

# 趣味田径在小学体育教学中的应用研究

胡德强

(无为市滨湖小学城北校区, 安徽 芜湖 238300)

**摘要:**趣味田径体育教学是一种新型教学方式, 它不但能有效激发学生参与体育运动的兴趣, 能更好满足学生对体育运动的多样化需求, 还大大丰富了体育教学的内容与形式, 促进了师生之间的有效互动, 有利于让田径体育教学活动的开展更高效、更优质。田径是小学体育教学的重要内容, 趣味田径运动改变了传统单一、枯燥的教学模式, 在促进学生身心健康发展方面发挥着重要作用。对此, 本文阐述了趣味田径在小学体育教学中的应用价值、应用原则以及应用策略, 旨在更好地助力学生全面发展, 希望可以为各位同行提供一些参考与借鉴。

**关键词:**趣味田径; 小学体育; 教学应用

长跑、短跑、耐力跑、接力跑等田径运动项目是小学体育教学的重要组成部分, 同时也是提高学生肢体力量和运动素养的有效途径之一。开展趣味田径小学体育教学, 要求教师要结合小学生的身心发展规律和学习特点, 打破传统体育活动的局限, 积极创新教学方式, 从而为学生营造一个具有趣味性、挑战性和探究性的体育学习与活动氛围。那么, 在教学实践中, 小学体育教师应当如何有效应用趣味田径运动, 本文主要围绕这个问题展开了相关分析与研究, 仅供参考。

## 一、趣味田径在小学体育教学中的应用价值

### (一) 有利于打破传统教学模式, 提高学生运动兴趣

田径项目的本质是对跑、跳、走的训练, 而且这类训练往往具有时间长、内容单一的特点, 这和小学生好奇好动的特点形成了鲜明的对比。因此, 这就容易导致很多小学生对参与田径运动的兴趣并不高。根据新课标的要求, 教师在教学中必须要以“快乐体育”为主题, 不断增加田径运动多样性、趣味性, 打造全新的运动、互动课堂。趣味性元素和田径运动的结合, 可以改善学生对田径的印象, 让他们在“玩”的过程中, 感受田径运动的魅力, 从而爱上田径运动。

### (二) 有利于践行新课标要求, 保障教学提质增效

“突出快乐教学”主题作为2022版《义务教育体育与健康课程标准》(以下简称《课程标准》)对体育教学提出的新要求, 它的提出兼顾到了小学生年龄小、性格不完善、好奇心强、活泼好动等特点。该主题在小学田径课程中的落地, 不仅利用课程标准的践行, 还可以让小学生在快乐、轻松的训练氛围中, 高效完成教师安排的体育训练项目, 最终实现学生训练质量与训练效率的同步提升。

## 二、趣味田径在小学体育教学中的应用原则

### (一) 趣味性原则

趣味田径, 简单来说就是借助多元教学手段, 增加田径运动的趣味性, 其目的旨在调动学生对参与田径训练、比赛的兴趣, 达到增强学生体质、落实全民体育战略的目的。所以, 小学体育教师在组织学生进行田径训练时, 必须要遵循“寓教于乐”原则, 确保教学内容的生动性、趣味性。

### (二) 指向性原则

指向性是体育运动普遍的特性之一, 如强身健体、提升体育素养等。因此, 趣味田径活动的设计同样需要具备指向性。所以, 体育教师在设计田径项目时, 既要考虑到学生整体的身体素质, 也有发挥出体育课程的育人作用。只有教师具备明确的教学目的、教学观念, 趣味田径活动才能更好地达成预期效果。

### (三) 适当性原则

小学阶段是学生肌肉、骨骼发育的关键阶段, 所以, 小学体

育教师在设计各类田径训练项目时, 必须要立足学生身体情况、体育特长, 选择或是设计符合小学生学情的田径训练内容。只有实际训练负荷契合小学生的运动量, 才能够让趣味田径课程变得更加有趣, 反之, 会损害小学生的身体, 无法达到趣味教学的目的。因此, 在设计、实施田径活动前, 教师必须要测试每个学生的身体状况, 确保训练负荷、训练时长能够让小学生受益。此外, 课程的设计还需要具备较强的动态性, 可以根据学生的不同反应, 调整教学方向、方法, 保证教学顺利开展。

### (四) 安全性原则

安全是教学的首要任务之一。趣味田径课程的设计, 虽然没有过多强调安全内容, 但是, 如果学生的安全无法得到保障, 一切的教学理念、教学手段都将成为空谈。所以, 教师借助多媒体、VR设备、教学工具进行趣味教学时, 必须要保证工具、设备的安全性, 做好安全辅助工作, 避免学生在训练中出现人身伤害, 影响学生的学业。

## 三、趣味田径在小学体育教学中的应用策略

### (一) 改变教学模式, 提高运动趣味性

由于小学阶段学生的性格不完善, 年龄较小, 传统的一板一眼的教学方法, 很难对他们产生吸引力。随着我国教育体系的不断完善, 社会、学校、家庭越来越重视小学生的学习体验和感受, 因此, 以小学生年龄、性格特点、综合发展为中心的游戏化教学理念悄然成型。不少小学体育教师通过游戏和体育活动的结合, 取得了不错的成绩。在小学体育中融入趣味化的游戏元素, 能够打破学生对小学田径训练刻板、单一的印象, 驱使教师设计出更多符合小学生特点的田径运动训练形式, 让小学生生动的氛围中, 快速获得田径技能的提升。

例如, 田径短跑考验的是学生瞬间爆发力和反应能力, 要求学生用最快速度、最短时间完成短跑项目。在游戏+田径模式下, 教师可以创设和田径运动相关的情境, 让学生在趣味的情境中获得良好的游戏和田径体验, 进而实现田径素养的提升。如教师利用现有材料, 带领学生搭建“奥运会”比赛现场, 营造学生参与国际比赛的氛围, 向其讲述短跑项目规则、注意事项和技巧等, 并在学生完成训练后, 颁发多元化的奖牌(“金牌、银牌、铜牌、进步金牌、友好金牌”), 从而有效调动小学生参与训练的热情和主动性; 在实践训练中, 教师可以立足该情境, 设计“闪电侠”游戏, 看谁跑到最快, 从终点取回的物品最多。通过游戏化的田径训练方式, 能够有效激发小学生的挑战欲、主动性, 从而弱化长时间训练的枯燥性, 增加训练的生动性, 打造“寓教于乐”的体育课堂。

### (二) 创设竞技比赛, 树立正确的竞争观

小学阶段学生在运动、游戏方面, 具有很强的“争强好胜”性,

无论哪种游戏都会比个高低。因此,教师可以结合学生“争强好胜”的特性,立足小学田径教学标准和要求,创设一些游戏化的竞技比赛,培养小学生的田径爱好,引导他们树立正确的竞争观念和意识,进一步提高体育教学效率和质量。

例如,田径运动中的中长跑训练,作为田径运动中的主要类型之一,其训练过程十分枯燥和单调,且运动负荷相对较大,对小学生并不友好。因此,针对小学阶段的学生,教师可以结合他们的年龄特点、体能,定期组织一些适合的小学生的“竞技比赛”,通过多次、长期比赛的开展,能够驱使学生主动增加体能、技能训练,从而战胜对手,获得运动带来成就感和荣誉感,达到预期的教学效果。在比赛队伍选择上,教师可以将班级学生分成两个或是多个队伍,也可以以自己所带班级为单位,组织不同班级进行竞技对抗比赛,让学生在团队荣誉、班级荣誉的引领下,快速实现中长跑能力的提升。

### (三) 理论与实践结合,改善活动刻板性

在传统小学体育教学模式当中,田径运动的“跑、跳、走、掷”等内容,具有明显的枯燥性和乏味性,从而导致学生们的参与度、训练热情大打折扣。无论教师采用什么样的方法和手段,都离不开实践环节的训练。因此,教师增加田径训练趣味的同时,应当将实践与理论进行有机的融合。

以“掷标枪”这一田径项目为例。首先,教师需要着重加强理论知识的渗透。如通过多媒体、VR设备、微课等多种方式,可以在学生学习新的课程或是训练活动之前,提前完成对掷标枪运动的学习和了解,从而大大提高教师理论教学质量,同时,也能够让教师拥有更多的精力用于学生训练的实践指导,快速提升学生理论和技能。此外,教师还可以结合一些大型国际赛事(奥运会、世界锦标赛、国际竞走赛、世界青年田径锦标赛),为学生讲解该项运动所蕴含的意义,让学生充分了解其特点和趣味性,从而有效地激发学生对这一运动的兴趣。为了进一步彰显田径训练的趣味性,教师还可以将主导权、决定权交给学生,根据他们的意见、想法创设专属的田径训练课程。由于学生的全程参与,他们在训练中热情、积极性将会得到无限放大,最终,掌握各类田径运动的知识与技巧,提升学生整体田径水平。

### (四) 讲解田径文化,彰显体育育人的功能

“立德树人,德育为先”作为我国当下教育的主要理念,对体育教师教学提出了全新的要求,比如要求教师必须要将德育放在智育、体育之前,注重学生道德素养的培养。同时,在全新的小学《课程标准》中,也明确提出了教师在教学中应全面发挥体育育人功能的要求。因此,在设计趣味田径课程时,教师可以依托“全民体育”理论,向学生讲解田径运动的好处、文化内涵,或是借助田径名人故事丰富课程教学内容,逐步提高田径课程的趣味性,让孩子们深入体会田径的魅力,进而逐渐提升他们的体育核心素养。

例如,在趣味田径教学中,教师可以引入马拉松运动文化,在实际教学中,可以向学生做如下说明,“马拉松已成为一项全球性的运动,它不仅考验参与者的耐力和体能,更考验其意志力和心理素质……有的追求个人挑战和突破,有的为了健康生活,还有的旨在为慈善事业贡献力量。”“早年,波斯帝国想要吞并希腊帝国,于是派出了强大的军队……希腊城邦雅典奋起抵抗,最终取得了胜利,为了传达胜利的消息,军队中有一位名叫菲迪皮茨的士兵,一口气跑了五个小时,才回到雅典城。”通过这种方式,可以让学生认识到田径运动的意义,意识到自己和其他田径运动员的差距,从而静下心来,努力按照教师安排进行训练,

发挥出体育运动育人作用。

### (五) 融合信息技术,提升课程实效性

随着科技的发展,教师在教学中能够应用的工具越来越先进。现阶段,信息技术在小学体育中的应用,可以为师生节省大量的理论教学时间,从而将更多的精力用于实践教学。在实际趣味田径活动时,教师可以尝试将田径与信息技术相结合,以更为清晰、直观地方式,向学生展示田径运动标准的动作、注意事项等,既可以增加田径活动的趣味性,又可以加强课堂教育的效果。

例如,在“跨栏跑”田径教学中,大部分学生对该项体育项目知之甚少,但是,只靠教师语言讲解理论知识又略显枯燥,效率也不高。为此,教师可以借助相关网课、微课,利用多媒体手段向学生介绍该项运动的基本要点。或者,教师可借助3D人体模型,通过快速播放的方式,向学生详细介绍“跨栏跑”的技巧,使其充分了解到“跨栏跑”的正确发力方式。通过多媒体手段和体育教学的结合,田径运动的趣味性和生动性可以得到极大提升,这样既可以调动学生主动探究意识,丰富他们的体育理论,又可以后续田径训练课程的教学做好充足准备。

### (六) 优化教学评价机制,全面打造趣味课堂

及时、客观、趣味的评价,不仅可以拉近小学生和田径运动的距离,还可以呵护小学生的自尊心,培养他们正确的是非观、竞争意识,激活他们运动的内在动力。在传统模式中,小学体育田径训练评价较为单一,往往只将学生最终的比赛成绩当作考核依据,这种评价方式,一定程度上会打击努力训练学生的积极性,也会为恶性竞争埋下隐患,影响教师最终的教学效果,不利于学生心智、情感的全面发展。

在趣味田径教学理念指导下,教师应当选择合适的教学手段,不断优化田径训练中方式、模式、类型,建立健全评价机制,鼓励学生参与教学评价,借助多元评价主体,切实保证田径训练的公平、公正性。同时,在最终成绩的评估上,教师的评估分值可以占80%,其中50%的过程分(训练过程、比赛过程的表现),30%的田径技能分(技巧表现、比赛用时等),最后20%的分值交给学生。分值回归学生,一定程度上可以加强学生的监督作用,有效避免了作弊行为的出现,也大大增加了田径课堂的趣味性。

## 四、结束语

总而言之,将趣味田径应用于小学体育教学当中,有利于增加课程教学的趣味性,这对小学生体育核心素养的提升具有重要意义。因此,作为一名新时代小学体育教师,有必要重视趣味田径教学的开展。在教学实践中,为进一步保证教学效果,教师应当立足小学生的发展需求和学习特点来施教,如此才能给学生带来良好的学习与活动体验,进而实现对其终身体育意识的培养,最终实现体育课程素养教育目标。具体来看,教师可以通过改变教学模式,提高运动趣味性;创设竞技比赛,树立正确的竞争观;理论与实践结合,改善活动刻板性;讲解田径文化,彰显体育育人的功能;融合信息技术,提升课程实效性;优化教学评价机制,全面打造趣味课堂等多项举措来促进趣味田径在小学体育教学中的应用,以助力学生体育核心素养的发展。

### 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] 陈慧慧. 趣味田径项目在小学体育教学中开展的作用[J]. 体育风尚, 2023(07): 56-58.
- [3] 赵玲. 探析趣味田径在小学体育教学中的应用策略[J]. 小学生(中旬刊), 2023(05): 43-45.