

首先要引导孩子养成一些好的习惯，有了好的行为习惯，他自然就会优秀起来。

2.和家長約定每個星期五通一次電話。因為父母在外打工，通話的內容是反映洋洋在學校的表現，主要是聽課習慣上的進步，然後再通過家長的口對洋洋進行鼓勵，讓他感受到家長的關愛與老師的期待，就如大禹治水，給孩子的行為開一條引渠。

3.正面鼓勵，精神支持。每次見到洋洋都會問他：“今天上課有沒有開小差呀？”當他挺直腰杆對我笑着搖搖頭時，我就對他豎起大拇指，如果他是不好意思笑，我就裝着失落走開。逐漸地我們之間形成了一種習慣，後來不用我問，他一見到我就主動汇报。另外我也經常引導孩子分析自己沖動帶來的後果。共同分析家、老師的做法，引導他理解家人老師的管教，學生站在對方的立場考慮問題。學習指導：引導學生正確對待自己的學習中的困難和困惑，採取積極的態度對待學習，制定適合自己的學習計劃，彌補學習中的缺漏。

4.師生互動：對於這個學生，我不直接批評，不與他發生正面衝突，非常注意保護他的自尊心，採取以柔克剛的教育方式。當他犯錯誤時，我不會当着全班同學的面說他的名字，而是在與他個別交談時動之以情，曉之以理，耐心幫助他分清是非，意識到自己的錯誤，並願意主動地去改正。逐漸緩解緊張的師生關係，使他逐漸接受老師的教育。並且平時多留意觀察他的情緒變化，經常與他交流、溝通，深入了解他的內心世界。

歸納總結：  
影響家校合作的关键因素，可歸結為學校的態度和家長的素質。這二者最終決定着家校合作的成功與否。因此，改變學校的消極態度，提高家長的素質，重視與家庭教育的有機結合，創設和睦的家校合作氣氛，才能更好促進學生形成健康成長。

1.教師對家校溝通的重要性的認識，是影響這一溝通的重要主觀因素，如果充分認識到了家校溝通的重要性，則家校溝通可能收到實效。

2.學生的溝通作用。學生在學校之間所做的溝通作用，也是一個很重要的因素，隨着學生年齡水平的提高，家庭與學校合作的積極性也在下降，參與活動的頻率也在降低，所以對於不同年齡的學生，應當採取不同的合作模式。

3.家長的素質。這是一個很直接的因素，不可否認，家長素質越高，合作的可能性越大，同時效果也越好。同時，家長的特性也影響着學校的合作，所以在面對不同的家長的同時，學校要區別對待，這樣才可以使家校合作開展的順利，才可以實現合作目標。

案例反思：  
通過這件事，我感受到與家長交流時，需要說話的藝術。比如在談論孩子的表現時，應先說孩子好的方面，要適當地發現孩子的閃光點，然後再說孩子的不足或需要改進的方面，這樣家長比較容易接受。其次，在雙方交流時可運用一些非語言的反馈，如在與家長交流時，可通過觀察家長的眼睛和面部表情來了解其是否在接受自己的信息。再次，在與家長溝通時，應積極傾聽，並能進行“角色换位”思考，多站在家長的角度上思考問題，提高傾聽的效果，與家長較少發生矛盾。最後，我認為溝通時平和的態度很重要，當溝通雙方由於某種原因產生情緒問題時，溝通往往沒有任何效果。因此，作為教師，應調整好自己的情緒，心平氣和地與家長交流，並且往往沒有什麼氣一定要為他們的孩子着想的角度來探討問題，可能效果会更好一點。

由此可見，當兩種教育進行了科學的聯合後，教育不再是難題，教育出優秀的孩子也不再困難，關鍵在於，我們應把學校協同教育做深、做廣，作為教師，我們只有走入了孩子的家庭，才能把希望的種子播撒在孩子的內心。

## 借助游戏活动，优化幼儿教学活动

姜迪

(吉林省长春市东师附小益田幼儿园 吉林 长春 130000)

**摘要** 幼儿教育纲要中明确指出：幼儿教育应尊重幼儿的身心发展规律和学习特点，以游戏为基本活动，保教并重，关注个别差异，促进幼儿的个性发展。确实，游戏是幼儿的最爱，而且游戏活动给幼儿提供了探索和思考的环境，提供了表达与交流的机会，所以幼儿的各项能力均会在一定程度上获得发展提升。因此，幼儿教师应充分认识到游戏活动对于幼儿成长与发展的独特价值和意义，将游戏活动与教育活动有效结合起来，从而在营造良好环境氛围的同时调动幼儿的积极性，从而切实促进幼儿的发展与成长。

**关键词** 游戏活动；幼儿；教学活动

**DOI** 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.324

以游戏为基本活动，寓教育于各项活动之中是幼儿园教育工作的原则之一。因此，幼儿教师应组织开展多样化的游戏活动，从而为幼儿创设良好的教育环境，并通过游戏激发幼儿的智慧潜能，从而促进幼儿身心和谐发展。

**一、体育游戏，增强幼儿的身体素质**

幼儿的精力非常旺盛，他们喜欢跑、跳之类的游戏，然而现代社会中的电子产品占据了很小小朋友的户外游戏时间，影响了幼儿的视力以及生长发育。因此幼儿教师应组织幼儿开展多样化的体育游戏，并让幼儿更多地体验幼儿游戏的乐趣，从而引导幼儿养成终身体育的意识和习惯。

首先，教师可以引导幼儿开展民间体育游戏。如“老鹰抓小鸡”，这一民间传统游戏，既不需要任何工具，又不需要很大的场地，还能够有效锻炼幼儿的灵活奔跑能力。因此刚开始的游戏环节，教师可以扮演鸡妈妈，一名幼儿扮演老鹰，其余幼儿扮演鸡宝宝，然后展开抓捕、躲避等活动。当幼儿熟悉整个游戏规则，并有一定自我保护意识后，教师就可以在旁边裁判，让幼儿们轮流当老鹰、鸡妈妈、鸡宝宝等角色，从而让幼儿们更多地享受游戏的乐趣。民间传统游戏还有跳房子、123木头人、编花篮等，教师可以结合幼儿的年龄特点加以选择。

其次，教师可以借助废旧轮胎、呼啦圈、平衡车等工具，组织幼儿开展户外体育游戏。很多小朋友喜欢走边边角角的小路，那么教师可以将轮胎整齐排列，然后让幼儿踩在轮胎上前进，让他们试试能不能顺利走过轮胎。整个游戏活动中，幼儿们的身体平衡能力以及动作协调能力都能得到有效锻炼。

**二、美工游戏，培养幼儿的动手能力和审美情趣**

艺术是幼儿五大教学领域的重要组成部分，而美术又是艺术的重要组成部分。传统美术活动是绘画，现代社会背景下更多的是倾向于手工练习。然而手工练习中需要大量的器材和工具，所以材料消耗确实是一大难题。然而日常生活中的很多废旧物品都能够成为幼儿美术创作的宝贵源泉。因此教师可以组织幼儿运用废旧物品展开美术创作，从而使重要其变成美好生活的艺术品。

孩子们过生日时用过的蛋糕碟子，只是简单盛一下蛋糕就会被当作垃圾扔掉。教师可以让幼儿在日常生活中搜集和清理蛋糕碟子，并将它们带到幼儿园，然后运用其进行涂画，制作蜘蛛、金鱼、小兔子、小猴子以及钟表等手工。以“金鱼”的制作为例，幼儿要准备两个蛋糕碟子，水彩笔，胶棒等工具，然后将其中的一个蛋糕碟子剪成鱼鳞、鱼嘴以及鱼尾等形状，并画出小鱼的眼睛，最后将剪切好的碎片加以拼接，一个栩栩如生的金鱼就制作好了。

还有日常生活中用过的一次性纸杯，也可以成为幼儿美术创作的重要工具。教师可以运

教育案例(二)：家长委员会推动家校和谐发展

家长是学校最重要的合作伙伴、最宝贵的教育资源。在2019年，我们西牛小学设立了家长委员会。之后，学校从家长委员会规范化建设入手，开展系列活动，让家长参与学校教育。2019年3月，学校通过征求家长、班主任和村委会的意见，推荐选举出12位学校家长委员会委员，让他们可以“参与一知情一监督一决策一沟通”学校方方面面情况，切实推进家校共育工作。为了让家长委员会发挥出应有作用，让绝大多数家长都能参与孩子教育，学校制订了家校共育实施方案，明确家校共育目标，并通过家长委员会开展“家长进课堂”等谈话活动，畅通了学校、家长之间的沟通交流。家长代表走进校园，充当“一日教师”，进行督导检查。家长代表通过参与课堂听课、学生营养管理、校门口执勤、学校班子会等，全面地了解孩子的在校状态，更了解老师和学校的工作，以便提出建议，改进和提升学校各项工作，实现家校和谐、师生和谐、亲子和谐。

家校合作路径探索：

一个孩子承载着一个家庭的希望，千万个孩子昭示着祖国的未来。学校主导下的共育，要创新形式，注重合作施教的实效，让孩子健康成长。《学会生存——教育世界的今天和明天》(联合国教科文组织国际教育发展委员会编著)一文指出：“明天的教育要试图使家长能够直接参与学校结构，共同制订教育计划，并共同实施。”这是密切学校与家庭的发展性策略。我校高度重视家长在育人方面与学校的合作，做到家长参与学校管理、参与课堂教学、参与亲子互动。

1.参与学校管理。学校成立了校、级、班三个层面的家长委员会。“家长委员会”是一种家校合作的很好的方式，是沟通家长与学校，实现家校共育的重要管道。学校各层级的家长会每学期不定期召开会议，及时把学生、班级、学校大事向家长委员会报告，重要决策先征求“家长委员会”成员的意见。家长委员会的成员经常与学校领导、老师、子女交流，为学校的发展出谋划策，向学校反映家长的意见，并就学校的发展提出合理化建议。

2.参与课堂教学。“家长开放日”是学校为家长参与体验学校教育的“窗口”，也是家长最长期的参与。我校每学期至少一次的开放日活动，分别组织家长进教室参与课堂教学，观察孩子课堂表现，观摩学校大型活动，得到了家长的高度认可。

3.参与亲子互动。学校积极开展“与孩子共成长”的亲子互动活动：一是开展“让书香弥漫家庭”亲子共读活动：在读书节期间，要求家长不但给孩子创建一个良好的读书环境，还要与孩子共读一本书，然后写出自己的读后感。学校设计“亲子共读卡”，由家长和孩子共同完成，学校评奖。二是开展“感恩在行动”亲子互动活动：学校各中队举行以“感恩父母”为主题的少先队活动，邀请家长参加。在活动中，家长与孩子互动，真情感人，不少父母与孩子都流下了感动的泪水，孩子受到深刻的教育。

案例反思：

苏霍姆林斯基在《我们的“家长学校”》中强调：“学校和家庭，不仅要行动一致，要向儿童提出同样的要求，而且要志同道合，无论在教育的目的上、过程上还是在评价上，都不要发生分歧。”因此，我们开展家校合作，对师生的品行共评互议，引领孩子健康成长。

以学校为主导的家校共育，是一个系统工程，也是一项长期必须坚持下去的工作。只要双方注重沟通、协调、合作，创新共育机制，“家校共育”一定能绽放绚丽的花朵，结出丰硕的果实。

“2019年度河北雄安新区教育科研课题xw2019019”

用多媒体课件呈现其他小朋友创作好的纸杯手工作品，然后让幼儿在观察的基础上展开模仿创作。

整个美术创作活动中，幼儿们会经历剪切、拼接、创意设计等一系列的操作活动，如果幼儿有需要帮助的地方，那么教师就要在操作示范的基础上鼓励幼儿自主操作，从而让幼儿加强自主锻炼。

**三、角色游戏，培养幼儿的语言能力**

角色扮玩游戏，即，引导幼儿分别扮演不同角色，然后围绕角色本身展开一定的语言表达和沟通交流。角色游戏模式下，幼儿们会沉浸在角色故事里，会围绕角色展开一系列的思考与表达，所以他们的语言思维能力以及交流能力会得到有效锻炼。

首先，教师可以引导幼儿在娃娃角的区域活动中展开角色扮演游戏。娃娃角区域内，教师可以引导幼儿分别商场的导购员和顾客，或者是分别扮演医生和病人等角色，并展开一定的语言表达交流。比如扮演病人的小朋友要描述清楚自己哪里不舒服，扮演商场导购员的小朋友要尽自己所能，介绍商品的特点等，而且参与游戏的小朋友还会加强表达与交流，因而每一个小朋友的语言理解能力和表达能力都会得到有效提升。

其次，教师可以引导幼儿结合绘本故事展开角色扮演游戏。绘本是幼儿们非常喜欢的童话故事，绘本中简单的语言文字以及色彩鲜艳的图画总是能够深深吸引幼儿的注意力。比如《母鸡萝丝去散步》，这一绘本就深受幼儿的喜爱，其内容滑稽可笑，其中母鸡的动作还能够让幼儿生动理解“绕过、经过、走过”等词语的含义和区别。因此幼儿初步阅读这一绘本故事时，教师可以让幼儿描述他们看到的封面内容，即封面上都有什么内容。小朋友会发现，绘本封面上有狐狸，有母鸡，有果树，有小花小草，还有房子。小朋友会在语言表达中经历观察、分析以及语言组织的全过程。表演游戏中，教师可以准备相应的道具，表演狐狸的小朋友走路时要小心翼翼，鼠头鼠脑，表演母鸡的小朋友走路时要大摇大摆，并且他们可以结合故事情节表述出相应的语言内容。

无论是角色游戏还是绘本阅读游戏，教师都要适时参与其中，倾听幼儿的表述内容，并做出相应回应，从而切实给幼儿创设想说、会说、乐说的环境。

总而言之，游戏活动是幼儿教育教学活动中的重要组成部分，因此教师要组织幼儿展开角色扮演游戏，美工游戏以及体育游戏，从而让幼儿在趣味十足的游戏活动中展开观察、类比、分析、操作、表达与运动，进而切实促进幼儿的全面发展与健康成长。

**参考文献**

[1]基于课程游戏化的幼儿游戏课程教学改革[J].郑爱民.才智.2020(11)

[2]相信孩子 静待花开——浅析区域材料对幼儿游戏的支持策略[J].陆思伊.科学大众(科学教育).2020(06)

## 探析中考背景下的初三数学教学优化模式

黄军凤

(平远县田家炳中学 广东 梅州 514000)

**摘要** 《初中数学标准》中明确指出：义务教育阶段的数学课程是培养公民素质的基础课程，数学教育承担着既要使学生掌握现代生活和学习中所需要的数学知识和技能，更要发挥数学在培养人的理性思维和创新能力的责任。随着技术的不断更新和社会的不断进步，数学知识和技能与生活的联系日益密切，数学知识的运用越来越广泛。但现阶段数学课堂教学模式侧重对知识的灌输，对学生逻辑思维能力及数学知识应用于生活的能力培养有所欠缺。文章立足中考背景下的初三数学课堂教学现状进行探讨，并提出改善现状的具体策略，以期对优化教学模式有所裨益。

**关键词** 初三数学；中考；教学模式；优化

**DOI** 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.325

引言

在初中阶段，数学课程是一门非常重要的学科，它不仅是提高学生整体考试成绩的关键

万方数据

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。

以北师大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,如某矩形画台的面积是 $20\text{m}^2$ ,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。

以北师大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<sup>[1]</sup>。

##### 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<sup>[2]</sup>。

#### 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