

趣味田径教学法在初中体育教学中的融入

周星宇

(南昌市站前路学校教育集团云飞校区 江西 南昌 330025)

[摘要]少年强,则国强。我国青少年的精神面貌展现了国家之根本,体现了国家的精神面貌,所以青少年的身体健康尤为重要。我国的奥运健儿也是从小进行培养,在赛场上为国争光、体育运动代表一个国家国民的身体素质,进行田径运动能够有效提高青少年的身体素质,给青少年一个健康的身体,并且让青少年在运动中找到人生乐趣,培养兴趣。

[关键词]初中体育; 教学策略; 趣味田径教学

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.06.569

引言

田径运动包含的项目比较多,比如跑步、跳远、拔河等等都属于田径运动内容。田径运动课程是所有中学都需要开设的课程,通过各种田径运动项目,锻炼学生们的身体素质,通过劳逸结合,增加学生们学习的效率。目前,我国部分中学存在重视文化课程学习而忽视体育教学的情况,甚至有的学生由于学业太重而自己放弃体育运动。针对此情况,探讨趣味田径教学法在初中体育教学中的实践具有重要的意义。

一、趣味田径教学法在中学体育教学过程中的实际价值

(一) 趣味田径教学法能够提高学生的身体素质

中学学业繁重,学生整天闷在教室里埋头学习,缺乏体育运动,如果不好好改变目前体育课的运动风气,将兴趣田径运用到体育课当中来,学生们的身体素质只会越来越弱。现在,国家和社会层面都对中学体育课程设置和学生体质健康格外关注。趣味田径运动能够增加学生的运动量,能够锻炼学生身体的大部分肌肉群,坚持趣味田径运动可以逐渐提高学生的身体素质。

(二) 趣味田径教学法能够提升学生对体育运动的兴趣

趣味田径教学法所包含的教学内容多样,可以根据不同的田径运动开展不同的兴趣游戏,运用一些有趣的教学方法、游戏、道具,结合体育课上传授的知识,通过样式多变的教学内容唤起学生对田径运动的积极性、主动性,让学生们在巨大压力和紧张的学习生涯中感受到运动的乐趣,久而久之学生们有一个健康的体魄,从而减轻学习的压力,从小就养成一种良好的运动习惯。

二、中学体育教学过程中趣味田径教学法的运用

(一) 体育教学课堂中采用多媒体技术教学

随着社会经济水平的不断提高,在新时期教育发展的背景下,中学教材配套的一些资料也日趋完善和先进,几乎所有中学教室中都配备了多媒体系统,充分利用多媒体技术进行体育运动理论知识授课意义重大,教学效果显著。因此,中学体育老师要熟练掌握多媒体技术的使用,把多媒体教学融合到日常的体育课堂教学中。在以往的体育教学过程中,往往注重室外的运动,而常常会忽略室内课堂中的理论讲授,比如运动安全基础知识,如何防范运动受伤,如何采取安全防范措施,通过理论知识的讲解,增强学生们安全意识。通过多媒体技术,理论讲授标准化,学生能够认真听讲,根据视频里的示范,能够很好地引导学生们的安全运动的理念。

(二) 利用体育教具并运用到体育教学课堂中

体育老师可采用相应的锻炼工具,提高学生学习兴趣;运动时,比赛可以分组进行。举例来说,在指定的时间内,在短距离跑完全程后,每次跑完全程都拿起路标,可以连续跑,也可以连续跑,但整个队伍必须跑至少一次,而且跑完全程后,每组的路标总数是最多的,这是一种竞争性的教学方式,它鼓励学生竭尽全力提高自己的跑步。与此同时,组员们必须相互合作,甚至采取某种策略来确保胜利。教师把趣味田径带入体育课程中,公平的竞赛手段也是激发学生兴趣的关键。通过利用学校提供的体育锻炼工具,体育老师可以组织学生开展

类似于跳绳接龙、拔河、接力跑步等等这样团队竞赛性的有趣运动,通过丰富多彩的有趣的田径运动项目,能够增加学生们的积极性、主动性,并且还能在学习的同时达到身体素质的锻炼。

(三) 在体育运动过程中加入趣味田径元素

大多数学生不喜欢运动,认为运动很累,通过趣味田径运动能够加强学生对田径运动的热爱,促使学生进行运动。教师开展一些创新性的教育,近年来,随着一档《奔跑吧,兄弟》综艺节目的爆火,撕名牌的游戏也随之火爆起来。教师可以带领学生进行撕名牌的游戏,将学生的后背贴上名牌,把学生分组,在操场上自由奔跑,在这个过程中,锻炼学生跑步运动的能力,最后操场上剩余名牌还在的人数最多的小组获胜,教师可以准备一些小奖励,激发学生参与田径运动的热情。通过这种趣味教学法,让学生自主地进行田径运动,并且充实学生的体育课堂内容,让课堂内容更加丰富,增加体育课堂的趣味性,提高体育课堂的意义。

(四) 经常制作体育运动海报并宣传引导学生

对教育来说,环境对学生的影响是很大的,一个好的学习氛围和环境能更好地帮助师生深入学习和交流。在中学体育课堂教学中渗透田径兴趣,可由中学体育教师定期安排和组织制作与体育有关的活动海报。不管是团队合作还是分享有趣的田径故事,都能正确引导中学生在体育活动中感受快乐。另外,中学体育教学海报不仅能美化校园,还能无形中提高中学每一级学生的幸福感,达到示范引领作用。

结束语

综上所述,我国中学体育教育课堂学习中要求将趣味田径运用到体育课中,趣味田径教学法能够提升学生对体育运动的兴趣,能够提高学生的身体素质。在中学体育趣味田径教学过程中应坚持教育、有趣、目的及安全原则。在中学体育教学过程中充分运用趣味田径教学法,设计有趣的游戏、利用体育教具、采用多媒体技术、制作体育运动海报,能够充分调动学生们的积极性,主动参与到体育运动中。中学体育老师应该以自己学校的实际体育教学情况为基础,根据学生们的心理变化情况,在教学过程中及时纠正和引导学生的不良行为和习惯,并以此为基础,有针对性地开展趣味体育教育,在体育教学中融合趣味田径教学法,改变学生们对体育运动的传统看法,培养学生们的体育运动兴趣,在潜移默化中增强学生们的体育运动意识和体育运动精神。通过劳逸结合,学生的学习成绩提高了,同时,学生的身体素质也变好了。

参考文献

- [1] 刘志华. 刍议初中体育教学中如何促进学生的个性发展[J]. 当代体育科技, 2015, 5(36): 11-14.
- [2] 龙小林. 趣味田径教学法在初中体育课堂的运用及教学策略分析[J]. 青少年体育, 2018(7): 69-70.
- [3] 吴刚. “教”与“玩”的融合: 新课改背景下的初中体育创新教学思路[J]. 体育世界(学术版), 2019(9): 196-197.