

小学体育教学中开展趣味田径的作用与策略研究

● 刘彩萍



[摘要] 在素质教育背景下,对学生的综合素质培养越来越重视,要求学校教育促进学生德智体美劳全面发展,小学体育课堂趣味田径教学活动也因此得到了广泛开展。本文从小学体育教学中开展趣味田径的作用、小学体育教学中开展趣味田径的原则以及小学体育教学中开展趣味田径的策略三个方面,对小学体育教学中开展趣味田径的相关内容进行探讨,希望能为相关教育工作者提供有效参考。

[关键词] 小学体育;教学;趣味田径;作用;策略

田径运动是小学体育课堂教学内容的重要组成部分,对于提高学生的身体素质、帮助学生健康成长具有积极、正向的作用。体育教师在小学体育教学中开展趣味田径教学活动相比于进行普通的田径教学课程活动,更容易让小学阶段的学生产生对于体育课堂教学内容的认同感,从而激发学生对于田径运动乃至体育运动的兴趣,促使学生养成进行体育锻炼的好习惯,有利于学生的身心健康发展。

Q 小学体育教学中开展趣味田径的作用

(一) 增强学生的身体素质

小学体育教学中开展趣味田径有助于增强学生的身体素质。体育教师通过在小学体育课堂开展趣味田径教学活动,有助于让学生的身体得到充分的锻炼,满足小学阶段的学生需要达成的运动量,提升学生的运动能力,锻炼学生的心肺功能,增强学生的身体素质,不断促进学生的身心健康发展。

(二) 培养学生的运动兴趣

小学体育教学中开展趣味田径有助于培养学生的运动兴趣。体育教师通过在小学体育课堂开展趣味田径教学活动,有助于提高学生参与体育课堂教学的积极性,让小学阶段的学生主动地参与到体育课堂的教学活动中去,激发学生对于田径运动的兴趣,提高学生体育课堂的学习效率,增强小学体育课堂的教学效果。

(三) 促进学生的全面发展

小学体育教学中开展趣味田径有助于促进学生的全面发展。通过在小学体育教学中进行趣味田径的相关课程活动,不仅能够促进学生身体的健康发展,还能够使得学生在

趣味田径游戏活动中的合作与互动当中提高团队协作能力。趣味田径可以培养学生的团队合作精神,释放学生的学习压力,使学生得到身体与心灵的充分放松,有利于学生的身心健康,并能够培养学生的综合素质,促进学生的全面发展。

Q 小学体育教学中开展趣味田径的原则

(一) 安全性原则

小学体育教学中开展趣味田径需要遵循安全性原则。保障学生在体育课堂上的安全是体育教师开展小学体育趣味田径教学活动的重中之重。小学体育教师在开展趣味田径教学活动之前,应当反复确认教学设施以及教学器材的安全系数,确保相关设施以及器材的牢固程度,避免其中出现尖锐性物品,尽量规避在小学体育趣味田径教学活动中可能会出现的不安全因素,确保学生能够在一个相对安全的环境中进行趣味田径活动。

(二) 适宜性原则

小学体育教学中开展趣味田径需要遵循适宜性原则。体育教师在开展小学体育趣味田径教学活动时,选择的活动内容要适合小学阶段的学生,趣味田径游戏活动要难度适中,符合学生的最近发展区间。这样小学阶段的学生不会因为趣味田径相关游戏活动难度较大而打消参与趣味田径活动的积极性,也不会因为趣味田径相关游戏活动内容过于简单而产生消极情绪,丧失对于游戏活动的兴趣。同样,在趣味田径相关游戏活动的强度设定方面,体育教师也应当遵循适宜性原则,避免因为强度过大而让学生造成身体上的损伤,也不能因为强度过低而达不到锻炼学生身体的目的。

(三) 综合性原则

小学体育教学中开展趣味田径需要遵循综合性原则。体育教师在开展小学体育趣味田径教学活动时要进行全方位、综合性的考量,选择的趣味田径相关活动内容要涉及促进学生成长的方方面面。除了达到小学体育课堂教学应该达成的使得学生的身体得到充分锻炼的目的,还应当对学生的心理健康成长、团队协作能力、创新思维、组织能力以及思想品德等方面产生积极的意义与影响,从而培养学生的综合能力,促进学生的全面发展。

Q 小学体育教学中开展趣味田径的策略

(一) 丰富趣味田径教学设施,满足学生不同需求

小学体育教学中开展趣味田径需要丰富趣味田径教学设施,满足学生不同需求。相对于传统体育课程教学中使用的单调、笨重以及危险系数较高的教学器材设施,教师可以在小学体育趣味性田径教学课堂中添加更加轻便、安全、颜色鲜艳以及造型可爱的体育教学器材。这样既满足了学生对于趣味田径运动的不同学习需求,又降低了学生在进行体育活动时发生危险的可能性。同时颜色鲜艳、造型可爱的运动设施器材也能在一定程度上对小学阶段的学生产生吸引力,激发学生对于体育运动的学习兴趣,提高学生参与趣味田径游戏活动的积极性,使得学生主动参与趣味田径活动,提高小学体育趣味田径课堂的教学质量。

例如,体育教师在根据人教版《体育与健康》1至2年级全一册中的“投掷与游戏”相关内容抛接物,进行趣味田径教学活动时,可以向趣味田径教学课堂投放各式各样的球类教学材料,增加各种带有轻柔温暖颜色球类的投放,加入各种受学生欢迎的卡通动画形象设计的抛掷物投放,提高趣味田径教学活动中所要抛掷物品对于小学阶段学生的吸引力,激发学生对于进行抛接物与游戏相关活动的兴趣,使得学生更加积极主动地参与这一趣味田径游戏活动。又如,教师在根据人教版《体育与健康》3至4年级全一册中的“跳跃”相关内容连续跨越一定距离的标志物游戏,进行趣味田径教学活动时,可以增加一些带有“熊出没”等受到小学阶段学生喜欢的动画元素作为标志物的装饰,吸引学生的注意力,使得学生产生对于该游戏活动的参与兴趣,培养学生的运动热情。

(二) 增加趣味田径游戏种类,激发学生学习兴趣

小学体育教学中开展趣味田径需要增加趣味田径游戏种类,激发学生学习兴趣。对于小学阶段的学生来说,进行游戏活动是最能让其产生兴趣的方式之一。教师可以在小学体育趣味田径教学课堂中增加趣味田径相关游戏的种类,让趣味田径教学活动对学生产生更多的吸引力,激发学生参与体育课堂学习的兴趣,使得学生发挥主观能动性积极地参与小学体育趣味田径教学活动。

例如,体育教师在根据人教版《体育与健康》1至2年级全一册中的“攀登、爬越、平衡与游戏”相关内容模仿各种动物爬行,进行趣味田径教学活动时,可以让学生在模仿各种动物爬行的基础上增加相关表演互动情节,使得学生发挥主观能动性积极地参与到模拟各种动物爬行的相关游戏设计活动中,激发学生对于趣味田径课程的学习兴趣,培养学生对于田径运动的热爱之情。

(三) 完善趣味田径教学内容,契合学生发展特点

小学体育教学中开展趣味田径需要完善趣味田径教学内容,契合学生发展特点。教师在进行小学体育趣味田径教学活动的开展前,应当不断完善趣味田径教学活动的相关内容,选择的趣味田径教学活动内容应充分考虑小学阶段学生的年龄特点以及身体特质。并且,要贴近学生的最近发展区间,契合学生发展的特点,使得开展的小学体育趣味田径教学活动发挥其最大效能。

例如,体育教师在根据人教版《体育与健康》1至2年级全一册中的“跳跃与游戏”相关内容越过大峡谷,进行趣味田径教学活动时,应当根据学生的年龄以及发展特点进行“大峡谷”到终点的距离设定,避免因为距离设定的较近而无法使学生的身体得到充分的锻炼。或者因为距离设定的较远使得学生一直无法跳跃到终点,打击学生继续进行趣味田径游戏活动的积极性。又如,体育教师在根据人教版《体育与健康》1至2年级全一册中的“攀登、爬越、平衡与游戏”相关内容爬越横向跳箱游戏,进行趣味田径教学活动时,需要根据学生的年龄以及年级特点进行爬越高度的设置。小学一年级的学生爬越60~80厘米高的横向跳箱,而对小学二年级的学生则可以选择80~100厘米高的横向跳箱,通过与学生的发展特点相适配的游戏训练难度发展学生身体的灵巧性以及协调性,不断提高学生的运动能力。

(四) 增强学生游戏合作互动,培养学生协作能力

小学体育教学中开展趣味田径需要增强学生的游戏合作互动,培养学生协作能力。教师在进行小学体育趣味田径教学活动时,应注意加强学生在趣味田径游戏活动中的互动以及合作,增进学生之间的友情,提高学生的团队协作能力,培养学生的团结合作精神,提高学生的综合素质,促进学生的全面发展。

例如,体育教师在根据人教版《体育与健康》1至2年级全一册中的“投掷与游戏”相关内容抛接比稳游戏,进行趣味田径教学活动时,应指导学生注重和合作伙伴之间默契配合,并对学生之间的配合进行评价,从而培养学生的协作能力以及团队合作精神。又如,体育教师在根据人教版《体育与健康》5至6年级全一册中的“跑”相关内容4×50接力跑,进行趣味田径教学活动时,可以通过上下棒的交接与传递培养传棒人与接棒人之间的合作默契。每一棒人员

的选定过程也能够提高各个小组成员之间的团队协作能力，培养学生的团结合作精神。

(五) 灵活选择教学指导方式，尊重学生个体差异

小学体育教学中开展趣味田径需要灵活选择教学指导方式，尊重学生个体差异。每一个学生都是独一无二的个体，体育教师在开展小学体育趣味田径教学活动的时候应当充分尊重学生的个体差异，根据学生的身体状况和运动能力水平，以及不同学生的不同特质灵活选择教学指导方式，从而让每一个学生都能在小学体育趣味田径教学活动的开展中获得成长。

例如，体育教师在根据人教版《体育与健康》1至2年级全一册中的“攀登、爬越、平衡与游戏”相关内容攀爬肋木或攀登架游戏，进行趣味田径教学活动时，需要细心观察学生的心理状态，对于具有恐高情绪的学生予以安慰和鼓励，帮助学生克服心理阴影顺利通过该项游戏活动，并对表现良好的学生进行适度表扬，提高学生对于体育运动的积极性。

(六) 加强体育教师专业培训，提高教师教学能力

小学体育教学中开展趣味田径需要进行体育教师专业培训，提高教师教学能力。体育教师的教学能力以及专业素养对于小学体育趣味田径教学活动能否顺利开展具有直接的影响作用，学校应定期组织小学体育教师进行趣味田径相关教学活动的专业培训，不断增强体育教师开展小学体育趣味田径教学相关活动的专业性，提高教师在趣味田径教学课堂中的教学能力，推动小学体育教学中趣味田径活动的顺利开展。

例如，学校可以分批次定期派遣体育教师进行小学体育教学趣味田径相关内容的进修以及研学；在寒暑假集中组织体育教师进行趣味田径教学活动相关内容的专业培训；小学体育教研组也可以组织教师参加如何在小学体育教学中开展

趣味田径活动的相关研讨会，不断提高体育教师对于相关课程内容的专业度以及教学能力，推进趣味田径教学活动在小学体育课堂的深入展开。

Q 结束语

综上所述，小学体育教学中开展趣味田径有助于增强学生的身体素质、培养学生的运动兴趣、促进学生的全面发展。小学体育教学中开展趣味田径需要遵循安全性原则、适宜性原则、综合性原则。小学体育教学中开展趣味田径需要丰富趣味田径的教学设施，满足学生的不同需求；增加趣味田径游戏的种类，激发学生的学习兴趣；完善趣味田径的教学内容，契合学生的发展特点；增强学生游戏中的合作与互动，培养学生的团队协作能力；灵活选择教学指导方式，尊重学生的个体差异；加强体育教师的专业培训，提高教师的教學能力。通过一系列手段，提高小学体育教学中开展趣味田径的有效性，帮助学生更好地成长。

参考文献

- [1]姚超.趣味田径,魅力体育——谈趣味田径在小学体育教学中的开展策略[J].田径,2023(12):69-71.
- [2]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.
- [3]孟广伟.小学体育教学中开展趣味田径项目的作用[J].田径,2020(06):51-52.
- [4]林扬辉.趣味田径项目在小学体育教学中开展的作用[J].当代体育科技,2019,9(13):172-173.

作者简介:

刘彩萍(1979—),女,汉族,甘肃白银人,本科,高级教师,白银市靖远县东湾镇银育小学,研究方向:小学体育教学。