

初中体育教学中的体育游戏应用分析

邹启莲

重庆市涪陵第十七中学校

DOI:10.32629/er.v2i2.1690

[摘要] 体育新课程标准中明确提出:教师要以“健康第一”为课程教学的指导思想,教学方案的制定要充分彰显学生的主体性,根据学生层次的不同进行优化设置,从而培养学生的社会适应能力,促进学生的健康成长。因此初中体育教师要积极转变教学观念,运用体育游戏教学模式来加强师生之间的体育互动,进而提高初中体育教学质量。基于此,本文阐述了初中体育游戏的主要特征以及初中体育教学中的体育游戏应用意义,对初中体育教学中的体育游戏应用及其注意事项进行了探讨分析。

[关键词] 初中体育; 体育游戏; 特征; 体育教学; 应用; 意义; 注意事项

1 初中体育游戏的主要特征

初中体育教学中的游戏具有提高教学吸引力、降低训练难度、放松学生身心等作用。初中体育教学中的不同游戏类型会反映学生不同心理特征,其具有竞争性、趣味性、娱乐性、知识性等特点。学生在游戏过程中也会培养出相对应的体育技能。在初中体育游戏中培养学生之间的团队意识、合作意识以及竞争意识。使得学生无论是在体力上还是在智力上都会得到充分锻炼。并且可以在游戏过程中培养学生的体育热情,使教学内容在游戏过程中更容易被学生理解与记忆。此外,初中体育游戏中有许多规则的限定,需要学生去遵守。这样的游戏规范也能有助于学生提高自身的规范意识,对于学生日后在社会中的发展也有着重要的意义。

2 初中体育教学中体育游戏应用的重要意义

初中体育教学中体育游戏应用的重要意义主要表现在

2.1 有利于发展学生的智力。初中体育教学中应用体育游戏有利于学生的智力发展。在体育游戏开展过程中,学生需要调动多种感官、运用肢体动作来进行体育游戏,使得学生能够通过运动观察来进行相应的体育技能培养,运用耳朵来倾听教师或同伴的游戏指令,这对学生认识能力、分析能力、解决问题能力的培养具有极为重要的现实意义。同时,游戏会使学生的大脑处于一种高度兴奋的状态,有利于调动学生的积极性,从繁重的课业压力中解放出来,促进智力的更好发展。

2.2 有利于学生的身心健康。初中体育教学中应用体育游戏有利于学生的身心健康。体育运动的讲解过程中必然会有重点和难点,因此,教师在教学活动中需要做到的是“突出重点,攻克难点”,积极转变教学角色,成为学生体育运动活动开展的引导者、启发者,在循序渐进原则的指导下通过简单易懂动作的引入来促使学生领会和掌握体育运动的技能要领。要通过体育活动让学生提高身体素质,使得体育活动变得有趣,促使学生自愿接受并且积极参与,进而降低学生的疲惫感,帮助学生在短时间内快速恢复身体能量。

2.3 有利于培养学生的体育精神。初中体育教学中应用体育游戏有利于培养学生的体育精神。在教学中,如果仅以

单一机械的体育运动则会让學生产生一种厌烦感,进而挫伤学生运动的主动性和积极性,而解决这一问题的途径则是应用体育游戏。因此,教师可以根据初中体育课程设置相应的体育游戏,如“掷沙包”,发展学生上肢力量;“双人蹲跳”,发展学生腿部力量等,通过这些游戏的应用使得初中体育教学起到事半功倍的效果,培养学生顽强拼搏、自强不息的体育精神,并且在游戏中与他人团结协作强化学生今后的社会适应能力奠定基础。

3 初中体育教学中的体育游戏应用分析

3.1 热身活动中的体育游戏应用分析。在每一节室外课的教学之前,笔者都组织学生进行热身运动,让学生的身体进入运动状态,防止突然运动引发的身体功能损害,这对学生的身心保护具有重要作用。过去的教学活动中,笔者经常采用跑步、做操这样的热身方式,但学生兴趣不浓,积极性不高,直接影响到接下来开展的体育教学活动。笔者在体育游戏的运用方面将其与热身运动结合起来,在运动热身方面进行男女分组,男生进行蛇形跑小游戏活动,女生进行踢毽子活动,这样的运动同样具有热身作用。学生在蛇形跑和踢毽子小游戏中兴趣非常浓,投入程度也高,较好地发挥了热身作用,同时为接下来的体育教学奠定了良好的情感基础。

3.2 技能训练中的体育游戏应用分析。初中体育教学中不乏某些技能动作的强化巩固训练,如篮球投篮训练,对学生身体各部位的协调性、动作角度力度等方面都有较高的要求。为了增强训练效果,某些教师组织学生进行反复的投篮训练,学生兴趣可想而知。笔者在教学中进行了改进,将学生分为几个小组,要求学生分小组开展训练,每一个小组之中都有篮球投篮动作训练较好的学生作为队长。经过一段时间的训练之后分小组开展投篮训练游戏活动,每进一球得两分,每错失一球倒扣两分,让小组之间开展游戏竞赛活动。这样的模式一下子调动了学生的积极性,为了本小组能够胜出,每一位学生都对投篮动作的技巧性进行分析研究,并开展巩固训练,将被动训练转变为主动训练的模式。每个小组都进行了充分准备,在接下来的投篮分组比赛中,笔者欣喜地发现,学生对投篮动作技巧的把握明显强化,达到了事半功倍

的训练效果。由此可见,以训练游戏活动代替机械训练,不仅能够激发学生训练的兴趣,而且对强化技巧把握效果也具有极大作用。

3.3 培养学生协作精神中的体育游戏应用分析。在体育教学中,教师要注意对学生的思想教育,不仅要让学生掌握某些体育知识,提高体育技能水平,还要让学生在体育训练中增强团队协作意识,这对于学生未来的发展具有重要意义。在初中体育教学中以体育游戏为基础,可以培养学生的团队协作能力,取得较为明显成效。例如在初中体育教学中的篮球运球训练中,可以组织50米运球往返接力游戏活动,要求学生每五人一组,每四组开展比赛,通过一位学生往返接力的方式将球交给下一位学生,最终动作不违规、用时最少的小组胜出。在这样的游戏活动中,学生不仅训练了运球技巧,而且增强了合作意识。

3.4 科学运用体育游戏舒缓学生身心,消除激烈运动的影响。在每一节体育室外课的激烈运动之后,学生都会出现一些明显的疲劳感,这样的情感状态会对学生下一节课的学习产生影响。此时就需要通过一些舒缓活动调节学生的身心状态,让他们的身体逐步回归到正常状态。笔者在这一环节发挥了体育游戏的作用,选取了一首较为舒缓的轻音乐作为背景,带领学生自编自导一套放松操。在激烈的运动之后,全班学生一起随着音乐做动作,消除疲劳。这样的放松操游戏活动能够较好地调节学生的身心状态,将激烈运动带来的身心影响降到最低。

4 初中体育教学中的体育游戏应用注意事项分析

初中体育教学中的体育游戏应用注意事项主要有

4.1 体育游戏安全性以及健康性的注意事项。具体表现为:第一、安全性。初中体育游戏本身具有一定的竞争性,所以教师有必要谨慎选择体育游戏,以避免在体育课上出现一些不必要的状况。尤其是在游戏场地的选择上,场地应保证平坦坚实、场内不能有危险物品。采取因地制宜的方式来开展适合初中生身体和心理素质发展的初中体育游戏。第二、游戏的健康性。除了要考虑体育游戏开展过程中的安全性,教师也要保证初中体育游戏无论是内容上还是结构上都

具有一定的健康性,游戏内涵必须要健康积极向上。以此来促进初中生在进行体育游戏的过程中身心健康的发展。

4.2 准备活动的注意事项。一般体育课老师都会让学生做一些准备活动,使得学生身体各个方面的技能达到最佳状态,另外也一定程度上使学生避免在体育活动之后身体上产生不适。在准备活动的选择上,应避免一些枯燥乏味的体育项目,比如慢跑之类。不仅缺乏新意,也容易使学生产生厌烦心理。教师可以设置将慢跑换成蛇形跑之类有趣味性的热身活动。女生则可选择以进行跳绳、跳皮筋,踢毽子等活动。

4.3 将课堂教学融入体育游戏中的注意事项。强调该体育游戏本身的教学目的,和应该遵守的相关规则,来保证课堂教学目标的完成。教师讲解完毕以后,可以通过对学生提问的方式来检验学生是否完全掌握相关要领。或者可以在进行体育游戏过程中,采取边讲边玩的的教学方式,依据初中生的心理特点根据具体情况开展教学,比如学生排好队形将教师围在中间,教师利用小黑板将体育游戏中简单的动作要领画出来,使得学生能快速了解游戏内容。

5 结束语

综上所述,体育游戏的顺利进行需要考虑许多外在条件,同时游戏内容也要很好的反映课堂教学目标。因此初中体育教学中的教师应当抓住教学要点,运用体育游戏开展热身活动,强化技能训练,放松学生的身心,培养学生的协作精神,从而保障初中体育教学效果。

[参考文献]

- [1]张振.初中体育课堂游戏教学的应用探讨[J].文理导航(中旬),2014,(10):80-80.
- [2]杨志超.浅谈初中体育教学中体育游戏的应用[J].中国校外教育,2015(17):21.
- [3]李景洪.初中体育教学中体育游戏应用[J].世纪之星,2018(08):11.
- [4]梁业.体育游戏在初中体育教学中的应用研究[J].教育界,2018(07):43-44.
- [5]张慧.谈体育游戏在初中体育教学中的应用[J].课程教育研究,2018(18):266.