

版八年级体育与健康《乒乓球》时，教师则可以展示学生在乒乓球练习中的具体视频。让学生分析乒乓球的角度以及不同的路径，很多学生能够意识到乒乓球的专业知识内容。进而留下全面清晰的认知，个人也会产生许多的运动兴趣和意愿。

四、结语
我国教育界十分关注学生的健康成长，其中体育教学工作的改进非常重要。多样化的教育方法有助于学生形成良好的体育锻炼习惯，这一点符合终身体育教育的相关要求。教师需要以促进学生的全面发展的成长为依据，注重循序渐进和层层推进。以学生的茁壮成长为目标，关注学生的学习兴趣。合理安排不同的体育训练内容，将趣味十足的教育教学内容和方式融入其中，让学生能够真正的意识到体育学习的乐趣。

参考文献

- [1]刘兴石, 许栋, 李璐, 等. 初中体育多样化理念下震川中学田径教学改革的思路与对策研究[J]. 体育师友, 2020(1).
[2]俞晓. 关于初中体育多样化教学改革研究[J]. 当代体育科技, 2020, 010(003): 160, 162.

论趣味田径教学在初中体育教学中的应用研究

任志炜

(内蒙古呼和浩特市武川县第三中学 内蒙古 呼和浩特 011700)

【摘要】《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》指出中学体育要树立“健康第一”的指导思想，推进素质教育引起了人们对体育教育的关注。体育被认为是一门重要的课程，并且从本质上讲良好的身体是学习、工作的基础。因此，有趣的组织形式可以吸引中学生的注意和参与体育运动中去，使中学生在体育课上更加活跃，提高初中生的运动能力和综合素质，让中学生对田径形成兴趣。本文主要分析了有趣的田径运动教学在初中体育课中的应用。

【关键词】趣味田径；教学；初中体育；应用

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.444

随着教育改革的继续推进，素质教育改革更加重视体育教学，特别是最高比例的田径教学。它符合中学生的年龄特点，有利于教育的组织和实施。因此，有趣的田径运动成为新的体育教学模式，对教育领域有深远的影响。体育课引入有趣的运动不仅可以丰富运动训练，还可以使中学生更易接受训练。初中生在教育的关键时期，参加趣味的田径运动既促进了体育教学，提高教学效率，同时提升了中学生的终身体育的意识。

1 趣味田径教学法的基本特征

1.1 趣味性

与传统形式的体育教学不同，它本身就具有趣味性。结合初中学生体育锻炼的实际，愉快地轻松地创建高效生动的体育课，激发学生对于体育锻炼的兴趣。

1.2 竞争性

有趣的田径教学方法以运动竞技的形式组织课堂教学和技能练习，这使得教学与游戏竞赛相结合，不仅保证了游戏乐趣，还有着明确的教学目的和相关性。

1.3 多能力培养

有趣的田径教学方法采用不同的教学方法，教学更加灵活，除了个人项目，还有一些团体项目。并且在此之中，可javascript: void(0);以引导学生发展多种技能，不仅凝聚形成了一个团队，也激发了学生的团结与合作的意识，在锻炼学生的身体的同时，又锻炼了他们的思想，一举多得。

2 借助普通场地，开展趣味教学

趣味田径教学对场地要求不高，通常是学校的场地便可以满足有趣田径运动的要求。在实施趣味田径的教学中，有必要确保场地的清洁平整，以更方便地开展各项趣味的体育活动。在体育课上，老师们可以结合场地的不同条件，开展适合，有趣的田径运动。场地的优化，它对趣味田径教学也是有帮助的，例如在更广泛的领域，便可以让初中生参加跨栏接力训练，可以用各种类型的物品给他们制造障碍，使接力赛更刺激更有趣。当然，如果场地狭窄，可以选择开展蛙跳、跳房子、单脚跳等运动项目让初中生练习，或者进行蛇形赛跑，螺旋赛跑等都可以。

3 趣味田径教学法在初中体育课中的应用

3.1 热身准备中的应用

在体育教学中，做好热身准备活动是必不可少。有效的热身运动可以防止剧烈运动中的牵引损伤等问题。热身准备运动中应用趣味田径教学法的方法不仅可以激发学生的热身兴趣，还可以顺势导入体育教学和运动。传统的体育教学形式是单一的，主要就是热身操、慢跑等，学生对此不感兴趣甚至讨厌。而趣味田径教学法组织的热身运动可以根据运动的性质，利用游戏的方法例如“听数抱团”和“两人三足”“单脚跳接力”等各种游戏形式来组织学生热身，代替传统的热身运动。更新颖、更有趣的蛇形跑、折返跑等形式取代了传统慢跑，新的形式激发学生参加体育运动的兴趣。在热身中，老师可以教学生热身的技巧如呼吸方式、节奏控制等，以此获得理想的教学期望。

3.2 技术教学中的应用

初中体育教学中往往需要大量的技术讲解和教学演示。初中体育田径技术的讲解主要是通过以教师理论、个人示范和实践为基础的模式，因此便存在显而易见的问题：学生学习自主性差，学习热情不高，更不用提田径教学的趣味性了。故而，在体育田径教学中，教师引

入了有趣的教学方法，其目的是使初中生积极参与体育运动中去，在趣味运动中，教师纠正学生运动训练中的不规范动作等情况。比如说用“撕名牌”这一游戏活动组织田径训练教学，注重引导学生掌握耐力，加快跑步的动作要领。值得注意的是老师们在活动开始前，要清楚地解释游戏规则，在保证安全性的情况下，引入加速跑动作分解的讲解，使学生了解基本动作技能的要求，然后组织比赛。为了提高教学的趣味性和竞技性，教师还可以设计奖惩制度，使学生掌握耐力跑的动作技能，在提升中长跑速度的同时，使技术教学得以实现。

3.3 能力锻炼中的应用

除了注重初中生掌握动作技能之外，大学体育教学更加注重学生加强身体素质能力，这是一种“有形”的能力。而为了加强身体素质，那么高质量的锻炼是不可或缺的，使趣味田径教学法在素质练习中最大限度地提高学生体育锻炼的效率。初中体育田径教学的素质训练内容比较少且单一，形式枯燥乏味，总是做重复性的训练。因此，趣味性的田径教学可以让，让学生自觉地参与，高质量的锻炼有利于养成良好的自觉运动习惯。如果进行力量素质训练，老师可以把学生分成小组，进行小团体的蛙跳比赛、跳绳等娱乐性的运动来达到训练动力的效果。在上肢力量训练中，老师可以指导学生开展趣味游戏，如平衡脚力以加强上肢的力量。坚持素质运动中的趣味田径教学的方法使学生不再抗拒素质实践，使素质成为现实，以此增强体质。

3.4 课堂小结中的应用

有趣的体育课是各种教学内容、各种教学方法和评价系统相结合的结果。当学生学习接力技能时，他们必须做好同学之间的合作，学生可以选择团队合作的方式，“报告”对方的错误，帮助同学们提高技能的准确性。在内容方面，用于传递的物品可以不是固定的，传球物除了棍子之外，还可以用羽毛球，毛巾等可以用作传递的对象，通过此还可以体验转移不同事物的转移技巧。教学评价的形式应该全面客观，要尽可能注意每个学生的课堂表现，还可以通过小组内部相互评价以及教师评价，来提高评价的效果。最后，结合跑步练习，使学生运用比较熟练的技巧，然后组织长距离到短距离的接力赛跑，以此深化初中生掌握相关的动作和跑步能力。在实践中，初中体育课的比例仍然很低，主要是以文化课为主。体育运动特别是田径运动结束后，学生们必须适应并迅速返回文化课的阶段，因此教师们必须注意课堂总结，引入有趣的小游戏，使学生能够适当的放松和休息，确保体育教学与文学习之间的良好衔接。

4 结束语

在当前趣味田径教学的创新过程中，教师应该关注以学生为主体，教师为主导的形式，积极创新教学方法，选择丰富的教学内容，创建生动有趣的体育课，让学生尽可能地参加课堂学习知识之中，强身健体，增强体质。

参考文献

- [1]邢德政. 探析趣味田径教学法在体育教学中的价值[J]. 田径, 2020(07): 79-80.
[2]余丽. 趣味田径教学法在初中体育课中的策略性研究[J]. 当代体育科技, 2020, 10(16): 108+110.
[3]张春香. 趣味田径教学法在中学体育教学中运用的研究[J]. 田径, 2020(01): 18-19.

浅谈小学美术教学和小学生心理健康的关系

陶锐

(岫岩满族自治县岫光小学 辽宁 鞍山 114300)

【摘要】在小学生的成长过程中，美术学习起着非常重要的作用，特别是在学生心理健康的发展过程中，美术教学可以帮助学生认识真、善、美，同时也可以帮助学生调节自己的心灵，增强学生的自信心，因此小学美术老师就需要更加重视学生心理健康的发展。本文将对小学美术教学和小学生心理健康的发展之间的关系进行简要分析。

【关键词】小学美术；学生；心理健康

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.445

随着社会的进步，教师和家长越来越重视学生心理健康的发展。当前，一些小学生的心理健康问题主要是缺乏自信，意志薄弱，抗挫折能力低下，面对困难容易逃避，缺乏迎难而上的精神等诸多方面。在这种情况下，美术教学的作用也很重要。它不仅可以满足人们的心理需求，而且可以促进学生健康心理的发展。

一、美术教育的影响

素质教育的重要组成部分是美术教育，美术教育可以帮助学生提高心理素质和审美能力。在提倡五育并举的当今社会，随着社会的进步和观念的更新，美术教育的地位也变的越来越重要。

首先，美术教育可以促进心理健康发展。在小学阶段，一个人的智力迅速发展，这时孩子的身心快速变化，但是相关的教育知识却无法跟上，因此容易出现心理问题。通过美术教育，培养学生积极乐观，大胆创新的精神。可以帮助他们提高感觉、欣赏和跨越理解的障碍，优化自己的个性，发挥自己的潜力，从而发展健全的性格，促进身心健康。其次，美术教育可以促进审美发展健全。在美术教育中，儿童审美能力的培养的良好发展必须从两个方面开始。第一部分是帮助学生建立正确的审美观；第二部分是帮助他们提高感觉、欣赏和创造美的能力。美术教育还可以提高创新能力。创造是区分人类与其他物种的重要能力，想象力会影响创造力的发展。想象力通常被描述为创造力的促进者，能够促进创造力的爆发。小学美术教学将在一定程度上培养学生发散想象力的思维，那么同时学生的创造力也会提高。

二、学生心理问题形成的原因

小学是人们迅速发展思想的一个时期，也是心理发展的一个矛盾阶段。在此期间，小学生的身体各方面都在不断地发展，例如身高、生理、气质、精神和其他心理因素也在不断发展。从身体或心理的角度来看，整个发展过程是缓慢的。发育生理时间长，生长心理学应缓慢进行。其中，儿童的生理方面在不断发展，但是由于缺乏社会经验、知识和文化，小学生就会陷入知识、情感和行为的纠缠之中，并容易出现心理疾病。在长时间没有释放和指导的情况下，出现了心理问题。

三、小学美术教学对学生心理健康发展的影响

3.1 促进学生的认知发展

小学生的老师应进行适当的课前准备，选择适合学生且适合其兴趣的内容及教学方法，

例如视频、模型绘画、参观、构造草图等，这些方法能够使使学生有不同的生活感受，学会从多种角度观察问题。小学阶段的学生有着非常强烈的好奇心，因此在美术教学当中可以组织学生走出课堂，观察外面的事务，自己亲身去感受，然后回到教室，将自己感受到的东西表达在纸上，最终将作品展示在教室前面，组织学生自己表达所画的内容，并进一步相互评价和讨论。图片中表达的故事能够体现出学生的认知能力是通过一系列感知，感知，记忆，现象和思维的认知过程发展的。

3.2 增强学生的自信心

小学美术教育的整个作业过程是相对宽松的，这是一个重要的过程，可以帮助学生克服脆弱性和低自尊并建立信心。美术功课是学生努力工作的结果。在完成作业过程中，学生将面临许多挑战，例如材料准备和理论理解等。这就要求学生有决心和信心去应对挑战。在做作业的过程中，学生也面临一些问题。有些学生缺乏信心，并经常听从老师的解释和示范。一些学生急于完成他们的工作，而另一些学生坐下来感到无助。开始，一些学生工作思路与他人相似，一些学生作品的照片是单调而空洞的……教师需要善于与学生及时沟通，并发现他们面临的困难和某些心理障碍，寻找他们的亮点引导并激发学生始终感到“我可以并且能够做到”。对于学生的聪明点子，得到正确的指导，积极思考，学生认真观察，大胆想象，充分表达自己的情感，增强成就感，克服心理问题，树立信心。

3.3 使学生身心活跃

美术活动主要是艺术展览、竞赛、演讲、海报、课外兴趣团体，其教学形式包括教室以外的地方，包括校园、美术馆、博物馆、文化古迹、农村地区等。美术的教学活动形式非常多，因此美术教学也是其他课堂教学的课外延伸，其作用在小学阶段非常重要。可以帮助学生活跃思维和大脑，使学生在枯燥的其他学科当中得到缓解，活跃心灵，培养感受美、认识美的能力。加强学生和教师之间的交流，促进学生心理健康的发展。

结束语

随着生活和学习范围的扩大，他们将体验生活本身的美，小学生的进一步扩大和发展。在小学低年级，教师主要发展学生对艺术的热情并提高他们对艺术的学习。有兴趣体验学习的乐趣，实现审美乐趣和充满活力的个性。直到小学高年级，学生的爱好才会趋于稳定！当情感得到丰富时，在此期间就会对其进行引导和培养，教他们区分真善美，假恶丑