

建设体育拓展课程

——校园定向运动对发展中小学生对体育运动兴趣的探析

王玉华

道真仡佬族苗族自治县曙光小学 贵州 道真 563500

[摘要]近几年由于素质教育的不断改革,国家和社会对于学生在接受教育的过程中综合素质的培养越来越重视,甚至将学生的综合素质水平的高低作为高中、大学以及社会选择人才的标准。所以无论是家长还是中小学教育者都应该把培养孩子的综合素质作为孩子成长过程中的重点目标。综合素质包括德智体美劳五个方面,其中体才是其他方面发展的基础,所以家长和老师都要注意培养孩子的体育运动兴趣。

[关键词]校园定向运动; 中小学生对; 体育运动

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2021.09.2007

中小学生在接受知识以及品德的教育过程中,能够培养他们德智美劳这四个方面的,而唯独体这个方面更多是学生在体育课上才能够得到锻炼的。所以想要让孩子成为全面型人才,要从学生对于体育课堂上的体育运动兴趣入手。教师可以通过建设体育拓展课程来发展学生对体育运动兴趣。

一、我国中小学体育课程教学现状

众所周知,我们的国家以前不断向学校索取的都是知识型人才,所以在以前学校对于学生的培养都更加侧重于知识教育,特别是在从小学到初中再到高中这三个阶段,这种特点特别明显。

1、学校和家长对体育锻炼的不重视

在学生升入中学之后,进行体育锻炼的时间会不断地减少,只为了让自己学到更多的知识,但是这样对于学生的身体健康以及精神状态都会带来不好的影响。我国体育课程教学现状最明显的就在于无论是学校还是家长都只注重于提高学生的成绩,学生进行体育锻炼的时间不断被减少,甚至有些家长觉得让学生进行体育锻炼就是在浪费学生学习的时间,从而让学生每天都在座位上埋头苦学。这样的观念也会影响到学生自己,让他们觉得体育锻炼并不重要。但伴随这样的情况而来的除了学习成绩上升或者平稳之外,还有学生的身体素质、免疫力不断降低,变得容易生病,而且长期待在座位学习,对学生的心理健康也有一定的影响。

2、体育课堂教学内容单一

除了学校、家长和孩子对于体育锻炼的不重视的情况以外,还有体育教学的内容过于单一的情况。在中小学生对体育课的时候,活动内容往往就是热身、跑步等几项固定的体育运动,中小学生在长期只有这些体育运动进行体育课的情况下,他们对于体育运动的兴趣和热情肯定会随之慢慢消失,这样他们就更不乐意参加体育运动,又怎么可能通过体育运动来锻炼身体呢?

3、体育课堂的教学资源不足

对于体育课堂的教学资源不足这方面来说,也有受到学校的观念影响,但更多的可能是因为学校的规模小或者资金不足,所以没有额外的预算来购买体育运动设备,或者没有场地用来建设篮球场足球场等。体育运动设备的缺乏也是影

响教师在体育课堂上培养学生对体育运动兴趣的因素之一。

例如在上体育课时,教师想要教学生如何打篮球或者踢足球甚至跳绳等,但是由于没有篮球场或足球场以及相应的篮球、足球和跳绳就没有办法进行教学,这时候教师只能通过理论以及姿势进行教学,这样的教学效果很明显不好。如果没有设备给学生亲自体验,无论老师和学生介绍再多种类的体育运动,没有场地和设备进行实践,学生也不会对这些体育运动产生兴趣。

尽管在素质教育进行改革之后,我国中小学体育课程的教学上仍然存在许多问题,并且有些问题不是那么容易进行解决的,但是其中体育课堂教学内容单一和教学资源不足这两个问题是可以学校的努力和老师的努力去解决的。

二、校园定向运动的内容以及好处

中小学体育教师如果想要让体育课堂的教学内容不再那么单一枯燥,可以在进行教学的时候对每一节课的教学内容都进行精心设计,例如每节课进行不同的体育运动,让教学内容更加丰富。但是对于这些体育运动,一个学期下来体育运动基本都被进行一个遍,学生也很难对它们产生兴趣。因此,本人觉得开发小学体育拓展课程对于培养学生对体育运动的兴趣更加有益,并且能够长时间的进行。

1、校园定向运动的内容

校园定向运动主要是指老师在室外空旷的地方或者校园内选定一些地点并且做上标记,并且规定学生经过每个地点的顺序,让学生根据自己规定的路线进行定向运动,在参与的学生当中以最短的时间到达所有地点的学生取得胜利。定向运动其实也可以通过交通工具来进行,但是在校内所以基本都是让学生徒步进行定向运动,不过定向运动的种类也很多,可以是学生单人进行定向运动,也可以以小组为单位进行接力定向运动。

2、校园定向运动的好处

校园定向运动与其他体育运动最大的区别在于学生在进行定向运动的过程中,需要回忆自己脑海中的路线以及每个点的顺序,在进行单人定向运动时需要学生进行独立思考并且独立解决遇到的问题并且迅速做出反应,在进行接力定向运动时则需要小组内的学生对自己有一定的认知从而分配

每个人的顺序,从这些来看,校园定向运动是一项不仅能够锻炼学生体能的运动项目还能够锻炼学生的智力以及反应能力。

学生在体育课程上进行定向运动的时候能够很好的锻炼到学生的逻辑思维能力以及独自分析解决问题的能力,同时也是培养学生敢于冒险敢于尝试的品质,因为学生不知道路上会有什么,可能会有老师设置的障碍也有可能出现一些小意外,这就需要学生敢于尝试。同时在学生进行小组合作接力定向运动的过程中可以培养学生之间的友谊,让学生学会与同伴沟通,与同伴合作。除了在学校进行定向运动之外,学生回到家,周末可以和家人一起出去郊游,然后和家人一起进行定向运动,可以丰富学生的课外生活并且让学生去探索更多地点。除此之外,在学生进行定向运动的过程中能够体会到体育运动的乐趣,从而激起学生对体育运动的兴趣。

中小学体育教师想要开发拓展课程,进行校园定向运动其实是不难的,只需要教师对于校园的环境进行全面的了解就能够开展了。而且在体育课堂上进行校园定向运动对于全面培养学生是大有益处的,所以也是值得所有中小学的体育教师进行采用的教学方式。

三、如何利用校园定向运动发展学生对体育运动的兴趣

在对我国中小学体育教学现状进行考察和分析并且认识到了开发中小学体育拓展课程,在体育课堂上进行校园定向运动对于响应素质教育改革以及促进学生全面发展和发展学生对体育运动的兴趣都有很大的促进作用的基础上,教师就应该开始探索如何利用好校园定向运动来培养学生对于体育运动的兴趣。

1、准备好定向运动开展的场地以及器材

中小学体育教师在校内开展定向运动之前,要先对能够进行定向运动的场地进行规划,以保证在定向运动进行的过程中不会对学校日常工作带来影响以及避免学生误入一些地方打扰相关人员工作或者受伤。在确定好定向运动可以进行的场地之后,教师就可以向学校申请购买在定向运动开展的过程中所需要用到的器材比如电子显示器、计时器和指南针等,以确保定向运动的顺利开展。

例如在教学楼比较集中的学校开展定向运动,中小学体育教师在划定进行定向运动的场地的时候就舍弃靠近教学楼的那一块区域,防止学生进行定向运动的时候影响到其他班级上课,同时对于有较多树木以及可能存在危险的区域,教师也应当不予以考虑。对于一些较为宽敞但又有一些障碍物的地方可以考虑在内,同时对于一些学生陌生的区域教师在提前确保安全性的前提下划入运动场地。在定好运动场地之后,教师还可以考虑哪些地方可以设置打卡点。而对于器材的购买,可以购买小型的显示器安置在每个打卡点,在确定定向运动的顺序点后让学生按照顺序记录下每个打卡点的数字,以检验学生的完成成果。而计时器则是用于计算每个学生完成定向运动的时间,指南针则是分发给学生让学生用来

辨别方向用。这些器材对于中小學生来说可能有熟悉的也有陌生的,并且能够更好的提高学生进行定向运动的效率,让学生在定向运动中找到快感,从而喜欢上体育运动。

2、严格制定定向运动的规则

不管是开展什么活动,有严格标准的规则都是很重要的,所以严格制定定向运动的比赛规则为定向运动的顺利开展提供了保障。定向运动的规则主要包括集合规则、比赛规则以及判定规则,集合规则主要就是针对学生在比赛开始前如何进行整队以及做好准备。比赛规则就是在学生进行定向运动的过程中如何进行正确的打卡以及路线的确认。判定规则就是对于学生结束定向运动后如何决定出最后胜出的人以及如果出现相同时间的如何进行判定。

例如在进行定向运动前,教师可以提前对学生讲解集合规则,告诉学生参加比赛的学生到哪里集合以及在集合的过程中要注意听清楚比赛规则和判定规则。学生在集合点等待的时候,教师过去为学生讲解比赛规则和判定规则:每个人都会有一张地图和卡片,根据地图上的顺序去到每一个地点并且记录下显示器上的数字,以最短时间到达终点并对时间以及学生所记录的数字来进行判定,如果有出现相同时间的学生就可以根据记录的数字或者学生的状态进行判定。在严格的规则的指定下能够提高学生的警惕感,让学生在定向运动的过程中不断地思考和规划自己如何取胜,让学生在定向运动的过程中感受到运动的带给自己的刺激感,以此来达到发展学生对体育运动的兴趣的目的。

四、结语

综上所述,中小学体育教师想要发展学生对体育运动的兴趣不仅可以选择添加体育运动这一方式,还可以选择开发小学体育拓展课程这一更有效的方式进行教学,其中进行校园定向运动的体育运动是成效最明显的,并且能够在培养学生对体育运动的兴趣的同时促进学生智力和体能素质的同步发展。

参考文献

- [1] 张晓臣. 校园定向运动对小学生身体形态、机能以及素质影响的实证性研究[J]. 运动, 2015(2): 3.
- [2] 孙德明. 小学校园定向运动体育课程建设研究[J]. 体育风尚, 2019(2): 1.
- [3] 顾志波. 浅析中小学体育课程改革下的定向运动开展[J]. 体育风尚, 2019(11): 1.
- [4] 魏冉. 体育游戏兴趣对小学生身心发展的有利影响探析[J]. 武术研究, 2020, 5(1): 3.
- [5] 王琨. 校园定向运动对小学生身心发展的作用[C]//2017.
- [6] 张厚胜. 小学体育课开设校园定向运动的实验研究[D]. 苏州大学.
- [7] 王琨. 校园定向运动对小学生身心发展的作用[C]//2019年“互联网环境下的基础教育改革与创新”研讨会论文集. 2019.