，促使学生应用到实际练习中，以此来促进其获得全方面发展。

（二）生活化原则

初中体育田径运动与学生的实际生活之间存在密切关联，因此教师在教学中应注重遵循生活化教学原则。通过引导学生将体育知识的学习与日常生活相结合，可以让学生在实际生活中感受田径运动所具备的魅力^[2]。同时教师更应该注重加强与家长之间的交流与沟通，只有家长真正的认识体育教育所具备的重要意义，并且能够与学生共同参与体育锻炼，才能够形成良好的家庭体育氛围，为学生各项技能与核心素养的提升提供强有力支持。

（三）游戏化原则

游戏化教学是促进初中体育教学效果有效提升的关

键途径之一。因此教师在初中体育田径教学中应注重合理应用游戏化教学方法,通过将游戏化教学元素融入课堂可有效激发学生学习兴趣,确保学生在轻松愉快的氛围中快速掌握相关的技能与技巧。同时教师还可以注重设定游戏目标与奖励机制,如此将有助于确保学生积极主动参与到练习之中,加深学生对于田径运动的理解、认知,并促进田径课堂的教学质量与效果获得有效提升。

三、新课改下初中体育田径教学实践的有效途径

(一) 精心策划前期准备

田径运动作为提高初中生身体素质的有效途径,在教学实施中前期准备工作显得尤为重要。教师在新课程改革背景下应充分认识前期准备工作所具备的重要性,注重采取有效教学途径为学生打造一个全面且细致的教学开端。教师在此环节应注重为学生做好充分的技术和注意事项的讲解,如此能够为学生后续展开练习与实践提供坚实理论基础。此外还应注重在此阶段引入丰富的教学资源,以此来激发学生学习热情,促使学生对田径项目产生更加深入了解。

以“三级跳远”为例,教师在教学开始之前可注重借助多媒体设备为学生播放三级跳的动作演示视频,学生在观看视频时不仅可有效激发自身学习的热情,还能够确保学生真正感受田径运动所具备的魅力,并在此基础上帮助学生整体动作的流程产生初步认知。教师接下来可针对三级跳中的每一个细节动作进行逐一分解,就比如说起跳、腾空以及落地等环节的技术要点。学生在层次化的分析之中可以更加清晰理解每一个动作的效果与目的。当然教师在教学开始前需要做好充分的技术和注意事项的讲解,这不仅可以帮助学生快速领会田径的技术与技巧,还可以有效预防因为技术不当而发生的安全事故。教师在引导学生训练中需密切关注其表现,及时发现学生错误的动作并通过针对性指导来帮助学生改正错误,将有助于促使学生的练习效果能够获得最大化^[3]。同时教师在教学中还应鼓励学生展开多次实践与练习,让学生在反复训练中完成知识的巩固,并有效提高自身的田径技术与水平。教师在课堂教学中应注重引领学生树立起正确的价值观念,以此来帮助学生逐步形成良好的体育精神,实现素质教育下体育素养培养的教学目标,为其获得全方面发展打下坚实的基础。

(二) 培养团队合作意识

初中体育教学的目标远不止要求学生掌握基本的体

育技术,更为重要的是让学生深刻体会田径运动的精神,并在此基础上真正理解团队合作所具备的重要性,如此可确保学生在体育活动中学会相互帮助、共同解决问题。由于每一个学生的运动天赋以及学习能力之间具备明显差异,在理解和掌握田径运动知识时会遇到不同程度的困难,所以教师应当注重合理应用分组教学的方法,通过将学生划分为不同的小组并为每一个小组的学生分配不同的训练项目,将有助于进一步激发学生的团队合作意识,提高学生田径训练效果。

以“4×100米接力赛”为例,这项运动不仅需要每一个队员都具备出色的个人速度,同时还需要学生之间的密切配合以及团队合作。所以教师在引导学生完成基本的训练后可组织学生进行接力比赛,学生在比赛参与中需要充分发挥自身的竞技精神,同时需要与小组中的其他成员密切配合来共同完成此次比赛。学生在实践活动参与中可深刻体会团队合作所具备的力量,也能够真正认识到田径运动所带来的成就感。教师在教学中还需要合理应用游戏教学的方法来培养学生形成良好团队意识,通过将田径知识与趣味游戏相结合,确保学生在轻松愉快的氛围中完成知识的学习,并在此基础上锻炼自身团队合作能力。例如教师可注重为学生呈现一些需要团队合作才能够完成的田径游戏,例如接力跑以及传递球等,学生在这些游戏参与中需要共同制定策略、分工合作、互相鼓励才能够取得最终的胜利。所以这一教学方法的应用不仅可有效提高学生学习的积极性与主动性,还可以培养学生团队合作能力及集体荣誉感,确保学生在互相帮助与共同进步中深刻理解田径运动的精神与价值,为学生今后的学习与生活带来积极的促进作用。

(三) 改革创新教学模式

初中生随着年纪的递增所面临的学习压力也日益增大,也正因这样使得学生的心理状态与精神状态经常处于紧张的状态。教师要想缓解学生这一压力应注重凸显体育田径运动所具备的重要性,这项运动不仅可有效锻炼学生的身体素质,还可以帮助学生逐步释放压力,以此来提高自身的心理健康水平。教师在此环节应注重遵循新课程改革的相关理念,摒弃传统应试教育背景下一言堂的课堂教学模式,而是能够注重加强与学生之间的交流和沟通,并结合学生的实际需求改革并创新课堂教学模式,以此来促进学生获得全方位的发展。

以“起跑姿势教学”为例,教师在初中体育田径教

学中应深刻认识学生综合素质培养的主要目的,同时应当注重结合初中生学习需求与真实想法来设计针对性课堂模式,如此才能够有效激发学生对于田径运动参与的热情。教师在此环节可注重采取生动、具体的教学方式来帮助学生掌握这一技能^[4]。首先教师需要详细为学生讲解起跑时的动作,一定要注意需要逐一讲解每一个动作的要领及注意事项,学生在教师详细的讲解与示范中可更加清晰了解起跑动作的正确姿势与技巧。其次教师应注重合理运用多媒体技术等现代化教学手段进行辅助教学。例如教师可以事先制作一段起跑动作的演示视频,并在课堂中通过视频的形式让学生更加直观了解起跑动作的全貌,教师在此环节还可以适当穿插一些相关的知识和技巧,如此可帮助学生更好的理解和掌握这一动作。最后教师在此环节应注重培养学生形成良好自主学习能力。教师在完成起跑动作基本要领讲解之后,可注重结合其内容为学生设计一些相关的练习作业,鼓励学生积极主动参与到自行练习与体验起跑动作的正确姿势与技巧之中。学生通过亲身体验与实践可以更深层次理解和掌握这一动作,当然还能够进一步提高学生知识学习的效果。总之教师在初中体育田径教学中优化课堂教学模式、与时俱进地满足学生发展需求是促进教学质量提升的关键,因此教师应当注重落实上述教学方法来帮助学生掌握丰富田径技能,培养学生形成良好自主学习能力与实践能力,为其获得全方面的发展打下坚实的基础。

(四) 增强教学的趣味性

教师要想满足现代新课程改革背景下的教学要求,在教学设计中应注重有效提高教学活动的趣味性,以此来激发学生活动参与的热情。其中竞赛便是一种有效的教学方式,不仅可极大限度提高学生活动参与的兴趣,还可以确保学生在田径竞赛活动之中形成良好的竞争心理及团队合作精神,以此来促进学生获得全方位的发展。

以“跨栏运动”为例,教师在为学生讲授跨栏的技巧时,应注重为学生详细地讲解跨栏的规范动作、技术要点及节奏感。为了帮助学生更加直观理解和掌握跨栏这一运动,教师在此环节可注重合理应用图片及视频等多媒体教学资源进行辅助教学。这一教学方法的应用不仅能够促使课堂变得生动有趣,还能够让学生在轻松愉快的氛围中学习成长。教师在讲解完相关的知识与技能后应组织学生展开障碍训练,教师可以在操场上为

学生设置一系列的障碍物,并要求学生模仿跨栏的动作展开针对性练习。学生在反复练习与尝试中,可逐渐适应跨栏动作的要求,并在此基础之上掌握正确的动作要领^[5]。当初中生的跨栏技能达到一定水平之后,教师便可以注重组织学生开展跨栏比赛。教师在此环节需要将班级中的学生划分为不同的小组,并要求每个小组的学生派出一名代表来参与此次比赛活动。教师在此环节可注重为学生设置不同的难度与障碍以此来考验学生的跨栏技能、应变能力,当然还可以结合小组的成绩进行奖品激励,如此将有助于进一步激发学生活动参与的热情。教师在比赛结束之后应注重针对学生的表现进行总结及点评,指出学生在比赛参与中所存在的优点以及不足可帮助学生更好掌握跨栏技能。总之增强体育教学的趣味性是提高课堂教学效果的重要途径,教师在初中体育田径教学中应注重针对不同的田径项目的特点采取针对性教学方法,如此将有助于进一步开阔新的教学思路,还能够有效激发学生活动参与的兴趣与参与度,确保每一个学生在课堂上都能够得到充分锻炼与成长。

总而言之,基于新课程改革背景下的初中体育田径教学根本目的是让学生在实现强身健体,因此教师在教学中应注重为其提供足够的重视,同时要采取科学的教学方法引领学生参与田径运动。通过引入游戏化教学元素以及举办小型竞赛等方式,如此可确保学生在轻松愉快的氛围中深刻体验田径运动的魅力,促使学生主动参与到学习中,有效提高初中体育田径课堂的质量与效率,为学生获得全方位的发展奠定坚实的基础。

参考文献

- [1] 杨玲. 优化田径教学, 增强学生体质——初中体育田径教学策略研究[J]. 中国教师, 2020, (S1): 116.
- [2] 胡国俊. 协调性: 初中体育活动教学之“魂”——以初中体育田径教学为例[J]. 华人时刊(校长), 2020, (12): 62-63.
- [3] 王佳. 新课改背景下初中体育田径训练教学探索[J]. 田径, 2020, (12): 15-16.
- [4] 沙红亮. 初中体育教学中田径训练的强度控制分析[J]. 田径, 2020, (12): 51-52.
- [5] 王华君. 试论初中体育教学中的快乐田径课堂构建[J]. 中学课程辅导(教师教育), 2020, (22): 18-19.