

丰富接力跑形式，促进接力跑兴趣

杨勇

(长春市九台区第一中学 吉林 长春 130500)

【摘要】接力跑是我国的体育运行项目之一，深受青少年的喜爱，接力跑当中又涵盖了耐久跑、快速跑等多种形式，接力跑涉及到的人数比较多，它不同于个人赛跑，通过接力跑更能够体现出团队精神。接力跑是以团队的形式进行跑步活动，其不但可以增强运动者的身体素质，还可以增强他们的团队协作性。本文就对丰富接力跑形式，促进接力跑兴趣进行分析，供参考。

【关键词】丰富；接力跑；形式；兴趣

引言

在我国中小学体育课堂上，为了可以对学生的体能、身体素质进行循序渐进的锻炼，于是，融入了接力跑，接力跑的出现，让学生意识到了团队的重要性。在教学时，当教师在对接力跑训练项目进行安排的时候，应当按照学生的身心特征来合理安排，从而激发学生的运动兴趣。

1. 尊重学生个性化差异 共同进步

在一个班集体当中有很多个学生，每个学生的身体素质都不一样，在这样的情况下，教师必须尊重学生的个性化差异，才能够让学生自主的参与进接力跑活动中来。有的学生因为身体素质本身就较差，而接力跑虽然用时短，有的时候可能就只有几秒钟，但是，在这短短几秒钟之内，却需要学生迸发出身体全部力量，这对于身体素质差的学生来说伤害比较大。男生和女生的差异也比较大，往往，男生对接力跑显得更热情一些，即使没有教师的督促，他们也可以很快自主的投入进去。相反，女生往往会因为身体、心理原因，对体育产生消极感，尤其是一些性格偏内向的女生。在学习中，一些对体育充满热情的学生表现出较高的兴趣，在进行接力跑教学时，教师必须将接力跑的形式加以丰富，才能够让学生对接力跑产生兴趣，然后参与进活动中来。在丰富形式时，也要考虑到学生的个性化差异，切勿强制性的引导学生，这反而会让让学生产生厌烦心理。在异程接力教学的过程当中，首先是要引导学生进行准备训练，可以让学生反复练习“慢跑握棒”动作，通过这样的训练，可以让学生掌握到跑步和握棒的技巧。在实际的接力跑当中，时常会出现接力棒没接稳的情况，当发生这种情况之后，就会导致浪费掉大量的时间，所以，为了避免这种情况的发生，必须要在练习动作时，思考如何才能稳固的接住接力棒。在慢跑的时候，学生的右手握住接力棒，虎口处朝下，当听到口哨声响起时，学生握住接力棒的手向前伸直，掌心朝后，虎口朝下，口哨声没有响起，就不允许放下，再反复联系之后，再换成左手继续练习。在训练完这一部分之后，就需要进行分组锻炼，当教师在将比赛规则宣布之后再行比赛，可以分成一百米四次、两百米两次以及四百米两次，需要接棒的学生距离必须在规定范围之内。在进行异程接力时，因为每位学生需要跑的距离都不一样，异程接力有一个非常明显的优点就是提倡全员参与，它让所有学生都可以一同参与，这和传统的接力跑并不一样。学生可以根据自己的体质来选择跑步长短，体质好一些的学生就可以选择选择长路线，而体质差的学生就可以选择短路线，完全是站在学生的立场上提出来的。而这样的接力跑形式，也让学生积极的参与了进来，并渐渐产生对接力跑运动的兴趣。

2. 注重课堂氛围 激发学生接力跑兴趣

很多学生都不喜欢跑步，因为他们觉得跑步运动幅度较大，不但很累还会出很多的汗，在跑步之后的第二天大腿还会疼痛许久，在跑步中学生无法感受到乐趣，因此，在接力跑教学时，教师就应当纠正学生的错误看法，以特殊的方式让学生喜欢上跑步。比如，在进行迎面接力跑的时候，教师可以先问学生：在进行普通

接力跑的时候，在交接接力棒时不减速是比较核心的问题，那么，在进行迎面接力跑的时候关键又在哪里呢？当教师在提出疑问后，学生会思考和讨论，然后，教师再开始演示和传授迎面接力跑技巧，让学生可以正确回答问题。可以将学生分成三个大组，大组分甲和乙两个小组，让其分别站在间隔白线五十米的位置上，参加接力跑的学生都需要在允许的跑道上进行，跑完步的学生立刻走到队伍的后面，不影响其余同学的跑步。在交接接力棒的时候，需要以立棒式的形式将接力棒交到下一位同学手里，尽可能的避免接力棒掉地上，也不能将接力棒抛给下一位同学。没有参加接力跑的学生在一旁加油助威，也乐在其中，让接力跑的学生更有动力，从而激发他们的跑步兴趣。

3. 培养学生创新思维 发展能力

在接力跑教学过程当中，学生的意识是非常重要的，尤其是学生的创新思维，这对于学生体育能力的发展有着一定的决策性，在接力跑的时候，会遇到很多不可测的情况，比如接力棒没接稳等等，如果学生没有创新思维，就会导致紧张，从而手足无措。当学生在拥有创新思维之后，无论遇到什么突发情况都可以淡定从容的应对，在学生创新思维培养上，我国在新课程改革之后就比较重视，在接力跑教学过程当中，教师可以通过将接力跑形式进行丰富，从而改变学生对于接力跑的传统刻板印象，这有助于扩展学生的思维和视野，让学生可以在接力跑的时候灵活运用。除此之外，教师在教学中，也可以通过情境创设来提高学生兴趣，比如，在上课时，教师先准备几样教学器材，然后问学生：同学们到目前为止都参加过哪些接力跑比赛？或者是问学生：从这些器材上来看，本节课会进行怎样的接力跑？在问题的引导下，学生会积极的思考，然后，教师可以让一个学生来做示范，从而让学生先对接力跑产生好奇心，再激发兴趣，最终达到教学所需。

结束语

在接力跑活动中，其可以有效的提高学生身体素质，促进学生心理健康成长，在进行接力跑教学时，为了激发学生的兴趣，教师需要将接力跑形式进行丰富化，让学生可以积极的参与进来。在教学时，教师必须尊重每一位学生的个性化差异，同时，注重课堂氛围，对学生的创新思维进行培养，这有助于学生间的共同进步，能力发展，对于激发学生接力跑兴趣有着很大的帮助。

参考文献

- [1]陶宝强.丰富接力跑形式，促进接力跑兴趣[J].田径，2019（03）：19-20.
- [2]缪辉华，王若穷.谈接力跑教学比赛的多种组织形式[J].体育教学，2013，33（12）：64.
- [3]吕飞华.对接力跑技术训练方法新的探析[J].科技咨询导报，2007（19）：201-202.
- [4]朱春亚.给“习作接力跑”的有力助推器[A].江苏省教育学会2005年小学语文优秀论文集[C].江苏省教育学会，2005：8.

聆听心灵的声音

——结合文本体裁 走进“穷人”内心

李应雪

(重庆市江北区北大资源·鲤鱼池小学 重庆 400000)

《小学语文课程标准》强调：“阅读教学肩负着工具性方面的目标使命，即认识、理解、学习文本形式的特性，比如文章的写作思路、结构布局、表达方式、语言运用等。而这个目标的达成，离不开对文本特征的准确把握。”

统编教材六年级上册第13课《穷人》，是列夫·托尔斯泰的短篇小说。本课理解桑娜复杂的心理活动，既是重点也是难点。在教学时，我结合文本体裁，以“走进‘穷人’内心”为主线，以“作者为了塑造以桑娜和渔夫为代表的穷人形象，他用了哪些描写方法呢？”这一问题统领全课，师生对话，读写结合，展开教学。

一、环境描写烘托人物品质

环境描写在小说艺术中是不可或缺的要素，它为人物活动提供了驰骋的舞台，并为情节的发生、发展到重要的推动作用，在小说的创作过程中它自然成为最凝聚作者心血的地方之一。因此，在教学中，我设计了如下片段：

师：文中有多处对天气的描写，还有对桑娜、西蒙两家陈设的描写，都属于什么描写？

生：环境描写。

师：请把文中描写环境的句子找出来，认真体会。

生：“屋外寒风呼啸，汹涌澎湃的海浪拍击着海岸，溅起一阵阵浪花。”这一段是在写天气的恶劣，为后文写桑娜为丈夫的担心作了铺垫。

师：是啊！课文一开头就奠定了全文的基调，注定今晚是一个不寻常的夜晚，此夜必将有特殊的事情发生。

生：“海上正起着风暴……食具在搁板上闪闪发亮。”这句中的“外面又黑又冷”和“小屋内却温暖而舒适”形成对比映衬，我体会到桑娜的贤惠和善良。

师：你真会读书！“海上起着风暴”交代故事发生的地点，“又黑又冷”写出了时间。文中多次提到“风暴”，反复说明这个夜晚在海上捕鱼的危险，为后文桑娜为丈夫的担心作了铺垫。

生：“古老的钟发哑地敲了十下，十一下……”这句话表面上是在写钟及钟声，实际是写桑娜的心情，她听到波涛的轰鸣和狂风的怒吼，十分担心丈夫的安危，可见桑娜的善良以及他对丈夫的深爱。

生：我还从“屋子里没有生炉子，又潮湿又阴冷。”这句中体会到穷人的悲惨命运。

师：是的。没有生火，潮湿、阴冷，给人一种“死气”的感觉，这也为下文西蒙的死和桑娜抱回西蒙的两个孩子埋下了伏笔，体现了桑娜善良的品质。

在这个环节中，老师让学生畅谈对环境描写的体会，也不枉作者的良苦用心，环境描写渲染气氛，烘托主人公勤劳、善良的品质的作用就水到渠成了。

二、心理描写展现人物内心

在教学课文第二部分时，“走进桑娜内心”，是教学的难点。老师在教学中通过反复朗读，抓关键句帮助学生体会。摘录教学片段如下：

师：桑娜把西蒙的两个孩子抱回家之后，她的心情是怎样的呢？

生：“她的心跳得很厉害，自己也不知道为什么要这样做，但是觉得非这样做不可”。我认为她的心跳得很厉害，为自己做出这么大的决定而紧张。“觉得非这样做不可”是桑娜觉得必须这样做。

师：“这样做”是怎样做？

生：不仅仅是把两个孤儿抱回家，还要抚养成人。

师：“不知道为什么要这样做”和“但是觉得非这样做不可”，前后矛盾吗？

生：不矛盾，“非这样做不可”双重否定，加强了肯定的语气。“自己也不知道为什么要这样做”说明桑娜抱回西蒙的孩子时并没多想，只是她善良的本性驱使她做出了这样的决定。

生：我认为“她的心跳得很厉害”除了紧张外，还有对西蒙悲惨死去的深切同情，对西蒙两个孩子的怜爱。

师：桑娜看着七个孩子，想想生死未卜的丈夫，她的心情又是怎样的呢？

生：忐忑不安。

师：你能结合课文说说“忐忑不安”的意思吗？

生：“忐忑不安”指桑娜抱回西蒙的两个孩子后心神很不安定。

师：她忐忑不安地想了些什么？

生：“他会说什么呢？这是闹着玩的吗？自己的五个孩子已经够他受的了……”她觉得这样做给丈夫增加了新的压力，这里包含着桑娜的自责。

生：“是他来啦？……不，还没来！……”看得出这时桑娜紧张到了极点，她不知道怎样将收养孤儿的事告诉丈夫。

生：桑娜想自己被丈夫揍一顿也好，让她出出气，这样就可以收养两个孤儿了。

师：桑娜害怕挨打，可为什么又想“我自作自受……揍我一顿也好”呢？

生：说明桑娜愿意为西蒙的两个孩子挨揍。她心地多么善良啊！

师：在等待丈夫时，桑娜时而紧张，时而自责，时而害怕，时而下定决心……

这复杂的内心活动正是在诠释文中的“忐忑不安”。作者通过这样细致地刻画桑娜的内心活动，让我们感受到了她宁可自己吃苦，也要帮助别人的美好品质！

老师以“不知道为什么要这样做，但是觉得非这样做不可”和“忐忑不安”一词为切入点，引领学生时而“走进”——与文本和作者对话，解读桑娜复杂的内心活动；时而“走出来”——与教师和学习伙伴共同交流阅读体会。师生、文本、作者之间进行着跨越时空的立体式倾心“对话”，使情感与语言同生共构，实现了语文学科人文性与工具性的和谐统一。

三、对话描写表达人物情感

本课用对话描写刻画人物形象，也是写作上的鲜明特色。在品析夫妻对话时，老师采用读写结合，让学生走进桑娜和渔夫的内心。摘录课堂教学片段如下：

师：桑娜正忐忑不安地想着，渔夫回来了。故事的结局究竟如何？请看课文的最后部分。这部分作者主要通过什么描写来反映人物特点的？

生：对话描写。

师：我们来分角色朗读12—23自然段，看看桑娜和渔夫都说了些什么？

……

师：这一段，作者不仅写出了桑娜和渔夫各自的真实表白，还写出了他们说话时的神态和动作。朗读时要关注提示语和标点符号，要透过语言体会各自表达的情感。

师范读：“哦，是你！”桑娜正沉思着，渔夫忽然回来对她说话，桑娜原本紧张害怕的心情，就更加提心吊胆了。

生读：“糟糕，真糟糕！……我不在，你在家做些什么呢？”

师：你读出了渔夫对天气的抱怨和无奈，也有没打到鱼的愧疚。

生读：“哦？什么时候？”

师：你读出了渔夫听到西蒙死后的震惊。

生读：“我也不知道，大概是昨天。唉！……一个还不会说话，另一个刚会爬……”

师：你读出了桑娜对西蒙及她的两个孩子的怜悯和同情，想唤起渔夫的同感情。

师：孩子们，桑娜和渔夫在这段谈话中两次出现了“沉默”。请联系上下文，透过“沉默”的表面，去倾听“沉默”背后的声音吧！

整个教学设计，老师用“环境描写烘托人物品质，心理描写展现人物内心，对话描写表达人物情感”贯穿教学。老师从多角度引导学生走进“穷人”内心，让我们聆听到了文中主人公及学生的心声，达到了语文学科人文性和工具性的有机统一。

幼儿教育中幼儿自信心的培养策略分析

张欢

(石家庄市直机关第三幼儿园 河北 石家庄 050000)

【摘要】 幼儿的心理正处于不断成熟的阶段，在幼儿教育中对他们进行积极的心理暗示，增强他们对自我的信心，对他们的健康成长是十分有利的。作为幼儿教师，我们不能忽视一个问题，那就是周围人与环境经常会打击幼儿自信，对他们的身心健康构成了影响。本文分析了影响幼儿自信心建立的几点原因，提出了培养幼儿自信心的幼教方法。

【关键词】 幼儿教育；自信心培养；策略

引言

自信心是一个人对自己的肯定，它能给人以无穷动力。小孩子都处于人生发展的同一起点上，幼儿教育应该以有效的方法，帮助孩子们建立同样的自信，消除不正确家庭教育以及社会中不良因素的影响。以下问题应该避免。

1 影响幼儿自信心建立的原因分析

家长对孩子都有不同程度的溺爱，想尽一切办法满足他们的一切需求，对于孩子们的日常表现，一味的夸赞，在孩子们遇到困难时，代替他们解决。在这样的过度保护下，小朋友进入幼儿园这样一个小型群体中后，很难独立解决问题，一些力所能及的事情都无法做好，在他们意识到自己与其他小朋友的差距后，很快就会产生自卑感。另外，无论是在家庭还是在幼儿园中，幼儿都难免会受到批评和否定，家长习惯将孩子与他人放在一起比较，这严重伤害了他们的自尊心，也影响了他们自信心的建立^[1]。来自教师的批评更是会给幼儿幼小的心灵造成极大的伤害。只有解决了以上问题，才能在幼教工作中顺利开展自信心培养的工作，并收到成效。

2 幼儿教育中培养幼儿自信心的几点建议

2.1 激励式教育

激励式教育反对否定和批评，要求教师发现每一名幼儿的闪光点，抓住细节，对他们进行鼓励和表扬，通过一点点帮助他们建立自信，发扬自己的特长，努力的完善自我。平时，教师应该以完善的制度来约束孩子们的一日行为和学习活动，达到标准和要求的，给他们奖励，达不到要求的，鼓励他们再努力一点。比如，教师要求孩子们在用餐时不说话，不捣乱，不掉饭粒，不剩饭，餐后将自己的位置打扫干净。在教师的观察和餐后检查下，将优质完成了以上任务的小朋友的名字张贴在班级中的表扬栏中，并为他们发放小红花以资奖励。不要看幼儿年龄小，但他们的好胜心却远胜过成年人，在这种激励下，孩子们都会更加严格的约束自己，争取获得教师的奖励，而在教师的肯定下，他们也将更加自信、从容，为自己的表现而骄傲^[2]。

除了要以这种方式来约束和激励孩子们外，教师还要善于从小事中挖掘幼儿人格、性格中的闪光点，加以表扬。一次，我看到班级中的两个孩子在争抢一个玩具，刚要上前制止，突然发现坐在一旁的刘小宇小朋友主动将自己的玩具递给了其中一名幼儿，解决了二人的矛盾，而他则默默拿起了旧玩具。他的这一行为令我十分欣喜，因为这名幼儿平时表现的十分孤僻，很少与我沟通，没想到他竟然有如此“绅士”和大度的一面，我赶紧将孩子们召集起来，对这名小朋友的行为大肆表扬，希望其他小朋友学习他的这种行为。那次以后，小宇小朋友的性格开朗了许多，我相信，通过一点点的激励，他一定会更加自信，走出自己的小世界，融入到班级的大家庭中。可见，培养幼儿自信心甚至可以改变他们的性格，完善他们的人格。

2.2 提供表现机会

我经常发现，在一些动手制作类的活动中，部分幼儿完成了任务，那些一筹莫展的孩子们就会投去羡慕的眼光，仿佛希望自己变成别人。其实，在学习方面，每

一个体的能力和天赋都是不同的，动手操作能力较差的学生，可能想象力丰富，有艺术天赋。每个人都有不足之处，这是可以通过学习弥补的。为了避免幼儿在一些偶然和必然性的失败中丧失自信，过度的自我否定，教师应该为每个孩子提供表现自我的机会，让他们看到自己的长处和优势，从而建立自信。

教师要对班级中的每一个孩子了如指掌，了解他们的长处和弱项，为他们量身打造任务，搭建属于个人的舞台。比如，针对班级中乐于助人的小朋友，可以给予“教师小帮手”的头衔，平时负责为班级中的其他小朋友发放书本、玩具、餐具，这既能让他们感受到帮助他人的乐趣，也能增强其责任感，将这种优良品德继续发扬下去。在教师认可的目光以及小朋友们的感谢下，相信其一定能够建立强大的自信心。对于那些经常看书，或者从父母那里听来了很多故事，“博学多识”的小朋友，教师可以称他们为“故事大王”，负责每天给小朋友们讲一个故事。这样做不仅能激励他们更主动的阅读，还能够锻炼幼儿的表现力、语言表达能力，更能让他们在小朋友们崇拜的目光中获得自信。

2.3 调整期望值

教育应该尊重个体之间的差异，要求所有人达到共同的标准是不现实的，教师应该结合自己对幼儿的了解，适当的调整对他们的期望值，降低或提高要求。这样一来，孩子们各个能够在力所能及的范围内完成任务，没有了失败后的沮丧感和自责感，保持心态的稳定，这对他们自信心的建立有很大影响^[3]。比如，在某项活动中，教师将幼儿按照能力的不同分成多个小组。小组中，平时表现出了较强组织能力和学习能力的幼儿为组长，负责最主要的构思；动手能力较强的小朋友负责操作；思维薄弱，动手能力不足但性格沉稳的幼儿负责监督和记录整个活动过程，最后向老师汇报小组成果。这样一来，既发挥了特长，又弥补了不足，巧妙的化解了幼儿的尴尬，也能够使他们获得属于自己的学习成果。

3 结语

从小建立起强大的自信，对个人未来发展构成的影响是无法估量的。幼儿如同一张白纸，教师在纸上画出了什么，就等同于在他们一生的经历上留下了烙印，如果能够在这一阶段培养其自信，等于为孩子们终身发展打下了一个重要的基础。幼儿教师除了要调整好自己的教育方式、评价语言外，还要与幼儿家长沟通，避免不良的家庭教育环境影响幼儿自信心的建立。

参考文献

- [1] 桓翠. 幼儿教育中幼儿自信心的培养策略[J]. 新教育时代电子杂志: 教师版, 2016(47): 30-30.
- [2] 杨继丽. 浅谈幼儿教育中幼儿自信心的培养[J]. 教育, 2016(6): 09-09.
- [3] 张雪泰. 幼儿教育中幼儿自信心的培养[J]. 时代教育, 2015(4): 257-257.