

# 论初中体育教学游戏的选择和应用

邓晓明

(盘锦市第一完全中学 辽宁 盘锦 124000)

**[摘要]** 随着教育体制的改革, 体育课程作为学生终身体育的基础课程, 对于提高学生的身心健康、增强体质、调节精神都有着重要的意义, 经过教师的合理组织发现通过将体育游戏融入到体育运动教学中, 能够充分的吸引学生的兴趣, 对于培养学生热爱运动有明显效果。本文从体育教学中的课程内容进行分析并进行了相关讨论。

**[关键词]** 初中; 体育教学; 游戏

## 一、体育游戏教学的简述

### 1.1 体育游戏的概述

体育游戏是教学方法和教学内容的一种, 即将某项体育活动加上相应的情节和规则以活动的结果作为判断胜负的依据, 主要是提高学生参加锻炼的积极性。许多受欢迎的体育运动都会收录为游戏, 比如篮球、足球、网球、赛车等等。

### 1.2 体育游戏在初中体育教学中的价值

(一) 有助于激发和保持学生的学习兴趣

受传统教学模式的影响体育教学也非常呆板, 学生对于体育课程无法提起兴趣, 更无法树立终身体育意识。而引入游戏教学既能够提高教学效果, 还能够激发和保持学生的学习兴趣。

(二) 有助于学生主体的发挥

体育游戏教学是将课程进行改革, 借助游戏让学生参与到体育运动中, 也为学生主动性的发挥提供了保障, 在体育游戏活动的设计中教师可以根据每个学生不同的特点进行教学内容的合理安排, 做到重视每个学生的发展。

(三) 有助于体育练习形式的多样化

体育训练的强度一般比较大, 而且练习形式单一枯燥, 学生会觉得无聊乏味, 但体育游戏则能够在形式不断的变化中强化动作技能, 从而很好地调动学生的学习热情。比如中长跑是能够锻炼学生的意志, 让学生的心肺功能得到很好地锻炼, 但是大多数学生不喜欢长跑, 倘若体育老师将趣味性的游戏与长跑相结合, 比如“占领敌方高地”“男女混合接力”等体育游戏就很容易能够让学生在丰富的想象中以欢乐的气氛达到长跑的目的。

(四) 有助于学生综合素质的发展

学生在体育课上参与体育游戏, 能够加强学生之间的交流, 培养学生的合作意识与竞争意识, 强化学生的爱国主义与集体荣誉感。不仅仅锻炼了学生的体育技能, 还提高了综合意识。

## 二、体育课堂上教学游戏的选择原则

### 2.1 选择需要有针对性

体育老师需要明白体育游戏是辅助教学的一种方式, 在选择游戏时需要注意游戏与课程内容的关联, 比如在开课前的热身游戏中让学生玩“大雪飘飘”的游戏, 说到小雪大家就慢慢跑, 然后大雪就快跑, 风停了就站住不动, 太阳出来了学生就蹲下表示雪花的融化, 主要是让学生热热身也锻炼一下反应能力, 让学生激活身体机能, 可以更好的进行接下来的体育活动。在课程教学中, 老师也应该根据教学内容进行游戏难易程度的不同、体育活动的不同进行选择, 让学生能够提升体育技能又能接触到更多的体育运动。

### 2.2 选择要有客观性

初中生都是正处于青春发育期, 在体育游戏的选择上老师需要考虑到学生的身体发育状况和心理发育状况, 比如男学生通常是饭量比较大成长比较快, 但是身体却比较瘦弱, 在心理上有自己的运动喜好, 很大胆勇敢但也容易冲动, 对于男生可以选择一些力量对抗的游戏, 运动的强度较低一些的较好。而此时的女学生身体活动能力处理上升阶段, 心理上也有明显的女性特征, 所以女生应该选择一些调整呼吸、加强身体柔韧性的游戏, 避免运动量过大或者憋气时间较长的游戏。

### 2.3 选择要具有直观性

在进行体育游戏任务布置时, 老师需要对游戏的规则、以及运动道具的使用方法都进行详细的讲解, 让学生尽快理解游戏方法, 老师也可以选择几个同学进行演示, 让学生理解游戏的玩法和动作要领, 避免产生一些因为道具出错的情况而影响课程效率。同时老师还需要向学生传达体育游戏的价值和意义, 以及让学生明白当前这个游戏能够提高他们哪方面的能力。

## 三、体育游戏在教学课程中的应用

### 3.1 自编游戏的应用

在每节体育课之前, 老师都需要带领学生进行热身准备, 这些都可以应用一些小游戏, 以此来调动学生的积极性, 提高学生的运动效果。比如说同学们玩“小队分组”, 要求学生沿圆圈慢跑, 在跑动中老师说出“几人一组的口令后, 几人迅速将手牵在一起, 多余的学生则为失败。规则是跑动时保持间隔距离, 同时允许打乱队列重新组合, 要求锻炼学生反应能力及跑动积极性。

### 3.2 器材编排活动

体育下课之前, 老师也可以安排一下下堂体育课需要进行的体育游戏, 可以让学生来进行器材的安排设计, 比如下节课会以绳子、木棍和球为主, 让学生们自己讨论安排。器材歌唱单一, 但是学生们通过交流和讨论时常会有一些出其不意的游戏方式, 比如绳子有拔河比赛、套圈、花样跳绳等, 木棍有原地正反转圈十个再跑步、接力赛等等, 而球类有传球接力、投球比赛、过五关终点抢球等等, 而且这些器材也非常简单, 学生都可以自行搜集, 在体育课上都学会了学生后学生自己在课间都可以来进行相关游戏, 既调动了学生的积极性和学习兴趣, 又让学生发挥了想象力。

### 3.3 体育游戏的应用规范

(一) 练习和竞赛相辅相成

由于初中学生比较活动好动, 还有点冲动不计后果, 所以在体育游戏中会因为过于热心参加游戏却因为出现失误和犯规导致身体受到伤害的事故, 而造成这种情况大多数原因是学生未能熟练掌握游戏, 所以老师需要将规则和动作都讲解清楚后, 先让学生进行一些运动训练, 注意练习和竞赛的相辅相成。

(二) 保证人人参加机会均等

初中班级人数较多, 有的地区一班甚至超过50人, 因此在课堂教学中, 老师需要给学生来分配任务, 要求让每个学生都能参与其中, 不要成为观众。也可以采取轮流做不同游戏、或者分组做游戏的方式, 让每一个学生都能有不同运动中都得到相应的锻炼。

(三) 控制运动强度

一些体育游戏奔跑时间长, 运动强度过大, 对于初中学生来讲有些不合适, 老师在教学中就需要控制好运动的强度, 找到适合学生运动的游戏来让学生练习。

(四) 注重体育游戏评价

体育游戏因为是竞争的性质, 所以在结束后会有成功也会有失败, 游戏结束后老师需要对游戏结果进行评价, 对游戏成功者进行表扬, 对于失败的进行加油鼓励, 也可有一些创意的奖励和鼓励, 让学生在体育锻炼中有不同的收获。

## 四、结束语

在体育课程中应用体育游戏教学方法能够提高学生的学习积极性, 促进学生的身心健康, 但是教师在体育游戏的课程前一定要做好细致的准备工作, 同时加强安全教育, 充分保证教学质量和教学任务的顺利完成。

### 参考文献

- [1] 梁玉洁. 论初中体育教学游戏的选择和应用[J]. 课程教育研究, 2019(49): 222.
- [2] 卜家松. 论初中体育教学中游戏的选择与应用[J]. 成才之路, 2019(27): 81-82.
- [3] 杜于科. 论初中体育教学游戏的选择和应用[J]. 文化创新比较研究, 2017, 1(16): 59-60.