

学科,更可以培养学生养成严谨谨慎的逻辑思维能力和理性思维。初中三年级是初中阶段最重要的时期,是初中学习结果的总结,更直接与学生的前途命运直接相关。因此,在初中三年级阶段,优化数学教学模式不仅是教学改革内在的要求,更是提高学生中考成绩的关键环节。

一、制约初三数学课程复习和成绩提升的因素

(一) 课堂教学主体的角色错位

关于教学,布鲁纳曾说:“我们教一门科目,并不是希望学生成为该科目的一个小型图书馆,而是要他们参与获取知识的过程。学习是一种过程,而不是结果”。从这个角度来讲,传统数学教学模式所带来的“满堂灌”现象就违背了数学教学目标,与新课程改革方向也是大相径庭。在课堂教学中,教学知识得以传播的载体是教师的教学,教师既是课程内容和教学方法的设计者,又是课堂节奏的把控者,但学生才是课堂教学的主体,如果学生的课堂参与感不高、学习热情不足就会让学生陷入疲倦、厌烦的状态中,影响学生的心理健康,从而使课堂氛围和教学效果大打折扣,而现有的教学模式所显现出的教学主体角色错位的现象,正在使学生逐渐丧失数学学习的兴趣,严重制约着初中数学教学进程。

(二) 课堂教学内容的一知半解

学生对于课堂教学内容的理解主要表现在:学生从不知到知,从知之甚少到无所不知,从兴趣全无到灵活运用,也就是通常所说的有效教学,即通过教学活动,让学生在学上有所得、有所感、有所启发、有所创造。学生对于课堂教学内容的理解能力直接影响着学生的考试成绩,但是现行的初三数学教学过程中,教师往往着重于采用题海战术让学生掌握某一个数学知识,或者让学生套用某一个公式进行同类型问题的解答,着眼点在于提升学生应试成绩,但是这样机械性教学过程作用下,学生对于数学知识点以及知识点与知识点之间的内在联系理解不到位,学生的创新思维和创造力得不到培养和发挥,数学教学真正的存在价值将得不到真正意义上的实现。

二、优化初三数学教学模式的策略

蔡元培曾说:“教育的艺术不在于传授,而在鼓舞和唤醒”。中考背景下,部分学校和教师“压榨”学生时间,课上、课下一起抓,让学生们的精神状态和心理健康,以及学习效果受到了严重的影响。而只有提升学生的数学理论基础、科学严谨的思维才是真正提高学生中考成绩的重要方法。而想要实现这一目标,同时实现初中数学教育的最高目标,必须正确认识认识到学习过程的种种问题,积极寻找和落实问题的解决办法,并及时根据不同时期所出现的新问题调整新方法,以下就优化初三数学教学模式的策略进行探究。

(一) 学生为主,强化理解

学生在课堂教学过程中的作用是不言而喻的,没有学生的主动学习、积极思考、兴趣培养,单纯依靠教师的“教”,教学过程是无法正常开展的,良好的教学质量更无从谈起。因

此,对于初三年级学生的教学,应该侧重于学生思考能力的培养,引导学生从不同的角度出发,运用不同的解题公式,得到不同思路的解决方案。通过这样的积极引导,学生在课堂学习中的参与感得到了强化,学生脑海中的初中数学理论知识架构得以建成,学生的独立思考能力和自主探究意识得到了培养,对于提高学生的中考成绩来说,意义是深远的。

以北师版初中数学三年级下册《用三种方式表示二次函数》的内容教学为例,本节课的教学重点在于利用二次函数公式表示变量之间的关系,并运用这种关系解决实际问题。教师在开展教学时,可以设置问题情境,如果矩形画台的面积是 20m^2 ,设长、宽分别为 x 、 y ,通过函数表达式总结 x 、 y 之间的变化规律。然后可以组织学生进行小组讨论,通过假设 x 的值,得到不同 y 值,从而探究其内在关系,进而得出函数的基本特征。这种方式的引导,不仅仅是学生自主探究的过程,更让教学效果得到很大程度的提升。

(二) 教师为辅,强化引导

虽然新课程改革一直在强调凸显学生的主体地位,但教师一定要明确认识这并不意味着教师可以“甩手当掌柜”,而是要承担更多的责任,发挥更大的作用,引导学生进行初一、初二及初三知识的温故知新,夯实学生数学学习的基础,同时,为学生梳理清晰的解题思路和考试重难点,通过定期测试和分层评价的形式对学生的复习情况和学习进度进行科学评估,以便于为不同基础的学生提供及时的指导。

以北师版初中数学三年级下册《车轮为什么做成圆形》的内容教学为例,本节课的重点在于理解圆的概念及点与圆的位置关系。教师可以积极导入生活体验,列举自行车、汽车等交通工具的车轮,让学生结合生活体验,明确圆形车轮更加稳定的结论。同时可提问,三角形是最稳定、不容易变形的图形,为什么不可以做成三角形?这里就是知识的温故知新环节,教师要引导学生列举三角形的形状特征,然后与生活实际相结合,想象三角形轮胎运动过程的特点,进而得出轮胎为圆形的结论。基于想象联想与理论知识结合的教学方法,一方面让学生回忆了学过的知识点,另一方面学生对于圆形的基本特征也有了初步概念。

结束语

苏霍姆林斯基在《教育艺术》中曾说过:“在人的心灵深处有一种根深蒂固的需要,就是希望自己是发现者、研究者、探索者”。因此,为了适应当前教育发展需求和中学学习要求,就要在初中三年级这个冲刺阶段优化教学模式,将以学生为本的理念贯穿到整个学习阶段,就要要求教师为学生理清思路、开发新方法、平衡心理状态,让学生以扎实的理论基础、严谨的解题思路、良好的心理状态积极应对中学升学考试。

参考文献

- [1]刘佳佳.课堂教学模式从教到学转变问题的研究[J].黑河教育,2019(09).
- [2]尹明锋,盛兆芹.初中数学课堂教学现状和解决策略[J].中国农村教育,2019(05).

探讨少儿趣味田径体能训练开展的策略

贾革萍

(山西省临汾市体育运动学校 山西 临汾 041000)

摘要少儿趣味田径训练是当前少儿体育训练工作开展的重要组成部分,田径体能训练能够强化学生身体素质,符合当前国家体育总局,国家教育部门提出一体教融合二要求,趣味田径能够激发学生积极性和兴趣爱好,提高体育田径训练中中学生参与的整体水平。下面文章通过对少儿趣味田径进行分析,探讨趣味田径下体能训练开展策略,希望能够为相关教学训练提供一些参考。

关键词少儿田径;田径训练;体能训练;趣味田径

DOI 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.326

引言

随着国家新教育标准的发布,少儿素质教育也面临着新的挑战,这就要求少儿体育训练同样要有更高的标准,有更科学的训练方式和更全面的教学理念。同样随着国家的政策出台,不仅学校要注重教学改革,社会各界对于这方面的重视也越来越高。而田径作为历史悠久的经典体育项目,在体育中的地位可谓是一无二,我国的田径教育在这样的背景下逐年发展,成绩斐然。

1 趣味田径概述

趣味田径指的是一类新的教学模式,是由国际田联和德国田径联合会共同提出的,在世界范围内已经得到了广泛的推广。特别是在很多发达国家已经取得了很大的成功,趣味田径最大的好处在于不会受到场地以及其他硬件条件的限制,与之配套的器材设施也不会给学生身体带来潜在的伤害。整体上的设计十分新颖,色彩搭配非常艳丽,可以满足新时期人们对于趣味运动的各种要求。更为重要的是,趣味田径可以激发少儿学习田径运动的兴趣和个人潜能,因此在国内的体育锻炼,特别是田径教学和训练中引入这类做法,可以将田径的功能性得到最大限度地激发,也可以使得课堂变得更加丰富,使得学生乐在其中。对于研究者而言,少儿趣味田径的主要研究目标是为了将理论和实践做好相关的融合工作,把激情和娱乐融入少儿田径运动中去。结合特定的方式方法来将少儿田径的整体教学训练效率提升。特别是将基本知识和技能的教育工作提高到新的高度,保证田径运动在少儿学习层面的稳定性、可持续性和趣味性。特别是对于一些新开发的组织活动和比赛项目而言,需要让孩子们在任何地方都可以参加,所以在少儿趣味田径中结合短跑、耐力、跑、跳跃、投掷等项目来开展相关的研究是正确的做法。

2 少儿趣味田径体能训练开展的策略

2.1 做好体能训练分析

首先,根据各类田径训练的要求设计训练内容,注重关键技术的训练与培养根据田径运动项目走、跑、跳、投、走的项目特点对这些项目的训练侧重点进行设计。加强运动员腿部爆发力的训练,通过制定相应的训练计划,提升运动员的专项素质和训练效果。对于竞赛运动员的训练应以分项技术动作的训练为主,加强运动员背肌、腹肌及上肢力量的练习;其次,增加心理训练,保证运动员临场发挥。按照运动员的实际情况制定与之相应的心理训练计划,加大对运动员心理素质的历练和培养,确保运动员在比赛当中能够始终保持一个较为稳定的心理,达成从容面对比赛的困难与挑战。另外,重视身体机能恢复。运动员产生身体疲劳是其在运动训练后产生的正常反应,这一反应需要一段时间才能恢复到正常状态,因此教练员和运动员必须对这段恢复时间给予重视,采取科学有效的方法来恢复和提升运动员的身体机能^[1]。

2.2 训练部分与拓展训练的融合

训练部分是少儿田径体能训练的重头戏,其不仅影响着教学质量,还影响着学生身体素质的发展。在传统的少儿田径教学训练中,一些体育教练受到传统教学训练理念的影响,采取单向训练的方式,引导学生机械地按照要求活动。如此教学,使得课堂枯燥乏味,学生的参与积极性也不是很高。甚至一些学生在参与过程中,对田径训练产生了排斥心理,不利于

其后续发展。因此需要在教学的过程中加强少儿的训练水平,通过对应的拓展训练保证学生的整体水平得到更高的提升。因此拓展训练对于学生的成长非常重要。

2.3 提高训练的科学合理性

以教学为基础来看,少儿学生的个体差异较大,每个学生的身体素质存在不同情况的差异。因此,教师要根据每个班级的情况设计合理的训练方法及手段,让田径训练更加的人性化和科学化。在学生身体素质日渐强壮的同时,不断地增强学生的田径竞技技巧。过量的训练强度,可能会导致学生受伤,而较弱的训练强度,则达不到理想的训练目的,这样的训练时间内无法让学生提高自身的竞技技巧。田径训练的初衷是为了增强学生的体魄,并学会田径的相关技术,因此,少儿体育的田径训练中,教师的教学设计尤为重要。比如,训练100米短跑时,如果教师一味地让学生全速跑,只会消耗学生的体能,这并不是合理教学内容设计,应注重起跑、加速、减速的技术技巧,并有针对性的训练,这样才能根据学生的差异做出合理的教学安排。训练学生的同时,也要发展学生的个性化,田径训练不仅能锻炼学生的身体,还能磨炼学生的意志。教师也要不断地鼓励学生,带领学生向更有难度的训练前进,让学生们的身体素质和训练难度达到更好的兼容,让学生形成本能的身体反应和身体机能,以最快的速度进入训练状态中,达到训练目的^[2]。

2.4 利用多媒体技术培养学生对田径运动的兴趣

为了培养学生对田径运动的兴趣,更好的让学生了解田径运动的本质,以及田径运动的竞争方式,教练可以利用多媒体信息技术,调动学生参加田径运动的积极性,提高学生参加田径运动的兴趣。在田径训练中,为学生营造轻松愉快、和谐民主的训练氛围,以更加轻松的方式培养学生对田径运动的兴趣。比如在田径训练中,教练可以为学生使用多媒体信息技术的通过播放视频的方式,将各种国内国际上激烈赛事,同步播放或回放,吸引学生注意力,鼓励学生积极参与田径训练中来。为学生树立良好的职业偶像,鼓励学生向自己的偶像学习,并为之奋斗,早日实现自己的田径梦想。

结语

总之,趣味田径训练不仅可以使学生达到强身健体的目的,更可以使学生的身体素质得到良好发展,同时也可以充分拓展学生的思维创造能力。为强国人才,有目的地安排学生进行有计划的训练,此外,教师还要对学生训练过程中出现的问题及时做补救和调整,以此提升教学质量,以促进学生健康发展。

参考文献

- [1]陈明庆,杨龙凤,彭涛,梁代春.少儿趣味田径运动的组织方法与策略[J].体育教育,2018,38(11):23-24.
 - [2]廖启亮.初中体育教学中田径训练的强度控制[J].田径,2019(4):14-15.
- 作者简介:
贾革萍,女1973.11.4,汉 山西省临汾市,大学本科。副高级讲师。研究方向:少儿体能,田径。

对特殊教育学校中开展肢体残疾学生田径运动训练的方法探讨

王 达

(菏泽市定陶区特殊教育学校 山东 菏泽 274100)

摘要特殊教育学校接收的都是具有一定身体缺陷的学生,而其中就包括了肢体残疾学生,针对这一类学生,在开展田径运动训练过程中,要结合其心理特点以及生理特点,制定科学的训练方案,提示训练的科学性及有效性。本文开展了对特殊教育学校肢体残疾学生进行了田径运动训练方法的探究,观察应用效果。

关键词特殊教育学校;肢体残疾;田径运动训练;方法

DOI 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.327

一、明确训练目标,增强学生信心

在人们进行各种社会活动过程中,订立合理的目标,可以帮助他们达到准确的目的。在对特殊教育学校的肢体残疾学生进行田径运动训练过程中,需要对学生进行专项水平的认

知,并根据田径运动的技术特点,与学生共同商议,确定共同的训练目标。对于田径运动训练来说,主要是设立近期内体能和专项素质训练的目标,第二是建立阶段训练目标,在提升专项技能基础上,提高其耐力,第三是订立远期训练目标,帮助学生在自身基础上,获得长