

小学体育与健康课教学中趣味田径的整合运用分析

李智

内蒙古包头市达茂联合旗百灵庙第二小学

[摘要] 体育与健康这门课程的学习对学生的成长和发展有着极其重要的教育意义,健康的身体是学生学习一切科目的根本和前提,所以学校和教师要在意识形态上重视小学体育与健康的教学,课堂上加强对于调动学生学习状态的重视程度,加强对于活跃课堂氛围的重视程度,最大限度的让每个学生都能更加积极主动地参与到体育与健康的课堂当中,让每位学生都能感受到体育与健康课的“趣味性”。趣味田径是一个非常新颖的课程体系,它不仅可以锻炼学生的身体,还可以帮助学生提高他们运动的情绪,可以通过游戏本身的趣味性去调动学生的课堂状态。趣味田径可以让学生的运动精神更加饱满,可以让小学体育与健康的课堂内容更加丰富。因此,学校和教师要最大限度的创新小学体育与健康课的授课模式,改变传统的授课理念,打破传统的授课思维,把趣味田径真正带入到小学体育与健康的课堂当中,通过这门课程的教学去最大限度的帮助学生提高他们的运动能力,本文主要研究了小学体育与健康课教学中趣味田径的整合运用。

[关键词] 体育与健康;趣味田径;整合应用

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.02.442

田赛和径赛是趣味田径的两大核心内容,趣味田径包含的运动项目以及运动器材相对丰富,每个运动项目涉及到的人数相对较多。趣味田径基本上都是多人运动,它不仅具有很大的灵活性,还可以很大程度上增强课堂的趣味性,可以很大程度上活跃体育与健康课的课堂氛围。趣味田径可以让枯燥、单调的运动变得更加丰富、更加精彩、更加有趣,它是学生学习这门课程的“调味剂”。因此,学校和教师要将趣味田径真正带入到体育与健康课的课堂教学当中,充分发挥趣味田径的教学功效,最大限度的让学生在学这门课程的过程中既收获到专业的体育知识,又收获到课堂上的欢声笑语,还能得到身体上的锻炼。趣味田径可以让学生的课堂感受以及课堂体验更加舒适,它可以让学生真正地爱上田径比赛,让学生真正的爱上体育与健康的课堂,学校和教师要更加重视趣味田径在小学体育与健康课堂中的应用。

一、增强课堂的趣味性

课堂氛围是衡量一堂课是否优质的重要标准之一,一个活跃、有趣、轻松、愉悦的课堂氛围可以很大程度上提高教师的授课效率,它让学生的运动状态更加高昂、更加饱满,可以让学生的注意力更加集中,可以让教师的教学效率更加高效。大部分体育课对学生的运动量的要求相对较高,学生几乎整堂课都在不停地运动,但是如果教师在刚开始上课时就不断地向学生讲述体育与健康知识,或者整堂课都在让学生都进行体育训练,课堂上没有任何活跃氛围的环节,那么学生的课堂状态就会变得越来越低沉,学生的课堂专注度也会越来越低下,学生体育训练的效果也会越来越没有成效。因此,教师一定要注重小学体育与健康课的课堂氛围的调动,巧妙地利用趣味田径去增强课堂的趣味性,既不能让课堂的氛围过于松散,不能让学生的运动量不达标,也不能让课堂的氛围过于紧张,让学生过于劳累。教师要掌握好课堂的节奏,注意课堂氛围的把控,掌控好学生运动以及娱乐的尺度,在小学体育与健康的课堂中积极开展趣味田径游戏,最大限度的通过趣味田径帮助学生以更好的状态进入到课堂的学习当中。

比如,在进行人教版小学五年级下册《体育与健康》体育运动技能第一节《跑》的教学时,教师就可以在课堂中穿插一些趣味田径游戏。教师可以给学生设置一些障碍跑,让学生分组接力跑,给学生设置一些比赛的奖励,在跑步的过程中给学生播放一些比较有活力的音乐,通过这些环节去最大限度的增强体育与健康课的趣味性。这既可以锻炼学生的身体,又可以让学生在比赛的过程中感受到游戏的欢乐。趣味田径可以让小学体育与健康的课堂氛围更加活跃,可以让学生更加喜欢体育运动。因此,学校和教师要更加重视趣味田径在小学体育与健康课的应用,将趣味田径的功效最大化。

二、充分利用运动器材

趣味田径的一个极大的特点就是它可以让小学体育与健康的课堂更加有趣,这个特点可以让学生的注意力更多地集中到课堂的学习当中,可以让学生的运动状态更加投入。趣味田径涉及到各种各样的体育运动器材,这些运动器材可以让小学体育与健康的课堂更加丰富,可以吸引着学生不由自主地参与到田径比赛当中,可以很大程度上增强学生的课堂参与感,调动学生的课堂积极性,同时它还可以提高学生对趣味田径的认知程度,拓宽学生的知识层面,丰富学生的知识视野。因此,运动器材在趣味田径中发挥着极其重要的作用,学校和教师要最大限度的增强体育器材的丰富性,充分认识到各种体育器材在趣味田径中发挥得及其重要的作用,在体育与健康课上将各种运动器材的功效最大化,让体育器材成为丰富小学体育与健康课的好帮手,让体育器材成为活跃课堂氛围、增强课堂趣味性的“催化剂”。

比如,乒乓球台、篮球台、软式标枪、足球门、跨栏架、单杠、双杠等都是小学体育与健康课中必不可少的运动器材,这些运动器材是开展趣味田径比赛的必不可少的教学工具。学校和教师一定要将各种运动器材准备齐全,器材的种类、器材的数量、器材的质量都要在课前准备充分,让这些运动器材成为辅助教师教学的“助推官”。学校和教师如果想要突出趣味田径的趣味性,就必须先将趣味田径的各种

运动器材准备充分,通过这些运动器材去加深学生对趣味田径的理解程度,通过这些运动器材去刺激学生的运动欲望,通过这些运动器材去吸引学生的注意,通过这些运动器材去调动学生的运动热情,通过这些运动器材去增添小学体育与健康课堂的趣味元素。学校和教师要最大限度的让学生的体育与健康课更加有深度、更加有广度、更加有高度,增强丰富体育运动器材的重视程度,巧妙地运用这些运动器材去实现小学体育与健康课的趣味教学。

三、增强学生的创造力

趣味田径包含很多极其丰富的游戏活动,这些游戏活动可以很大程度上活跃学生的大脑思维,可以很大程度上提高学生的创造能力。趣味田径的很多游戏活动都需要非常丰富的肢体语言,教师可以巧妙地运用趣味田径的这一特点对学生展开肢体上的训练。在游戏的过程中,学生的大脑神经会变得极其地兴奋,学生的精神状态也会变得非常的活跃,这对提高学生的多方面的能力有着极其重要的帮助。良好的精神状态是学生学好任何一门课程的重要前提,如果学生的课堂状态过于低迷,学生的课堂参与感不高,学生对趣味田径的兴趣相对薄弱,那么学生的学习效果自然会受到很大程度上的影响。这也是开展趣味田径活动的重要原因之一,丰富多彩的田径活动可以很大程度上集中学生的课堂状态。可以在很大程度上激发学生的创造力,它对学生大脑的发育以及学生多方面能力的提高都有着极其重要的教育意义。因此,学校和教师要更加重视趣味田径在小学体育与健康课程中的开展,完善趣味田径的教学方法,让趣味田径真正融入到小学体育与健康课堂的教学当中。

比如,在进行人教版《体育与健康》五年级下册体操类活动第七节《韵律活动和舞蹈》的教学时,教师就可以在开课之前组织学生开展一次你画我猜的游戏活动。教师可以将学生分成不同的小组,让一部分学生根据提词板上的内容去做出相应的肢体动作,让另一部分学生根据自己看到的肢体动作去猜测提词板上的内容,同时要对这个游戏进行时间上的限制,哪组学生在规定的时间内答对的题目更多,哪组学生就取得游戏的胜利。这不仅锻炼了猜词学生的大脑思维,还可以增强做动作的学生的肢体语言,可以增强这部分学生的创造能力。因为有时间上的限制,所以答题的学生和做肢体动作的学生都要进行飞速地大脑运转,这种运转对学生的多方面能力的提高都有着极其重要的帮助,这类趣味田径活动可以帮助学生以更好的状态进入小学体育与健康的课堂当中,让学生以更加活跃的精神参与到小学体育与健康的学习当中。

四、发挥趣味田径的教育功效

优质的趣味田径游戏不仅可以调动课堂的氛围,活跃课堂的气氛,对学生的成长自己学生的思想还有很大的教育功效。教师在选择趣味田径的体育游戏时一定要关注游戏的教育意义,一切体育游戏的开展都是为了帮助学生更加健康、

更加茁壮的成长,所以小学体育与健康课要以学生为核心展开教学,让学生成为课堂的“核心人物”,让学生成为课堂的主人公,无论是理论知识的讲解还是户外体育运动的教学或者是趣味田径的开展都是为了帮助学生更加健康快乐的成长。趣味田径的每一个环节都需要教师在课前进行精心的设计,都要有一定的教育意义,它不仅仅是为了让学生娱乐、玩耍、放松,它还要达到培养学生的优良品质的教育功效。优质的趣味田径游戏可以增强学生的自信心,对学生的性格以及学生的品格都有着极其重要的影响。因此,学校和教师要充分发挥趣味田径在小学体育与健康课中的教育功效,通过趣味田径实现对学生的思想教育。

比如,在进行人教版小学体育与健康第八章第二节《意志与体能的拓展》的讲解时,教师就可以在向学生讲述完课本知识之后,带领学生做一些锻炼意志品质的趣味田径游戏。教师可以让男生可以做一些平板支撑,让女生做一些仰卧起坐,让学生进行分组比赛。这种方式既可以带动课堂的学习氛围,又可以提高学生的身体素质。平板支撑和仰卧起坐都是磨练学生意志、锻炼学生毅力的体育项目,他们不仅可以锻炼学生的运动体能,还可以很大程度上提高学生的承受,培养学生坚持不懈的优良品质。学生的多方面的能力在游戏的过程中会得到很大程度上的训练和提高,学生的思想也可以通过这类游戏得到很大程度上的升华。因此,学校和教师要增强在小学体育与健康课中开展趣味田径游戏的重视程度,最大限度的给学生创造一个最好轻松有趣、又有教育意义的课堂氛围。

结束语

综上所述,小学体育与健康课是学生学生生涯中非常重要的一门科目,趣味田径在小学体育与健康的课堂中发挥着极其重要的教育意义,学校和教师要加强对于在小学体育与健康的课堂中开展趣味田径教学的重视程度,注重课堂氛围的调动,突出课堂的趣味性,让学生在小学体育与健康的课堂能够真正的有所收获、有所提高、有所进步。

参考文献

- [1]刘其春.趣味田径在小学体育与健康课中的应用分析[J].情感读本,2017(30):24.
- [2]颜汤峰.趣味田径在小学体育与健康课程中的应用研究[J].教师,2018(34):104-105.
- [3]承珠凤.少儿趣味田径在小学教学中的应用研究[D].苏州大学,2018.
- [4]金娟.少儿趣味田径运动在小学体育与健康课程中推广现状探讨[J].新课程(上),2018(09):22.
- [5]陈剑.精心打磨 有效课堂——《跨栏跑》小学体育与健康实践课教学设计及反思[J].体育教学,2014,34(09):45-47.
- [6]韩珂.趣味田径在小学体育与健康课中的应用探讨[J].内蒙古教育,2019(29):51-52.