

趣味田径教学法在中学体育教学中的应用

刘玉臣

(山东省蒙阴县育秀中学 中学体育教学 山东 蒙阴 276200)

[摘要] 田径教学是中学体育教学的重要内容,提升田径教学的趣味性,能确保体育教学的高效实施。本文在阐述趣味田径教学法内涵及方法的基础上,就其在中学体育教育中的应用要点展开分析。期望能进一步提升趣味田径教学方法的应用水平,继而在保证体育教学质量的同时,促进学生的全面发展。

[关键词] 趣味性;田径教学;中学体育

现代教学理念下,实现学生德智体美劳的全面发展是教育教学生活动开展的重要任务。体育教学直接关系到学生的身体素质,并对多种品德能力的培养具有较大影响,传统教学模式下,体育教学处于边缘化位置,尤其是在体育田径教学中,受教学器材、教学方法等因素的影响,中学生对于田径教学的兴趣不高,田径教学整体质量较差。基于此,有必要开展趣味田径教学来实现学生的有效引导。

一、趣味田径教学法的内涵及方法

田径教学是中学体育教学的重要内容,其能在增强学生体魄的同时,使得学生掌握一定的体育技能,并实现多种体育精神和能力培养;所以高效化、趣味性地开展田径教学很有必要。从本质上讲,趣味教学法实际上是一种全新的提高积极性的现代化教育理念,其能在优化教学内容的基础上,合理设计教学方法,从而使得教学过程具有极强的观赏性,其实现了学生的吸引和多元培养。同时通过相关趣味元素的融入,整个田径活动的内涵会不断丰富,其顺应了体育教学新要求,是当前体育田径教学的新视觉。现阶段,要实现趣味田径教学法在中学体育中的合理应用,还需注重场地利用、教学器材选择、教学内容及方法丰富、教学评估的有效落实^[1]。

二、中学体育教学中趣味田径教学法的应用策略

1、注重运动场地合理应用

田径运动本身具有极强的特殊属性,其需要在特定的田径场内进行,对于运动场这一教学资源的依赖性较强;对此,在田径教学设计中,体育教师就必须注重运动场地的合理应用。一方面,在开展田径教学中,应注重学校实际情况的有效考虑,然后合理的设计田径教学项目与游戏内容,确保教学内容与田径场地规模的匹配性,不断提升学校田径场地的利用效率。另一方面,从教学过程来看,中学生的田径运动以趣味性和增强身体素质为主要目的。在田径运动场地选择中,平坦的空地、草地、沥青地等也都可以作为田径运动和体育教学的场地。在这些场地使用中,可灵活设置田径运动的形式,如采用障碍跑和接力性质的田径比赛活动来提升学生的积极性,避免学生因为长期性的田径直线跑而产生枯燥感。此外,车轮跑、原地高抬腿、变速跑等都是较为常见的田径运动形式,其对于场地面积要求不高,且能为田径运动增加一定的趣味性,有助于田径教学活动的高效开展。

2、系统选择体育教学器材

传统教学模式下,田径运动对于教学器材的要求不高,体育教师很少使用体育装备器材来辅助教学活动的开展。而在趣味田径教学中,教学器材发挥着极为重要的作用,合理使用这些教学器材,能有效地增强体育教学的丰富性、灵活性^[2]。对于中学生而言,使用趣味田径教学法开展田径教学,能实现田径运动性与游戏性的融合,给学生带来全新的运动感受,同时,其在满足学生好奇心的基础上,给学生带来较强的感官刺激,学生参与体育田径学习的积极性不断提升,确保了田径教学活动的高效开展。需注意的是,在选择一定的教学器材后,体育教学应注重体育器材功能的有效开发,一方面,需确保体育器材作用与功能的有效发掘,另一方面,应注重田径运动的趣味性和娱乐性。譬如,在田径课堂上开展赛跑比赛,那么老师在教学之初就可以准备标尺等测量工具,然后让学生自己用标尺测量跑道长度,此时,学生

能直观的感受跑道的长度,当发现自己在较短时间跑完这些路程时,能享受到胜利和成功带来的喜悦,提升其对田径运动的兴趣。又如,可以准备一定数量的跳绳,然后开展田径运动时,让学生跳着绳向前跑,利用多变的田径活动形式丰富学生的体育课程内容,提升田径教学质量。

3、不断创新教学方法与内容

相比于其他科目教学,体育教学更加注重教学内容的丰富性,同时其要求教学过程要具有一定的灵活性^[3]。传统教学模式下,田径教学开展之初,教师会组织学生进行热身,而常用的热身方式就是围绕草场跑3~5圈,然后开始讲授当日的教学内容。从教学过程来看,该教学方式虽然具有一定的科学性,但是整个教学过程明显缺乏趣味性,学生很容易在教学中产生厌倦心理,降低了田径教学的质量。基于此,有必要进行田径教学方法的变革和创新。

现阶段,趣味田径教学法能有效地提升学生学习的积极性,同时通过多田径运动项目的锻炼,学生的身体素质得以有效增强。在趣味田径教学开展中,体育教学会注重教学流程的系统设置,同时,其会穿插进游戏化的教学方式,这使得教学活动的观赏性得到了极大的提升,有效地激发了学生的学习兴趣。譬如,在田径运动的传统投掷标枪项目中,体育教师可对学生进行分组,然后由老师演示投掷的慢动作,并逐步加快投掷动作的速度,直至学生能够将所有要领掌握,连贯的投掷出完美的投标弧线。在学生分组连续中,体育教师应挑选技能掌握娴熟的学生进行从旁指导,从而激发学生的成就感、自豪感,提升学生对于田径运动的兴趣。

4、系统开展田径教学效果评估

趣味田径教学法应用中,体育教师还应注重教学过程的有效评估,并在教学反思中改进教学方法,提升田径教学质量。需注意的是,在趣味田径教学评估中,教师应改变传统以跑步计时为标准的考核方式,确保教学考核的灵活化、有效化。譬如在实际考核中,教师可在传统跑步计时的基础上,增加体育文化知识的考核内容,如田径项目起源、背景知识、体育明星知识、体育精神知识等;此外还应考虑学生在课堂上的表现,增加德育考核项目,实现学生的准确评估。在向学生表达教学效果时,应注重中学生的积极鼓励,不断提升学生田径学习的自信心,为田径教育创造有利条件。

结论

趣味田径运动教学对于中学体育教学质量具有较大影响。教学实践中,体育教师只有充分认识到趣味田径运动教学的必要性,然后系统化地进行教学设计和教学方法优化,才能有效地提升趣味田径教学质量,促进学生的全面发展。

参考文献

- [1]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.
- [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]陈磊.初中体育课程与趣味田径教学法的有机结合研究[J].中国农村教育,2019(35):105+123.