

# 趣味田径，魅力体育

## ——谈趣味田径在小学体育教学中的开展策略

辛军

银川市西夏区镇北堡镇奕龙希望小学

**摘要：**随着教育理念的不断更新，体育教学在小学阶段的重要性日益凸显。趣味田径作为一种创新型的体育教学方式，不仅能够有效提高学生的学习兴趣 and 参与度，还能在轻松愉快的氛围中培养学生的体能、技能和综合素质。本文旨在探讨趣味田径在小学体育教学中的开展策略，以为小学体育教学提供新的思路和方法。

**关键词：**趣味田径；小学体育；教学研究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2022.05.149

### 引言

田径运动，作为体育运动的基础项目，不仅对提高学生的身体素质有着显著效果，还能在无形中培养学生的意志品质和团队合作精神。但在传统的教学方式下，田径运动往往过于注重竞技成绩和技能训练，使得学生在学习过程中感到压力和枯燥，导致教学效果不佳。为了改变这一现状，我们需要将田径运动的竞技性和趣味性有机结合。例如，可以设计一些趣味性的田径游戏，让学生在游戏中体验田径运动的乐趣，同时也能锻炼他们的体能。此外，还可以通过组织一些团队比赛，让学生在比赛中学会合作与竞争，培养他们的团队合作精神。

### 一、趣味田径的概述

随着教育理念的不断更新和教学方法的日益多样化，趣味田径作为一种新型的体育教学方式，逐渐受到广大教育工作者的关注和认可。趣味田径不仅注重学生的体能锻炼和技能培养，更强调学生在运动中的愉悦体验和团队合作精神的培养，从而全面提高学生的身体素质和心理素质。趣味田径是传统田径运动与现代游戏元素的有机结合。它在保持田径运动基本特征的基础上，通过增加游戏元素、改变比赛规则等方式，使原本枯燥、单调的田径训练变得生动有趣。这种教学方式能够让学生在轻松愉快的氛围中掌握田径技能，提高身体素质，同时培养学生的团队合作精神和竞争意识。趣味田径的最大特点就是趣味性。传统田径教学往往注重竞技成绩和技能训练，容易让学生感到枯燥和乏味。而趣味田径通过增加游戏元素、改变比赛规则等方式，使田径运动变得更加有趣和富有挑战性。这种教学方式能够激发学生的学习兴趣 and 参与热情，让学生在游戏中享受运

动的乐趣。如，在跳远教学中，传统的教学方式可能是让学生反复进行起跳和落地的练习，这样的训练很容易让学生感到厌倦。而在趣味田径中，教师可以设计一个“跳远接力”的游戏，让学生在团队合作中完成跳远的任务。这样的教学方式不仅增加了跳远训练的趣味性，还能培养学生的团队合作精神。趣味田径的多样性体现在游戏形式和比赛规则的多样性上。教师可以根据学生的年龄、性别、身体素质等因素，设计多种不同的游戏形式和比赛规则，以适应不同学生的需求。这种多样性不仅能够满足学生的个性化需求，还能让学生在多样化的游戏中全面发展身体素质和心理素质。如，在短跑教学中，教师可以设计“障碍赛跑”、“接力赛跑”等多种不同的游戏形式，让学生在不同的场景中体验短跑的乐趣。同时，教师还可以根据学生的实际情况调整比赛规则，如增加或减少障碍物、改变接力方式等，以确保游戏的公平性和趣味性。趣味田径强调学生之间的互动和合作。在游戏过程中，学生需要相互协作、相互配合才能完成任务或赢得比赛。这种互动性不仅能够培养学生的团队合作精神和竞争意识，还能让学生在互动中建立友谊和信任关系。如，在投掷教学中，教师可以设计一个“投掷接力”的游戏，让学生分组进行投掷和接力的比赛。在这个游戏中，学生需要相互配合才能完成投掷和接力的任务，从而培养学生的团队合作精神和竞争意识。趣味田径鼓励学生在游戏中发挥想象力和创造力。在游戏过程中，学生可以自由地发挥想象力和创造力，设计出新的游戏玩法和比赛规则。这种创新性不仅能够培养学生的创新意识和实践能力，还能让学生在创新中体验成功的喜悦和成就感。

### 二、趣味田径在小学体育教学中的开展策略

### （一）制定科学合理的教学计划

在开展趣味田径教学时，制定科学合理的教学计划是至关重要的第一步。一个好的教学计划能够确保教学内容的针对性和实效性，满足学生的实际需求，提高教学效果。首先，制定教学计划需要考虑学生的年龄特点和身体素质状况。小学生正处于身体发育的关键时期，他们的身体素质和运动能力还在逐步提高。因此，在选择游戏形式和比赛规则时，需要充分考虑到他们的实际情况，确保游戏和比赛既有趣味性，又能够达到锻炼的目的。其次，教学计划需要合理安排教学时间和进度。在制定教学计划时，需要根据学生的实际情况和教学内容，合理安排每节课的时间和进度。确保学生能够在有限的时间内，充分理解和掌握田径技能，提高体能。同时，也要注意合理安排休息时间，避免学生过度疲劳。此外，教学计划还需要注重教学内容的多样性和趣味性。趣味田径教学的主要目的是让学生在轻松愉快的氛围中享受运动的乐趣，提高身体素质。因此，在制定教学计划时，要注重教学内容的多样性和趣味性，尽可能选择多种游戏形式和比赛规则，让学生能够在不同的活动中体验到田径运动的乐趣。最后，教学计划还需要根据学生的反馈和实际情况进行调整和改进。在实施教学计划的过程中，教师需要密切关注学生的反馈和实际情况，及时调整和改进教学计划。例如，如果发现某个游戏或比赛形式不适合某个年龄段的学生，就需要及时调整；如果发现某个教学内容难度过高或过低，也需要及时调整。

### （二）创新教学方法和手段

在趣味田径教学中，创新教学方法和手段是提高教学效果的关键。传统的教学方法往往注重技能的传授和训练，容易让学生感到枯燥和乏味。而创新的教学方法则注重学生的参与和体验，让学生在轻松愉快的氛围中掌握田径技能。情景模拟是一种常用的教学方法，它通过模拟真实的场景或情境，让学生在模拟的情境中学习和体验。在趣味田径教学中，教师可以根据教学内容和学生的实际情况，设计出各种有趣的情景模拟游戏。例如，在短跑教学中，教师可以设计一个“拯救公主”的情景模拟游戏，让学生在模拟的情境中体验短跑的乐趣和技巧。角色扮演是一种让学生通过扮演不同的角色来学习和体验的教学方法。在趣味田径教学中，教师可

以根据教学内容和学生的实际情况，设计出各种有趣的角色扮演游戏。例如，在接力赛中，教师可以让学生分别扮演不同的角色，如起跑手、接力手等，让学生在角色扮演中体验接力赛的技巧和乐趣。多媒体教学是一种现代化的教学手段，它通过图像、声音、视频等多种形式，丰富学生的感官体验，提高教学效果。在趣味田径教学中，教师可以利用多媒体技术，制作各种有趣的课件和视频，让学生在多媒体的帮助下更好地理解 and 掌握田径技能。游戏化教学是一种将游戏元素融入教学中的教学方法。在趣味田径教学中，教师可以根据教学内容和学生的实际情况，设计出各种有趣的的游戏。例如，在投掷教学中，教师可以设计一个“投掷比赛”的游戏，让学生在游戏中体验投掷的乐趣和技巧。合作学习是一种让学生通过小组合作来完成学习任务的的教学方法。在趣味田径教学中，教师可以组织学生进行小组合作，共同学习和掌握田径技能。例如，在跳远教学中，教师可以让学生分组进行跳远练习，让学生在小组合作中互相帮助、互相学习。总之，创新教学方法和手段是趣味田径教学中的重要环节。通过情景模拟、角色扮演、多媒体教学、游戏化教学和合作学习等多种教学方法和手段的运用，可以让学生在轻松愉快的氛围中掌握田径技能，提高教学效果。同时也能培养学生的团队合作精神和竞争意识为他们全面发展奠定坚实基础。

### （三）注重学生个体差异和情感体验

每个学生都是一个独特的个体，他们有着不同的身体素质、兴趣爱好和学习能力。在趣味田径教学中，教师需要充分认识到这一点，注重学生的个体差异和情感体验，确保每个学生都能在田径运动中获得成长和乐趣。每个学生的身体素质、运动技能和兴趣爱好都存在差异。因此，在趣味田径教学中，教师需要关注学生的个体差异，根据学生的实际情况制定有针对性的教学计划。对于身体素质较差的学生，教师可以适当降低运动难度，增加辅助练习，帮助他们逐步掌握田径技能。同时，教师还可以通过鼓励、引导等方式，增强学生的自信心和积极性，激发他们的学习兴趣。对于兴趣爱好不同的学生，教师可以提供多样化的游戏选择和比赛形式，满足他们的个性化需求。例如，对于喜欢团队合作的学生，教师可以组织接力赛、团队游戏等；对于喜欢

竞技的学生，教师可以组织个人比赛、挑战赛等。这样不仅能激发学生的学习兴趣 and 参与热情，还能培养他们的团队合作精神和竞争意识。除了关注学生的个体差异外，教师还需要关注学生的情感体验。在趣味田径教学中，教师应该营造轻松愉快的氛围，让学生在愉悦的氛围中学习和成长。首先，教师应该注重与学生的沟通和交流，了解他们的需求和感受。当学生在学习中遇到困难时，教师应该及时给予鼓励和支持；当学生在比赛中失利时，教师应该引导他们正确看待失败，培养他们的抗挫能力和自信心。其次，教师应该注重课堂氛围的营造。通过幽默风趣的语言、生动形象的讲解、丰富多彩的活动等方式，让学生在轻松愉快的氛围中学习田径技能。同时，教师还可以通过游戏、比赛等方式激发学生的学习兴趣 and 参与热情，让他们在快乐中学习和成长。总之，注重学生个体差异和情感体验是趣味田径教学中的重要一环。只有关注学生的个体差异和情感体验，才能确保每个学生都能在田径运动中获得成长和乐趣。同时也能提高教学质量培养出更全面发展的学生。

#### （四）加强师资队伍建设

在趣味田径的教学中，教师的角色尤为关键。他们不仅是教学活动的组织者和引导者，更是学生运动兴趣和习惯的培养者。教师的专业素养和教学能力，直接关系到学生的学习效果和体验，进而影响到整个趣味田径教学的质量和成果。教师的专业素养是实施趣味田径教学的基础。这包括了对田径运动的专业知识、教学技巧、以及对学生身心发展的深入了解。只有具备了这些素养，教师才能根据学生的实际情况，制定出科学合理的教学计划，选择适当的教学方法和手段，确保教学的有效性。为了提升教师的专业素养，学校可以定期组织教师培训，邀请田径领域的专家或资深教师，分享最新的教学理念和方法，以及趣味田径教学的实践经验和案例。通过这样的培训，教师可以不断更新自己的知识体系，提升教学水平。教学能力是教师实施趣味田径教学的关键。这包括了教师的教学设计能力、课堂管理能力、以及与学生互动的能力等。只有具备了这些能力，教师才能在课堂上营造出轻松愉快的氛围，激发学生的学习兴趣 and 参与热情。为了提高教师的教学能力，学校可以通过开展教学观摩、评课等活动，促进教师之间的

交流和学习。在这些活动中，教师可以观摩其他优秀教师的教学过程，学习他们的教学方法和技巧；同时，也可以通过评课的方式，反思自己的教学实践，不断改进和完善自己的教学方式。趣味田径教学需要教师具备创新意识和实践能力。只有具备了这些能力，教师才能在教学中不断尝试新的教学方法和手段，创造出有趣、有吸引力的教学活动，让学生在轻松愉快的氛围中掌握技能、提高体能。为了培养教师的创新意识和实践能力，学校可以鼓励教师参加各种教育教学研究活动，探索新的教学方法和手段；同时，也可以为教师提供实践平台，让他们有机会在实践中锻炼自己的教学能力。总之，加强师资队伍建设是实施趣味田径教学的关键。只有通过不断提升教师的专业素养和教学能力，培养教师的创新意识和实践能力，才能确保趣味田径教学的质量和效果，让学生在轻松愉快的氛围中享受运动的乐趣。

#### 结语

综上所述，本文探讨了趣味田径在小学体育教学中的开展策略。指出制定科学合理的教学计划、创新教学方法和手段、注重学生个体差异和情感体验以及加强师资队伍建设是实施趣味田径教学的关键。在实际教学中，我们应该根据小学生的年龄特点和身体素质状况选择合适的游戏形式和比赛规则，注重教学方法和手段的创新以及学生个体差异和情感体验的关注。同时，还需要加强师资队伍建设，提高教师的专业素养和教学能力。通过实施这些策略，我们可以有效地提高小学体育教学质量，培养学生的体能、技能和综合素质，为他们的全面发展奠定坚实基础。

#### 参考文献

- [1] 滕汉权. 小学体育教学中趣味田径活动的开展策略探究[J]. 新课程, 2021, (32): 80.
- [2] 王福东. 趣味田径项目在小学体育教学中应用策略研究[J]. 学周刊, 2021, (18): 165-166.
- [3] 林扬辉. 趣味田径项目在小学体育教学中开展的作用[J]. 当代体育科技, 2019, 9(13): 172-173.
- [4] 马伟. 趣味田径项目在小学体育教学中开展的作用[J]. 考试周刊, 2019, (36): 152.
- [5] 陈国柱. 趣味田径在小学体育教学中开展的作用[J]. 体育风尚, 2019, (03): 223.