

小学体育对趣味田径教学的开展与尝试

张强

(重庆市九龙坡区华福小学校)

[摘要]在各个阶段的体育教学体系当中,田径运动属于一项基本模块。从小学体育教育的角度来看,有效的田径教学能够使学生速度、力量得以发展,提升其身体协调性与强化体质,锻炼学生的意志品质。但是却比较容易使小学生形成枯燥性的印象。提升田径教学趣味性已经成了小学体育教师所面临的一项新课题。本文就小学体育对趣味田径教学的开展方法展开了一系列的尝试。

[关键词]小学体育;趣味田径教学;开展方法

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.12.065

前言

以小学教育持续发展为背景,为了实现小学生的“五育”发展目标,越来越多教师已经认识到体育课程的重要性,并将其作为提升学生身体素质与运动能力的主要途径。基于教育创新,小学体育教师已经逐渐认识到实施趣味田径教学的意义,使学生在参与体育锻炼的过程中能够获得乐趣。因此,教师应该根据实际学情,采用合适的方法开展趣味田径教学活动。

一、以游戏为载体开展趣味田径教学

在趣味田径教学体系中,游戏属于一种重要的表现形式。体育教师合理选择游戏能够更好的调动学生参与田径训练的兴趣,营造轻松和谐的课堂氛围,使学生更加乐于主动配合教师完成田径训练的任务。所以,教师可以在分析小学生年龄特点的基础上,借助游戏开展趣味田径教学活动。例如,教师带领学生进行“快速跑”这个项目时,可以发挥游戏的载体作用。首先,教师可以带领学生做热身运动,使学生能够调整身体机能。其次,教师可以开展“谁是第一名”的游戏,为学生讲解规则:确定起点与终点后,比一比哪个学生能够利用更短的时间从起点跑到终点。值得注意的是,教师应该在游戏前,为学生讲解与示范快速跑的要领。获得第一名的学生可以谈一谈自己的方法,并由教师针对起跑姿势展开详细讲解和示范。最后,当学生掌握蹲踞式起跑动作后,可以开展“长江、黄河”的游戏,锻炼学生的反应力以及动作的规范性。

二、基于生本理念组织学生合作训练

以新课改为导向,强调了教师与学生以互动形式共同完成体育学习的重要性。因此,小学体育教师在开展趣味田径教学活动中,可以落实生本理念,并组织学生以合作的形式进行田径训练。这样的方式有利于提升学生参与田径运动的主动性,强化其合作意识,并感受乐趣^[1]。例如,教师带领学生进行“双人跳绳”这项运动时,以发展学生的肢体力量、身体协调性作为目标,可以开展合作训练活动。首先,教师先训练学生掌握单人跳绳的方法,并将双人跳绳的概念导入课堂。其次,教师可以对学生分组,使其两人一组,互相讨论双人跳的技巧,并进行尝试。教师应该仔细观察每个小组的训练情况,并针对其中存在的问题进行点拨和示范。为了更好的调动学生的跳绳兴趣,教师可以在学生跳绳时播放合适的音乐,使学生能够保持身心放松的状态。

三、融入分层思想优化田径教学效果

从小学体育田径教学的目标来看,教师要想达到理想的趣味田径教学效果,应该重视将分层思想融入具体的训练环

节,使每个学生都能接受到适合自己实际情况的体育教育。一旦学生能够切实参与到田径教学活动当中,就能逐渐建立信心,并获得乐趣^[2]。因此,小学体育教师在开展趣味田径训练中,可以针对身体素质和运动能力存在差异的学生分别为其布置相应的训练任务,调动其运动主动性。例如,教师带领学生进行到“向后抛实心球”这个项目时,可以先将班级的学生按照性别分成两组,分别指导其动作要领与技巧,对于男生,其力量较大,可以指导其找到发力点,对于女生,其柔韧性协调性较强,教师可以训练其掌握标准的发球动作要领。以此为基础,对学生参与田径训练的学习成果进行科学评价。

四、运用竞赛提升田径教学的趣味性

从小学生的年龄特点来看,其普遍具有较强的好胜心。在小学体育趣味田径教学过程中,教师可以抓住小学生的心理特点,并运用开展竞赛的形式提升田径教学的趣味性^[3]。这样的训练方式能够更好的调动小学生参与田径训练的积极性,使其能够在好胜心的驱使下,更加主动跟随教师的节奏完成田径训练的任务,并在其中获得更加丰富的体验,到达构建趣味化课堂的效果。例如,教师带领学生进行到“跑步训练”这个项目时,可以以“两人三足跑”的形式为学生开展竞赛活动,教师可以让学生自主在班级内组成两人一组的小组,并为每个小组发一根绳,将两个人的其中一只脚系在一起,各个小组站在相同起点,听到教师说出“出发”的口令后,一同出发,比一比哪个小组能够更快到达终点。又如,教师带领学生进行“接力跑”这个项目时,也可以以小组赛的形式使学生能够参与其中,感受运动的乐趣,提升其田径运动的能力。

结论

综上所述,在小学体育课堂中,教师要想达到提升田径项目的教学质量,在具体的教学环节,可以以游戏为载体开展趣味田径教学;基于生本理念组织学生合作训练;融入分层思想优化田径教学效果;运用竞赛提升田径教学的趣味性。通过本文对小学体育对趣味田径教学的开展方法展开的一系列尝试,希望能为构建高效小学体育课堂提供一些参考。

参考文献

- [1]许旭平.试析在小学体育教学中开展趣味田径训练的作用[J].田径,2020(10):14-15.
- [2]赵伟.少儿趣味田径项目在小学体育教学中的实验研究[J].当代体育科技,2019,9(25):121+123.
- [3]赖建辉.试论新课改下的小学体育趣味田径教学[J].当代体育科技,2018,8(23):36+38.