

在初中体育课堂中融合拓展训练的有效性分析

余钱明

池州市第十中学

[摘要]就当前的初中体育教学而言,进行适当的拓展训练是非常必要的,不仅能够加强学生在课堂上的实践体验,也有助于体育活动的顺利组织推进。当然,拓展训练的开展并不仅仅是简单的为学生多做几种体育活动的介绍,而是需要通过更加科学、更加灵活的方式,让学生的学习主动性得到有效发展。通过充满激情的拓展训练,让学生积极参与其中培养健全的人格和良好的性格品质,培养良好的身体素质、培养积极的体育精神,这样的拓展训练才能够达到理想的教学效果。

[关键词]初中体育;拓展训练;内涵;意义;融合策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.08.793

体育这门学科在初中阶段受到了学生的广泛欢迎,因为初中生正处在身心发展的高速时期,进行治理培育固然重要,帮助学生建立健全良好的身体素质,也是教师的重要责任。通过科学的体育训练途径,让学生的抽象思维能力和想象能力得到发展,更有助于学生的全面成长,让学生为今后面对更加困难的挑战奠定良好的基础准备。

一、拓展训练的内涵

事实上,拓展训练就是在基础的教育内容之外,为学生创建一种特殊的锻炼环境,使得学生的生存技能以及实际心理承受能力、团队协作能力得到有效的发展。通过教师有效地拓展训练组织能够让学生收获原本课堂之外的东西,促使学生参与到充满挑战性的丰富活动当中感受科学的拓展内容,提高学生的整体素质。学生可以在拓展训练当中收获更多的技能,而且个人的开拓创新精神也能得到有效的培养,让学生能够具有更加充分的解决问题的能力,为今后学生的拼搏打好坚实的基础。然而对于教师来讲,拓展训练的有效组织一定要充分关注到活动中的体验以及活动后的结果,在一种不同的环境下要注重学生的感知,带领同学们到一些充满刺激、充满趣味性和挑战性的项目当中,做好丰富学生的内心情感,让学生充分的发挥自己的想象力去解决在训练当中遇到的各种各样的问题。

二、开展拓展训练的重要意义

拓展训练是对当前体育课程教学有效的扩充,需要教师有着较为先进的教育理念,同时要对拓展训练有明确的认识,通过科学的组织以及有效地引导充分发挥出训练的功效,让学生能够在课堂当中有所收获。拓展训练的组织与实际的课堂教学之间有着非常紧密的联系,事实上,无论是什么样的教学内容,都需要教师提前的精心设计以及在活动当中精心的指导与参与,教师需要实现个人综合素质的提升,而且也需要用自身的专业素质去影响学生进行更加丰富的活动以及训练。而且拓展训练当中的内容与课堂上的训练内容也有着一定的共性,至少最后的教学目标都是为了让学生的综合体育素质和身体素质有所发展,让学生能够通过教师创新的教学方法的指导,形成更加准确的人生观和世界观,让学生更加健康、更加全面的成长。

三、在初中体育教学中引入拓展训练的有效措施

拓展训练作为迎合新课改提出的一种比较新颖的教学方法,能够从一定程度上改善当前的教学质量,让学生在课堂上更加积极主动地参与其中,与教师协同配合达成良好的学习目标。就是要想有效地引入拓展训练,可以尝试着从以下几个方面入手:

(一) 必要的室内课堂教学

在初中的体育课程中,室内的课堂教学是存在的,拓展训练可以放在室内环境下完成,我们可以在课堂上给同学们介绍一些与健康知识相关的内容,让同学们为课外强度较大的拓展训练奠定基础。有很多学生在现实生活中遇到健康问题的时候,往往表现得手足无措,正是因为学生的生活经验和保健经验并不够充分,因此教师完全可以抓住室内课堂的契机,通过有效的健康知识的教学组织,帮助学生建立健全完善的健康管理系统,可以适当借助丰富的教学工具,例如多媒体设备,通过图文并茂的方式,为学生进行健康知识的宣讲,可以从一日三餐、遇到健康事故后的正确处理方法等方面进行,帮助学生从饮食健康加以规范,让学生在日常生活中遇到危险时能够快速找准方式帮助自己解决安全隐患。

(二) 灵活的室外课堂教学

在组织室外课堂教学时,教师可以通过由弱到强的拓展训练来帮助同学们进行锻炼,首先需要教师完成科学合理的教学设计,要通过突出教学的趣味性和目标来保证同学们在课堂当中兴趣的激发,还需要教师结合当前社会中存在的不良治安现象进行科学的讲解,特别是针对女同学来讲,教师可以通过室外拓展的活动来帮助同学掌握一些安全技巧,如何与歹徒搏斗等等,还可以让同学们进行角色扮演,一部分学生扮演歹徒,而女同学则作为受害者尝试着用教师传授的搏斗技巧开展一对一的学习、训练进行自我保护,这种科学的指导能够让学生掌握必要的自我保护技能,一旦在生活中遇到类似的危险,可以顺利地帮助学生逃生。而对于男同学也可以适当学习一些搏斗的技巧,加强自我保护意识。

有效地拓展训练组织,可以让学生的生存能力、生活能力得到良好的发展,希望各位教师都能对拓展训练这种科学的方法有所了解,并且在实际的教学中加以运用,让体育教育教学机制建立的更加完善,最终有效地促进教学质量的提升,为学生的健康成长奠定更加扎实的基础,让学生在课堂上通过更加丰富的体验,实现个人生存技能的有效提高。

参考文献:

- [1] 傲蕾多银. 阳光体育背景下初中体育 教育改革的理性思考[J]. 考试周刊, 2017. 63
- [2] 孙鑫. 新课改下初中体育大课间活动的实施研究[J]. 体育时空, 2018. 05: 174.
- [3] 蒋小春. 初中体育课堂新常规的三个维度[J]. 《体育教学》, 2018. 08: 26-28.