

# 数字化赋能下的小学田径训练教学创新路径探索

高硕

泰兴市黄桥小学教育集团, 江苏 泰兴 225400

**摘要 :** 随着数字化信息技术的不断发展, 我国教育事业也在寻求破局革新、转型升级的教学创新路径, 体育教育作为教育事业中的重要组成部分, 也逐渐开始尝试将现代信息技术应用到训练教学。在数字化背景下创新小学田径教学的训练模式, 能够更好的满足学生的教学需求, 保证学生的训练安全, 提高教师的教学效率, 从而激发学生的学习兴趣。基于此, 本文阐述了数字化赋能对小学田径训练教学的意义, 结合教学实际, 探析当前小学田径训练在数字化教学过程中存在的问题, 并提出了几点建设性的意见, 以促进数字化信息技术更好的融入小学田径训练教学。

**关键词 :** 数字化; 小学田径; 训练教学

## Exploration on the Innovative Path of Track and Field Training Teaching in Primary Schools under Digital Empowerment

Gao Shuo

Taixing Huangqiao Primary School Education Group, Taixing, Jiangsu 225400

**Abstract :** With the continuous development of digital information technology, China's education is also seeking the path of teaching innovation, transformation and upgrading. As an important part of education, physical education has gradually begun to try to apply modern information technology to training and teaching. Innovating the training mode of track and field teaching in primary schools under the digital background can better meet the teaching needs of students, ensure the training safety of students, improve the teaching efficiency of teachers, and thus stimulate students' interest in learning. Based on this, this paper expounds the significance of digital empowerment to primary school track and field training teaching, analyzes the problems existing in the current digital teaching process of primary school track and field training, and puts forward some constructive suggestions to promote the better integration of digital information technology into primary school track and field training teaching.

**Keywords :** digitalization; primary school track and field; training teaching

## 一、数字化赋能对小学田径训练教学的意义

### (一) 提高体育教学的安全性

在传统的体育教学中, 由于教师对学生运动量的掌控不当, 体育意外事件常有发生, 因而对学生的运动量的把控问题需要引起体育教师的高度重视。<sup>[1]</sup>为减少意外情况的发生, 体育教师可以引入数字化技术, 通过采集设备, 根据学生的运动强度和身体状态不同, 将数据信息划分为蓝色、绿色和红色三个等级。比如, 当设备出现蓝色图标时, 说明学生的运动强度不高, 教师需适当加强运动量; 当设备出现绿色图标时, 说明学生的运动状态处于最佳, 鼓励学生继续保持; 当设备出现红标时, 说明学生的运动强度已超出身体负荷, 需要及时叫停体育运动。如此, 数字化信息技术能够帮助教师监查学生身体情况, 及时发现问题, 从而有效提高了学生体育运动的安全性。<sup>[2]</sup>

### (二) 提高学生体教的参与度

受传统教育观念的影响, 学生对体育课程不够重视, 在体育教学上常常偷懒逃避。为了激发学生的学习热情, 提高学生在体育教学中的参与度, 体育教师可以引入数字技术。比如, 在田径的教学训练中, 教师可以要求学生佩戴测试监察手环。<sup>[3]</sup>一方面, 测试监察手环会全程记录学生的训练过程, 同步更新学生的跑步路程和跑步时间, 教师可以掌握学生的学习情况, 以此来督促学

生遵守课程纪律, 认真完成体育教学的教育要求, 提高学生在体育教学中的参与度。另一方面, 教师可以根据学生的运动情况进行分类划分, 有针对性的给不同学生安排不同的课程指导, 从而提高学生对田径运动的理解和技能的掌握, 从而促进教学效率的提升, 强化了学生的学习动力。<sup>[4]</sup>

### (三) 推动体育教学因材施教

在体育教学中, 将数字化技术与体育教学将紧密融合, 能够有效提高学生的体育素养, 但是技术的引入不只是便利了教师的教学, 同时还通过对学生身体信息的收集、分析, 让学生清楚自身能力的缺陷和不足, 帮助学生在学习过程中补齐短板, 重视体育锻炼教学, 培养体育健康意识。<sup>[5]</sup>例如, 教师通过积极推广个性化的数字技术, 让数据信息精准定位到学生的身体素养、个性特征、体育状态等个人信息, 协助教师针对不同学生实行不同的教育模式, 因材施教, 由此实现教育资源的共享, 推动小学体育教学高质量、高水平发展。

## 二、数字化赋能对小学田径训练教学中的问题

### (一) 体育教学模式滞后

受传统教学观念的影响, 体育教师在进行小学田径教学过程

中，注重对田径动作的示范和训练，缺乏理论知识和应急知识的讲授。<sup>[6]</sup>一方面，部分体育教师仍没有在教学模式上进行改革和创新，无法高效的进行体育教学。在小学阶段的学生，对知识体系的认识和构建能力较为薄弱，需要教师的多样化教学引导，而教学模式的单一固化并不能调动学生的学习积极性，甚至对让学生产生抵触心理。另一方面，体育教师忽视了学生的教学主体地位，对学生的学习实效关注较低，给学生布置教学任务时，对不同学生不同的运动状态掌握不够深入，统一的布置任务会导致部分学生难以跟上教学进度，在一定程度上制约着体育教学的教学效果。<sup>[7]</sup>

### （二）体育教学资源匮乏

受传统教育观念和教学模式的影响，体育教学的课程资料匮乏是当前教师统一面临的问题。一方面，由于院校对体育课程的重视度不高，部分小学院校的体育设施尚未完善，这就导致学生在进行体育运动时，供选择的体育设备较为单一，学生缺乏充足的体育设施，对体育训练的热情也会降低。<sup>[8]</sup>另一方面，有关体育教学的理论知识资料较为匮乏，院校的体育教师大多把教学重心放在了体育训练，大多忽视了对学生的理论授课，比如最基本的田径概念和田径赛事的基本规则等，由此就导致学生对体育田径的概念认知较为模糊，学生在进行运动项目的训练时，难以理解教师所讲授的动作要领和技巧。<sup>[9]</sup>

### （三）教师技术素养较低

现阶段，部分小学教师对数字化技术的应用能力不足，缺乏技术素养，难以将数字化信息技术融入到小学体育田径教学中去。首先，体育教师缺乏数字化技术辅助体育教学的意识。部分体育教师对用数字化技术进行理论教学和实践指导的认知不足，认为数字化技术手段在体育教学中的应用程度不高，引入信息技术辅助也只是浪费课时时间。这主要是部分体育教师的认知观念出现偏差造成的。<sup>[10]</sup>其次，院未对体育教师进行系统的技术培训，部分体育教师对数字化的教学手段仍停留一味的依赖多媒体课件，容易导致教学氛围的枯燥，没有将理论知识跟实际训练相结合。再者，体育教师缺乏的沟通合作意识。在网络技术的互联中，部分教师没有将体育资源进行共享，无法及时接收外界有关田径运动的最新数据资料，从而导致信息闭塞、闭门造车的现象，降低了体育教学的教学效率。

## 三、数字化赋能下小学田径训练教学路径策划

### （一）拓宽体育教学资源渠道

在当前的数字化转型大背景下，教育领域正经历着前所未有的教学模式变革。为了更好的调动、配置和利用现有的体育教育资源，小学院校需要积极推进教育教学数字化制度的创新变革，以及教育治理的现代化进程，从而让教育数字化步入快速发展的轨道。<sup>[11]</sup>

首先，院校应充分利用现代信息技术进行体育资源整合。其中包括建设完善的数字化体育基础设施，如网络体育信息资源平台、智能体育设备终端等，并依托国家智慧教育公共服务平台，

实现优质体育课程资源等数字信息资源共享。如此，通过将信息技术应广泛的融入到小学体育田径教学中，能够有效的提升教学的质量与效果。其次，新数字技术的应用场景也应得到充分开拓。如大数据、人工智能、虚拟现实等数字技术，可为小学田径体育教学构建出更多元、更丰富的新型教育环境和形态，为师生提供更加高效、便捷的学习与教学体验。再者，数字技术的特性也需得到充分发挥。比如时空延展性，可以支持远程教学等在线学习平台的建设，给学生提供更为自由、广泛的学习空间；即时性特点，则可帮助教师实施即时测试和评估，及时掌握学生的学习情况。<sup>[12]</sup>

然而，我们必须明确，数字技术并非教育教学中的“万能药”。教师在教学中的主导地位依然不可替代。教师的教育教学方式和体育素养，依然是体育教学实践中的重要因素。数字技术是体育教学的辅助工具，它可以提质增效，但最终还需与教师的教学实践相结合，共同推动体育教学的创新发展。总的来说，数字技术为小学体育教学提供了新的可能性，但在使用过程中，教师应充分认识到数字技术的局限性，合理利用，以实现最佳的教育教学效果。

### （二）增强教师的技术素养

教师作为教育数字化转型的关键角色，其数字素养的提升至关重要。《教师数字素养》教育行业标准的提出，不仅是对教师能力的提升要求，更是对教育行业未来的发展做出了明确的指导。

首先，提升教师的数字化意识是推动教育数字化的前提。体育教师需要培养数字化教学思维，充分认识到数字技术在经济社会及体育教育发展中的重要性。教师需要以开放的心态接受并掌握数字化新技能，认识数字技术为教育教学带来的机遇与挑战，从而增强在数字化实践中的信心与决心。<sup>[13]</sup>其次，提高教师的数字技术知识与技能是教育数字化转型的基础。在日常的体育教学中，体育教师应掌握必要的数字技术知识，如概念、原理及常用工具等。通过系统化的知识逻辑，教师可以打破学科、学段的界限，利用数字技术建立知识图谱，为学生提供更加丰富和多元的教学资源。此外，教师通过利用 AR 和 VR 等超现实技术，可以为学生呈现更加生动、真实的体育教学情境，使学习方式更加形象、具体。最后，增强教师的数字化应用能力是推动教育数字化转型的核心。体育教师需要利用数字技术进行教学活动的设计、组织和管理，对教学过程对学生进行实时分析和可视化评价。例如，通过运用智能可穿戴设备，将传感器、无线通信、多媒体等技术嵌入设备中，在数字化管理平台的支持下进行收集、分析、调控和干预。可穿戴手表手环在田径类项目女 800 米、男 1000 米的日常训练中，可以准确的记录学生的运动心率、运动里程和平均速度等信息数据，同时通过实时播报数据来帮助学生提高运动的安全性，也极大的提高了学生练习的自主性。总之，教师的数字素养提升对于推动教育数字化转型具有重要意义。通过培养数字化意识、提高数字技术知识与技能以及增强数字化应用能力，教师可以更好地适应数字化时代的教育需求，为学生的全面发展提供有力支持。<sup>[14]</sup>

### （三）建设智慧体育田径校园

在数字化的校园建设框架中，构建了以教学、训练和竞赛为

主要内容的智慧田径场。此举旨在以数字化技术为信息支撑,突破传统体育教育场景,重构教育新形态,从而全面促进学生的体质教育发展。

首先,在体育教学环节中,体育教师利用智慧大屏进行动作示范与讲解。通过慢放动作路径,学生能更直观的掌握运动要领。同时,教师通过集中纠错,能有效提高学生的学习效率。整个运动过程采用无感化设计,视觉传感器可捕捉学生整体运动视频,精准检测并获取运动数据,为每一帧的运动姿态分析提供支持。其次,在学生自主练习阶段,智慧田径场的AI体育角遍布校园各处。无需穿戴任何设备,摄像头即可实时采集学生运动视频。系统可自动识别并触发任务,实时反馈学生的运动姿态和过程。从技术、体能和生理机能等多角度进行大数据分析,为学生提供专业的点评和练习建议,有助于培养学生良好的运动习惯。再者,在院校田径比赛时,智慧田径场能自动生成动作截图和分

析结果,提供准确的综合分析。通过智能识别分析测试过程,系统可实时提醒违规动作,帮助学生及时调整,规范动作,提高考试成绩。这不仅提高了田径运动会的效率,也确保了运动赛事的公平性。<sup>[15]</sup>

## 四、结束语

现阶段,小学教育要顺应新时代背景下的教育要求,积极落实数字化教育,提高教师的数字化技能素养,推动教学体系的数字化改革。长期以来,由于教师对体育的理解存在局限性,导致小学体育在小学教育中获得的重要程度较低。田径作为小学体育教学中的核心模块,需要体育教师结合数字化技术探索新的教学模式和教学手段,通过引入高技术的电子运动设备,高效的提供体育教学,保障学生的身体安全,培养学生的体育素养。

## 参考文献

- [1] 荣明,李宁川.小学田径训练中组合训练法的运用[J].拳击与格斗,2023(11):94-96.
- [2] 陆冬雪.趣味田径训练在小学体育中的应用[J].拳击与格斗,2023(11):103-105.
- [3] 冯华丽.核心力量训练在小学田径训练中的运用[J].拳击与格斗,2023(10):79-81.
- [4] 李铭.浅谈小学田径体能训练负荷与安排[J].田径,2023(09):31-33.
- [5] 王硕,寇嘉琪.AR技术在田径赛事转播中的应用分析[J].文体用品与科技,2017(15):17-18.
- [6] 曲强,王小春,邱宏军.教育信息化背景下高校田径教学的创新研究[J].文体用品与科技,2022(17):178-179.
- [7] 张建波.信息技术在小学田径教学中的应用研究[J].田径,2024(4):44-46.
- [8] 顾璇.基于信息技术的田径教学模式创新研究[J].文体用品与科技,2024(16):112-114.
- [9] 裴爱杰,徐峰.现代信息技术在体育教学中的应用研究[J].田径,2021(10):64-66.
- [10] 沈勇.现代信息技术在小学体育教学中的有效利用策略研究[J].吉林教育,2017(30):24-24.
- [11] 林晓平.体育教学中现代信息技术的渗透与应用[J].南昌师范学院学报,2017(6):51-54.
- [12] 周天祺.双向互动,数字教育——基于信息技术应用的小学体育教学模式创新研究[J].体育风尚,2019(9):281-281.
- [13] 黄璇.融入信息技术让小学体育课堂“活”起来[J].亚太教育,2021(23):14-16.
- [14] 王金凤.互联网背景下青少年运动训练创新模式研究[J].青少年体育,2022(4):74-75.
- [15] 格桑顿珠.探究信息技术在体育教学中的应用[J].散文选刊(中旬刊),2022(1):41-42.