

初中立定跳远教学与训练策略刍议

冷正超

(四川省凉山州会理县鹿厂中学 四川 凉山 615100)

【摘要】立定跳远是初中体育的重要组成部分。在核心素养教育背景下,对初中体育教学提出了更高的要求。初中体育教师教学应立足促进学生身心全面发展的基点,更加注重学生知识与身体素质的全面健康发展。笔者立足当前初中立定跳远课堂教学现状,探讨如何使初中立定跳远教学更加地围绕学生这个核心主体,如何让立定跳远教学在教师指导下变得更加科学有效。

【关键词】初中体育;立定跳远;教学策略;训练方法

初中立定跳远作为初中体育教学的重要组成部分,对提升初中生身体素质、促进学生学业发展、锻炼学生毅力、培养学生积极地进取精神具有重大意义。体育教学贯穿了整个初中阶段全过程。体育科目设置的主要目的就是增强体魄提高初中生的身体素质。初中时期,学生活跃好动,运动积极性极高。因此,初中体育教师需要运用丰富多彩的教学方式,给初中生创设一种趣味化十足的课堂气氛,激发学生的积极性,促使初中生积极参与到立定跳远训练当中来。笔者立足当前初中立定跳远课堂教学现状,探讨如何使初中立定跳远教学更加地围绕学生这个核心主体,如何让立定跳远教学在教师的引导下变得更加科学有效。

一、改进初中立定跳远教学与训练方式的重要性

不可否认,当下的初中立定跳远教学并不如人意,表现为“无组织”“自由化”的问题,立定跳远活动单调,教师指导示范不够,学生对立定跳远训练兴趣提不起来。立定跳远作为初中体育考核的重要内容,是学生必须学好和掌握的科目之一。初中体育教师要突出初中生的主体地位,不断完善教学过程,激发学生对立定跳远课堂强烈的兴趣。

第一,改进初中立定跳远课堂教学方式,创造性开展体育项目教学,能够有效弥合初中生与立定跳远课程内容之间的陌生感。初中体育教师在立定跳远课堂教学上需要以学生的理解、实际训练为教学方法,有效拉近师生之间的距离,形成和谐的师生关系。通过亲身示范式的教学,使学生比较轻松掌握立定跳远动作要领和注意事项,有效提升项目技能。

第二,改进初中立定跳远课堂教学方式,创造性开展体育项目教学,可以引起初中生的注意,让同学们对立定跳远项目充满热爱。教师在立定跳远教学过程中,要努力营造充满着积极向上的,生动活泼的课堂气氛,将充盈着趣味性的多种先进教学理念、实践以及教学思想融入教学实践当中。通过这样立定跳远教学方法,能够使学生在立定跳远课堂的实践中有所收获,这种收获的可能是种良好的行为习惯,可能收获的是种优秀的学习方法。

二、初中立定跳远教学与训练的有效途径

倘若初中立定跳远教学全是索然无味的训练和知识传授,加之立定跳远活动单调,老师引导示范不够,没有对立定跳远项目的有关内容进行详细讲解,对学生也未进行耐心细致的指导,这样就极易导致初中生对立定跳远训练变得厌烦并因此滋生消极的思想。所以,在初中立定跳远教学当中,要有效合理地把精讲精练融入教学当中,从老师、学生、课程内容等方面着力,完善教学方式方法,促进学生体育知识的丰富和身体的健康成长。

(一)教师要发挥示范引导作用,完善并丰富教学过程。第一,教师要参照立定跳远课程的教学内容充分做好准备,确保立定跳远课堂的有序顺利完成。比如:准备立定跳远课程所需的场地、所用到的体育器材和道具,创新设计立定跳远课程中的互动交流或者比赛内容,引导学生积极参与,充分体现学生的主体地位。第二,参照学生的实际生活状况以及每位学生的多样化需求,谋划进行积极向上的

教学内容。在以往传统活动的基础上,创新出奇。比如可以通过跳绳来锻炼学生的弹跳能力,选择合适的歌曲配合练习,把立定跳远、体操、音乐三者有机地结合在一起,有效地活跃课堂气氛,激发学生学习兴趣,取得最佳教学效果。第三,教师还需尤其注意学生的情感表达与价值观的表现,在初中立定跳远教学的课堂上,时时渗透人生观价值观的教育,促进初中生在品质毅力、勇于拼搏等思想性地提升,培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人。

(二)教学内容需要精讲精练和趣味化内容相结合。在新课程教学标准的影响下,教师在立定跳远教学课堂上要发挥教育引导作用,紧紧围绕学生这个核心主体。在初中立定跳远课堂上,教师要创新运用教学方法,开展精讲精练与趣味化相结合的教学。立定跳远教学应结合同学们的实际情况以及学生不同的个性要求,开展充满趣味化的立定跳远教学活动。在初中立定跳远教学活动中,教师可以结合本课教材的有关动作,把一些常出现的最基本、带规律性的动作,如起跳、手型、跳跃等动作,安排在准备活动中进行练习,通过这样的教学方式,也能够拉近与初中生之间的距离,形成和谐良好的师生关系。诚然,初中立定跳远课堂只进行精讲精练教学远远不够,精讲精练教学需要与趣味化教学结合起来,在充满趣味性的各种立定跳远实践的过程中,营造出一种积极向上的、生动活泼的良好气氛,激发初中生的学习热情。比如分组比赛的活动,把学生分成几个小组,哪个小组的学生平均跳的最远哪个小组获胜,通过这种教学游戏,既锻炼了孩子的身体,又培养了学生的团队意识,让学生在潜移默化的过程中逐渐得到成长和提升。

(三)学生要充分认识到自己的主体地位,积极参与到课堂教学实践当中。学生要努力消除自身消极的思想,改变被动接受的学习习惯,充分摆正自己的位置,积极主动,发挥好自己主人翁的姿态,积极参与到课堂教学实践中。在日常生活当中,学生也要积极参加多种形式的立定跳远活动实践,了解和熟悉各种立定跳远活动相关知识和技能,享受立定跳远给人带来的乐趣。

三、结语

随着教育理念的日益变革和完善,初中立定跳远教学应立足促进学生身心全面发展的基点,尊重学生的自由,促进学生身体素质的全面发展。运用精讲精练、喜闻乐见的教学方式,给初中生创设一种趣味化十足的课堂气氛,进行多样化的具有生活色彩的课堂教学活动。教师要紧紧围绕学生这个核心主体,引导学生积极融入立定跳远课堂教学当中,增强学生的身体素质,锤炼学生的意志品质,让学生健康快乐地成长。

参考文献

- [1]谢克;浅析立定跳远易错动作与解决对策[J];体育教学;2019年02期
- [2]钮厚金;提高立定跳远成绩训练方法略谈[J];田径;2019年03期
- [3]张前仓;初中体育立定跳远教学与训练[J];中国校外教育;2019年06期
- [4]葛国军;巧用立定跳远发展学生体能的策略[J];当代体育科技;2018年32期

“体验——探究”式教学法在初中美术教学中的应用

蒙加泉

(广西崇左市扶绥县东门镇初级中学 广西 崇左 532108)

【摘要】新课程改革持续推进背景下,越来越强调和倡导要肯定学生学习的主体地位,让学生由知识内容的被动接受者转变为主动学习探求的主动者,并注重强化学以致用,让学生将所学的知识内容全面应用于实践操作之中。“体验——探究”式教学法与初中美术教学目标与要求高度契合,能够助力学生学科核心素养和综合素质能力的发展。

【关键词】“体验——探究”式教学法;初中美术;教学应用

一、“体验——探究”式教学法的基本内涵

“体验——探究”式教学法主要指的是以教师的指导引导为统领,帮助和引导学生自觉、主动地从自身的生活实践出发,对教育教学的内容进行充分认知理解和体验感悟,就其中存在的问题、疑虑和困惑进行主动地发现和答案的探求,这个过程中助力学生知识的获取、问题解决思路和方法的学习掌握。当前初中美术教学中,“体验——探究”式教学法已经称为重要的教学方法模式,其核心和关键在于让学生以自身已有的经验和知识进行实际问题的分析与解决。“体验——探究”式教学能够强化学生知识面的拓展、团队协作意识和能力的培养以及学生知识实际应用能力的发展。

二、“体验——探究”式教学法在初中美术教学中的应用策略

(一)强化教育思维转变,实现学生体验探究意识培养

“体验——探究”式教学法一经提出,就被教育专家学者和广大教师所关注和重视,为教育教学的实施注入了生机与活力。借助“体验——探究”式教学法的

应用与实施,学生不仅能够获得良好的问题发现、分析与解决的体验,而且对于学生逻辑判断和分析探究能力的提升也是极为有益的,客观上教师还能够带动和增强学生社会实践能力。基于此,初中美术教师应当积极转变和调整自身原有的教学思维,改变灌输式、填鸭式教学的传统思维,最大限度地防止和避免学生的被动性、接受性学习,强化学生主体地位的充分凸显,将学生学习的兴趣和探究的欲望有效地调动和激发出来。教师要主动树立起“体验——探究”的意识,注重将“体验——探究”教学法充分渗透和贯穿于初中美术教育教学实践之中,让学生学习和掌握这一教学方法模式的理念和方法,强化学生美术以及其他学科学习探究的能力。初中美术教学中,教师在组织学生完成规定学习任务的基础上,在教学设计中要注重做到精心、精细、精准,提升教学设计的针对性和有效性,注重将更多的体验、探究机会和平台提供给学生,以特定的美术角度作为出发点,引导学生强化与社会生活实例的充分结合,让学生以自身的体验为依据进行学习的实施,还要注重为学生创设起开放、轻松的学习环境,为学生知识的获取提供载体,帮助和引导学