

浅析拓展训练在初中体育教学中的应用

罗智锋

河源市源城区源西中学

[摘要]新课程标准改革背景当中, 课堂教学愈发注重给学生们带来身心健康的培养, 学校的体育教师在目前的初中体育课堂教学开展过程中, 应该主张让课堂教学特征和传统的体育教学方式更加有效的结合到一起, 通过对于学生们帮助更加明显的锻炼内容创设, 保证学生们在获得初中体育知识学习水平提高的同时, 也可以获得更加优秀的体育综合能力发展, 满足学生们的体育知识学习需求。

[关键词]拓展训练; 初中体育; 教学策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.03.1175

核心素养教育背景当中, 课堂教学更重视数字化课堂教学观念的运用, 怎样带给学生体育综合素养发展, 也成了当前多数教师所关心的重大课题。初中阶段的体育课堂教学开展过程中, 体育教师承担着给学生们带来身体素质培养的主要工作, 所以教师一定要注重在体育课堂教学活动之中, 利用更加有效的课堂教学方法创新, 使理论知识与实践内容能更快捷地融合, 在发展学生身体素质的时候, 为学生带来更出色的体育技能发展, 从而确保学生能够得到综合性较强的个人成长, 满足学生们的体育知识学习需求。

一、拓展训练所拥有的概念特征

(一) 拓展训练这一理念

拓展训练这一理念是由西方各国引入我国, 西方国家由于受地势影响, 严酷的气候将使当地人民对身体素质锻炼有更多的重视, 因此, 西方国家体育活动开展得十分普遍, 拓展训练在这样的背景当中也非常的常见。最开始, 拓展训练就是一门以身体活动为主的综合教育学科, 通过趣味性的游戏, 给学生们带来身体潜能的充分开发, 让学生们不断地去挑战自己的极限, 从而实现体育训练终极目标, 拓展训练被广泛地运用于各种不同领域。目前对于拓展训练的概念并没有进行统一的定义, 较普遍的看法认为, 拓展训练属先动后识的体验性学习方式, 将体育教学活动当成是主要的载体, 通过团队学习以及个人挑战的方式去开展教学, 可以让学生们获得更加明显的潜能激发, 提高学生们的合作学习水平, 给学生们的综合素养培养以及社会适应能力培养带来更加积极的促进作用。在初中体育教学过程中, 教师要将生活化教育理念贯穿于整个教学活动之中, 让学生能够充分体验到生活当中所存在的乐趣和价值, 从而对他们进行有效的引导与学习。

(二) 拓展训练的特征

拓展训练可以在整个世界范围当中进行传播, 与拓展训练具有的特点有十分紧密的关联, 与传统体育课堂教学模式进行比较, 拓展训练教学模式更强调对学生的全面素养以及身心健康发展。拓展训练可以展示学生们的主体地位, 相对于传统体育课堂教学而言, 拓展训练能使学生更积极, 主动地表达思想, 让学生们的潜能获得更加明显的激发, 同时拓展训练也更加重视带给学生合作学习能力, 使学生在体育运动中能够形成出色的合作学习意识, 而拓展训练更强调学生个体间合作学习, 不管是哪一类个体, 拓展训练中没有一个是与外界无关的, 但要共同做好有关工作。因此, 拓展训练对学生合作学习意识和合作学习精神的发展具有十分明显的促进作用。拓展训练最为显著的一个特征, 可以让学生们更加全身心的融入到课堂教学活动之中, 这样一来就可以帮助学生们更加迅速地集中注意力, 尤其是拓展训练当中各种不同的项目在难度上面存在一定的区别, 更加注重让学生们将自己的注意力集中在具体的训练当中, 让学生们在体育训练当中不断的挑战自己、突破自己, 确保学生能够在拓展训练中取得更明显地突破, 有着更强大的学习动力。在拓展训练当中, 学生们也可以在参与体育活动的过程中不断地反省自己, 拓展训练开展过程中, 在各种实

际情况所带来的限制当中, 学生个体差异十分明显, 他们的体能素质和心理素质方面也存在比较明显的区别, 对于拓展训练的理解以及认知可能会出现非常明显的区别。所以教师一定要注重发挥出属于自己的引导性作用, 使学生在拓展训练项目中充分发挥出自己应有的潜能, 尽量完成各种不同的体育训练项目, 这样一来就可以让学生获得更加优秀的知识学习体验, 让学生们开展更加积极主动的反思。

二、初中体育教学开展过程中的拓展训练应用策略

(一) 改变了传统课堂教学观念, 满足新课程标准改革教学理念

初中阶段的学生们无论是身体还是心灵都正处于非常迅速的发展阶段, 其身体发展是在教师有效地指导下进行的, 能实现更好地成长目标, 因此, 教师必须重视对学生身体素质所带来的正面有效指导。根据课堂教学开展现状, 体育课堂教学更加注重快乐的体育教学, 这使得小学体育课堂教学以游戏教学活动为主, 在初中体育教学中, 还必须知足常乐, 进行游戏化地教学改革, 在加强培养学生对体育学习兴趣, 开展多种优秀拓展训练内容整合, 保证学生们可以参与到更加丰富的体育训练之中。根据以往课堂教学经验, 教师将拓展训练融入体育教学的发展中, 能使体育教学有更多的体育练习项目, 还能使学生的身心素养得到更出色地加强, 确保学生在体育教学课堂中能够产生较为主动的体育知识学习观念, 给学生带来优秀的体育综合素养培养。目前的学校也开始越来越重视学生在课堂教学中主体地位, 因此, 教师在教学中必须尊重学生的主体, 给学生带来学习兴趣的有效激发, 尽量从学生的角度出发进行课堂教学活动的设计, 给学生们带来更加全面的身心素养培养, 给学生优秀的身体健康状况打下一个更加坚固的基础。

(二) 改变传统的课堂教学方式, 增强课堂教学的效果

拓展训练更重视学生们自身在初中体育课堂教学之中的个人感受, 因此老师们在进行课堂教学时, 要在促进学生知识学习的前提下, 强化课堂教学活动的挑战性以及合作性, 保证学生们可以在个人以及团队的角度上面的, 都获得更加明显的个人能力提升。当前拓展训练中多种项目理念并存, 它还包括个人项目和团队项目这两个不同类型, 在教学活动设计过程当中, 教师要使学生在个人基础上不断挑战, 突破自我, 给学生们带来更加充足的学习自信, 使学生真正理解团队合作具有的意义, 理解合作学习具有的巨大动力, 避免学生们在面对在复杂体育项目中产生自卑学习心理。纵观初中体育课堂教学传统设计, 教师总是以完成体育训练为目的, 去进行一些简单、高难度项目策划, 它不能很好地满足学生身心发展的需要, 学生身体机能和肌肉强度, 在这样的课堂教学活动背景当中也很难获得有效的锻炼, 拓展教学相比于传统的教学模式难度要更高, 所以教师一定要充分地进行拓展训练的应用, 调动学生们身体当中的潜力, 避免对于学生们的身体素质培养造成一些不利的影响。教师在课堂教学开展之前, 一定要深入的了解学生

(下转第2027页)

行多媒体教学方式的应用,但是多媒体教学的应用方式一直都比较单调,无法激发学生们的知识学习热情,还有一些教师会在开展课堂教学的过程中,将大部分的精力都放在多媒体教学课件的制作上面,导致多媒体教学课件直接成为课堂教学的主体,整个语文教学课堂出现非常明显的本末倒置的情况,教学开展过程中,多样化的多媒体教学课件对于班级当中的学生们来说有着非常强的吸引力,可以让学生们生动形象地进行文字当中各种美丽景色的感受,所以初中阶段的语文教师就可以通过图片、视频以及音乐等方式进行课堂教学情境的创设,让学生们在这样的感官刺激当中积极主动地融入课堂教学情境里面,创设情境的方式有很多种,多媒体教学信息技术有着属于自己的优势,利用多媒体教学技术以及网络资源当成是核心进行信息技术的应用,可以让知识改变过去单一的文本展示方式,转变为超越文字的声音、图片以及视频等不同的形式,通过更加优秀的课堂教学形式优化,开展更加高质量的知识内容讲解,让课堂教学的教学评价得到更加明显的反馈。对于班级当中的学生们来说,越是真实的课堂教学情境,所带来的知识内容对于学生们来说就越是可靠,在真实的教学情境当中进行应用也更加的轻松,真实的教学情境化里面包括学生们真正接触过的教学情境以及间接接触过的课堂教学情境,在面对各种抽象内容的时候,教师可以利用信息技术进行情境创设,保证学生们可以获得更加优秀的语文知识学习效果。例如教师在引导学生学习文章《春》的时候,教师就可以让学生们在多媒体教学的帮助之下观看各种春天的美丽景色,之后让学生们利用自己的感受,将合适的词汇寻找出来,形容一下春天所拥有的美丽,之后利用阅读的方式感受文章当中的各种美丽春天景色。这样一来学生们在自己正式开展写作的过程中,就可以

将属于自己的情感充分地表达出来,创作出来的文章也可以拥有更加丰富的内涵,教师在开展写作教学的过程中,可以和学生之间进行沟通交流,创设出一个更加符合课堂教学内容的情境,让教师和学生以及学生和学生之间开展积极的沟通交流,提高学生们的知识学习主动性,构建一个更加浓厚的数学知识学习氛围。

结束语:

综上所述,写作对于学生们来说,可以让学生们的综合素养得到更加明显的展示,给学生们带来更加优秀的写作水平培养,教师也应该将学生们的语文知识当成是主要的基础,让学生们通过长时间的积累,掌握更加丰富的优秀语文文章,从而让学生们在进行文章写作的时候,可以拥有更加丰富的素材可以进行借鉴,强化学生们的写作灵感,帮助学生掌握丰富的写作知识内容,提高学生们的语文知识应用水平,给初中阶段的语文写作教学带来更加优秀的课堂教学效果。

参考文献:

- [1] 苟辉军. 基于情景教学在初中语文写作教学中的运用分析[J]. 课程教育研究, 2019(26): 101.
- [2] 叶瑞华. 浅谈情景创设教学法在初中语文写作教学中的运用[J]. 作文成功之路(中), 2019(01): 81.
- [3] 郭文甫. 情景教学在初中语文写作教学中运用思考[J]. 中学课程辅导(教师教育), 2019(22): 65.
- [4] 盛常清. 合理应用情景教学, 提升初中语文写作有效性[J]. 中学课程辅导(教师通讯), 2019(07): 13.
- [5] 张平菊. 情景教学在提高初中语文写作水平教学中的运用[J]. 新课程学习(上), 2019(07): 20.

(上接第2025页)

们的知识学习状况,利用针对性的测试方式,结合学生们的实际情况,使用点对点的教学模式来进行各种运动项目的创设,从而给学生们带来更加优秀的感知水平培养。例如教师如果想要让学生们获得团队合作能力的培养,就可以将热身活动改变为跑步、跳绳、踢毽子等等,让学生们在活动的过程中完成热身,缩短了同学间的差距,构建更好的合作学习气氛。后为确保学生对体育训练的内容比较熟悉,教师可允许学生从兴趣爱好中选择热身运动,这样一来就可以让学生们进入到各种不同的合作学习小组当中。例如教师在引导学生学习的时候,可以进行拓展训练的任务,让学生们参与盲人方阵以及信任背摔等活动,让学生互相合作学习、信任对方,这样一来就可以让学生得到了更充分的成长。从而提高他们的能力。另外培养孩子自信,自信是一种很重要的品质,一个人如果没有自信的话,那么他就不会有任何进步,所以家长和老师应该重视这个问题,积极地培养孩子的自信心。

(三) 以学生生长规律为出发点,合理设计教学方案

在常规课堂教学中,教师总是从教学大纲开始设计教学内容,在教学活动中面向全体学生也是很均匀,这样对学生而言并不能为其带来个性化发展,教师在教学设计的过程中也无法从学生们的个人特征出发去开展课堂教学,这就导致一些学习成绩优秀的学生会觉得体育训练非常的简单,长时间下去学生们的体育素养就会出现非常明显的两极分化的情况,尤其是对于一些身体素质不够优秀的学生来说,他们在心理活动上面会出现一些比较明显的负面情绪,所以教师一定要循序渐进地开展课堂教学,力求符合学生个人发展规律。比如,在初中拓展训练的设计部分,教师要以健康第一为准则,完成课堂教学设计,给学生们带来一些更加优秀的体能训练方式,让终身教育思想贯穿于整个课堂教学过程中,有助于学生树立更好的

人生观和价值观,发展学生卓越思维。比如,教师能提出一些开放性更强的问题,来让学生们在不断思考问题的过程中,学习到全新的拓展训练体育项目,比如,同学们如果在没有板凳的情况下想要坐下,都可以使用什么样的方式呢?这个时候学生们通过集体的讨论就可以渐渐地发现,可使前者坐在后者的腿部并坐一圈即可完成活动训练,这样一来学生们就可以获得创造性思维的锻炼,同时也可以让学生们更加充分地感受到团队所拥有的力量,在拓展训练当中给学生带来更加优秀的身体素质锻炼。所以说要想提高学生的身体素质,除了平时注意锻炼身体之外,还需要进行一些必要的体育锻炼,这样才能够更好地促进自身身体的健康发展。

结束语:

综上所述,目前的初中体育课堂教学开展过程中,因为传统的体育课堂教学思维所带来的影响,我国的体育课堂教学开展过程中存在很多非常明显的问题,要求教师重视加强体育课堂教学改革,通过改变传统的教学思维和教学方法,赋予拓展训练中体育课堂教学实效性带来更加明显的强化,保证学生们在进行体育知识学习的过程中,可以在身体素质以及个人品质上面都获得更加长远的发展,构建一个更加符合新课标改革要求的拓展训练体育教学课堂。

参考文献:

- [1] 吴娜. 初中体育教学中引入素质拓展训练的可行性及方法研究[J]. 青少年体育, 2019(10): 95-96.
- [2] 高艳军. 立足学生实际,做好拓展训练——拓展训练在初中体育教学中的应用分析[J]. 新课程(中), 2019(09): 90.
- [3] 王丕坦. 初中体育教学中拓展训练应用的研究——初中体育课堂的游戏教学[J]. 新课程(下), 2019(04): 45.