

正如上文所言,手指游戏是一种相对便捷、简单、灵活的游戏模式,基于这一特点,教师再组织幼儿开展手指游戏活动时具有较大的自由空间。在幼儿园教育教学中,教师不仅能够组织幼儿按照一定的规则进行手指游戏,同时还可以鼓励幼儿自己创造有趣的手指游戏。每一次参与手指游戏和创造手指游戏的过程都是对幼儿智力和思维的开发,相较于传统的幼儿游戏,手指游戏能够有效培养幼儿良好的创造能力。

二、手指游戏在幼儿园教育教学中运用

1、手指教学在集体教学中的运用

集体教学是幼儿园日常教学最主要的形式之一,在集体活动中,幼儿可以通过互动交流、嬉戏玩耍等方式来学习知识。在幼儿园教育教学中要搞好集体活动,首先就应该以有趣的教学活动吸引幼儿的注意力,并促使其积极的参与到学习活动中。在具体的教学活动中,教师就不妨组织幼儿开展手指游戏,让幼儿通过游戏互动的方式来学习知识。例如在教学“文明礼貌”有关知识时,为了让幼儿自觉的参与学习活动。教师则可以组织其进行《好朋友》这样的手指游戏,即让孩子一边跟着教师动手指一边念“一个手指头呀,出来走一走,看见好朋友,向他挥挥手;两个手指头呀,出来走一走,两人见了面呀,相互点点头……”。通过这样的教学活动,不仅能够调动教学氛围,同时还能够让幼儿在游戏的过程中学习到“文明礼貌”的相关知识,从而达到“寓教于乐”的教学目标。

2、手指游戏在日常教育管理中的运用

日常教育管理是幼儿园教育教学的主要内容之一,其是保障幼儿健康成长的重要基础。在幼儿园教育教学中,为了做好日常教育管理,教师也不妨在实际教育教学中有效融入手指游戏,帮助学生养成良好的生活习惯。例如在午睡时,我们经常会遇到学生处于兴奋状态而无法入睡的情况。这种情形不仅会影响其他孩子休息,同时也不利于孩子自身健康成长。为了有效解决这样的问题,教师则可以组织学生在学期玩一些有助于睡眠的手指游戏。如教师可以让学生进行《数羊》这样的手

指游戏,让学生一边念着歌谣“一只羊,咩咩咩,在吃草;两只羊,咩咩咩,在吃草……”,一边动着小手指,慢慢的孩子们就会进入甜美的梦乡。通过这样的方式,不仅不会让孩子排斥午睡,同时有助于他们养成良好的生活习惯。

3、手指游戏在课外活动中的运用

课外活动是幼儿园教育教学的重要内容,其是让孩子快乐成长的保障之一。然而在幼儿园课外活动中,却容易活动场面混乱无序的问题。为了有效解决这一问题,并让孩子们能够有序的参与活动,教师也可以适当的运用手指游戏来引导他们。例如教师可以在活动中组织学生进行《小标兵》手指游戏,让孩子随着教师发出的口令“一个小标兵,立正站好不出声;两个小标兵,站成一排不乱行……”保持安静有序的状态。这样一来不仅能够增强师生之间的交流,同时还能够促使学生保持良好的活动秩序,以此确保课外活动能够顺利进行。

结束语

综上所述,在幼儿园教育教学阶段,有效运用手指游戏不仅能够激发学生浓厚的学习兴趣,同时还助于培养学生自信心和创造力。无论是在课堂教育教学中,还是在日常生活管理、课外活动等教育活动中,教师可以灵活的运用手指游戏,有效激发幼儿学习兴趣、培养幼儿良好生活习惯以及维护好活动秩序,以此提升幼儿园教育教学质量。

参考文献

- [1] 蒋惠娟. 幼儿园开展创意手指游戏活动的策略[J]. 学前教育研究, 2018(5): 61-63.
- [2] 段俊玲. 手指游戏在幼儿园课程中的研究与价值[J]. 好家长, 2017(58): 17.
- [3] 李萍. 浅谈手指游戏在儿歌教学活动中的运用[J]. 新课程(小学). 2015(11)
- [4] 任丽娜. 浅谈手指游戏对小班幼儿的教育价值[J]. 才智. 2011(27)

体感模拟科技在竞技跆拳道训练过程中的可行性研究

徐承力

(丰城市少年儿童体育学校 江西 丰城 331100)

[摘 要]跆拳道运动来自朝鲜,有长达一千多年的发展历史。而伴随跆拳道的进一步发展,跆拳道的普及率越来越高,训练水平也得到了相应的提升,使得教师讲,学员不断练习的教学模式已经无法适用于新时代竞技跆拳道训练当中。因此要对跆拳道训练模式进行创新,而通过大量的实践证明,结合感模拟科技,能够很大程度的提升训练的效果,因此要引起高度的重视。那么本文就来对体感模拟科技在竞技跆拳道训练过程中的可行性研究进行一下详细的研究。

[关键词]跆拳道; 体感模拟技术; 教学方式

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2019.11.343

伴随生活质量的改善,让人们更加重视自身的健康问题。奥运会的成功举办对我国的全民健身计划起到了非常好的推动作用。由此也使虚拟健身得到了更多人的重视,并使用到了跆拳道教学当中。在这其中,体感模拟科技得到了普遍的应用,其主要是利用虚拟技术来创建一个逼真的环境,然后利用网络来进行互动,以及使用体育器材来锻炼,这种模式已经激发了更多的人参与跆拳道锻炼的热情。

一、体感模拟技术在竞技跆拳道训练中的优势

跆拳道主要是利用手脚技术来进行攻击的体育运动项目,目的是锻炼身体,并从锻炼的过程中提高人们的意志品质。腿是跆拳道主要的运动部位,手主要起到辅助性的作用,简便的腿法让学生学习起来更加的轻松,并可以运用到对抗训练中,这因此吸引了非常多的人前来参与。而这些年以来,跆拳道得到了年轻人的普遍青睐,报名参加学习的人数与日激增。在过去进行跆拳道训练的时候,主要是训练学员的攻防,比较看中实战性,而并不重视某个动作的实用性训练,而且有时候还会导致运动员出现受伤的情况。此外乏味的课堂气氛也难以激发学员的训练积极性,导致一部分刚刚涉及跆拳道的学员就放弃了学习。面对这种情况,我们有必要引入体感模拟技术,其对竞技跆拳道训练的优势在于以下几个方面:

(一) 多元化教学模式

跆拳道学员属于单独的个体,无论是学习效率和接受能力方面都存在明显的差别。在这种情况下,教师可以采用体感模拟科技,然后按照学员的特点来制定与其相符的训练模式,这样便可提升跆拳道训练的效果。体感模拟技术不但容纳了过去训练方法的优势,同时能够建造出一个具有实战效果的虚拟训练场,从而可使跆拳道动作更加的形象、生动。而若遇到了具有一定难度的动作,则能不断的进行训练,这样在能够让学员体验到虚拟游戏的乐趣基础上,掌握跆拳道练习技巧,并且还改善了过去教学方式过于枯燥的缺陷,全面激发了学员对于跆拳道训练的热情,提高了课堂气氛的活跃度,并最终得以提升学员的跆拳道水平。

(二) 动作能够更加的规范

学员在了解了实战技术以后,要在不先进行身体接触的前提下对某个技术进行训练,并仿照实战的具体状况使学员选择性的做出竞技实战动作,等动作构成自动化以后再开展实战练习,这样就可以激发学员的学习积极性,并使他们能够在轻松的训练氛围下掌握跆拳道的动作;同时还可以确保学员的竞技动作更加的标准,并还能融合跆拳道训练的优点,从而得以改善学员进行空击训练期间得到不实战训练的弊端,不但加强了竞技水平,并且还降低了受伤的可能性。

二、体感模拟科技在竞技跆拳道训练中的实践

(一) 研究对象

以某家跆拳道学员作为研究对象

(二) 研究方法

(1) 文献资料法

利用中国期刊网、国际互联网收集了大量的研究资料,以及文献,给课题研究工作打下了坚实的基础。

(2) 问卷调查法

对所对地的跆拳道练习场馆和选修跆拳道学校的100名学员进行了询问,了解了竞技跆拳道训练结合体感模拟技术后,学生的具体看法。通过调查结果能够了解到,大部分学生均非常认可模拟技术对于跆拳道训练的作用。具体调查情况为:非常喜欢传统教学模式的一共有11人,喜欢的一共有15人,一般的有21人,不太喜欢的有39人,不喜欢的则有14人;而非常喜欢多媒体辅助教学的一共有35人,喜欢的一共有21人,一般的一共有14人,不太喜欢的一共有18人,不太喜欢的则一共有12人;非常喜欢体感模拟科技辅助教学的一共有46人,喜欢的一共有22人,一般的一共有17人,不太喜欢的一共有5人。

(3) 实验法

挑选出60位身体素质 and 训练能力基本一致的学员,然后分成对照组以及试验组,每个组安排30个人,然后要求他们练习20分钟的跆拳道,对照组以传统教学为主,而实验组则以体感模拟技术为主。在完成训练以后,对全体学员安排横踢、侧踢、后旋踢等一系列的考试,然后让教师进行评分,满分为10分。考试结果为:在对照组中,横踢考试的平均分为8.5,而实验组平均分为8.6,两组分差为0.1;在侧踢考试中,对照组的平均分为7.4,而实验组的平均分为7.7,两组分差为0.3;在双飞踢考试中,对照组的平均分为7,而实验组的平均分为7.6,两组分差为0.6;在后旋踢考试中,对照组的平均分为7,而实验组的平均分为7,两组的分差为0。通过考试结果能够看出,在实验组中,只有后旋踢的考试平均分和对照组持平,其余的考试平均分都要比对照组高,这证明在跆拳道技术动作训练期间,采用体感模拟科技教学方式获取了非常好的教学成绩,所以非常有必要在训练的时候进行应用,以此来全面提升训练的质量。

结束语

根据本文的分析能够了解到,体感模拟技术的使用,很大程度的提升了跆拳道的训练效果,让学员能够在充分掌握跆拳道技能的基础上,对这项运动有更加深刻的认识,不但可以很大程度的加强课堂效率,而且还能够提升学员训练的的积极性。同时,采用体感模拟技术来进行跆拳道训练,能够使学员的动作更加的规范,对动作的熟练度也会比传统教学方式更加具有效果,这样一来便进一步的加强了学员对该项运行的兴趣。因此在今后,教师应在跆拳道训练课当中,合理的结合体感模拟技术,这样一来不但能够加强理论指导的效果,对于学员的实践训练效果也会有很大的提升作用。

参考文献

- [1] 高飞,付康壮,和圣卓,孙思源,自明.体感模拟科技在道馆式竞技训练中的应用研究[J].科技资讯,2017,15(35):142-143.
- [2] 郑国盖.浅谈现代跆拳道运动教学与训练[J].科技资讯,2010(26):196-196.
- [3] 付康壮,自明,张翥月.体感模拟科技在竞技跆拳道训练过程中的可行性研究[J].当代体育科技,2017,7(30):39-40.