

初中体育教学中体育游戏的应用现状与发展前景

徐文杰

(广东省深圳市龙岗区南联学校 广东 深圳 518172)

【摘要】教育作为国家之根本,越来越受到重视。在发展教育的基础上,进一步强调了素质教育的重要性。为了更好地保证体育在教育中的地位,促进体育的发展,必须改进和创新传统的体育教学模式,防止枯燥的训练方法给学生带来负面的心理影响。为此,将体育游戏纳入初中体育教学中,增强课堂的趣味性和吸引力,抓住学生喜欢游戏的心理,进一步保证学生在体育课上能够得到有效训练。

【关键词】初中体育; 体育游戏; 应用现状与发展前景

在初中这个重要时期,教师应更加重视学生的体育锻炼,强健其体魄。然而,在目前初中体育教学中,一些教师完成教学目标后允许学生自由活动,因此很难调动学生锻炼的积极性,自然不能达到增强学生体质的效果。为了改善初中体育教学,对体育游戏在初中体育教学中的应用现状及发展前景进行了具体分析,以促进初中体育教学的顺利开展。

一、初中体育教学中体育游戏的应用现状

1. 在对教师体育游戏使用情况的调查中发现,只有一名教师在体育课上没有使用体育游戏,超过90%的教师使用体育游戏,他们认为体育游戏对学生身心健康的各个方面都有积极的影响,对培养学生良好的生活习惯和品德,提高教学质量和教学环境都有重要作用。通过对体育课学生的现状进行观察,发现体育课学生的游戏选择目标不明确,游戏的安排和组织相当混乱,部分学生松懈,导致不同的运动负荷,同时安全教育不够,由于学生的自我保护意识薄弱,增加了体育事故发生的可能性。

2. 从学生对体育运动的态度调查发现,25%的男生和18%的女生对体育游戏持中立态度,5%的男生和12%的女生不喜欢体育游戏。由此可以看出,男女参与游戏的程度有很大差异,男生比女生更喜欢参加体育游戏;在调查中,70%以上的学生喜欢体育游戏,同时,大多数学生表示,希望参加体育游戏的过程,完成体育教学任务。

3. 从学生喜欢的运动类型调查中发现。中学生正处于青少年发展阶段,学生的个性差异较大,主观判断力较强,对不同的游戏有不同的看法。调查数据表明,中学生对一些创新性游戏的兴趣要大于传统的跑、跳、投类游戏,而跑、跳、投是中小学体育教学的重点,因此,体育游戏应针对这种现象,对跑、跳、投游戏进行改革创新,使之能够满足学生的需要,达到体育课程的标准,体育游戏仍然需要体育教师的创新,使之越来越丰富。

4. 通过对学生使用体育游戏的情况调查了解到,50名学生经常在体育课上玩游戏,约70%的学生在课堂上玩游戏时间超过5分钟。从调查中可以看出,体育游戏在教学中起着重要作用,教师认为体育游戏本身具有强身健体的价值。通过游戏热身,学生“身心”进入运动状态,避免运动损伤,并且通过游戏调节课堂气氛,可以促进对体育训练的兴趣,以便更好掌握。

二、初中体育教学中体育游戏的应用措施和前景

1. 结合初中生特点,精心设计体育游戏

随着新课程改革的深入,不断强调“以生为本”,当前教学应摒弃过去忽略学生课堂体验的传统方式,采用更适合当代学生的新式教学模式,在初中体育教学中应用体育游戏,正是响应了新时代教育的号召。这种教学方式与传统的教学模式相比,更能深入学生内心,从学生的角度出发,考虑学生的个性与兴趣,制定一套有趣完善的教学方案,利用孩子们对玩游戏的积极性来精心设计教学内容。首先,作为初中体育教师,在进行设计的过程时,先充分认识不同孩子的个性与特点,了解

其兴趣,根据教学内容选择一种最适合大家共同参与的体育游戏;其次,在进行设计时要注意体育游戏不仅仅是一种娱乐性质的游戏,更是教育性质的体育训练,使孩子们在玩游戏过程中学习,得到身体上的锻炼。

例如:在进行学习篮球知识时,笔者采用了“摸膝盖”游戏,这个游戏可以快速让学生对篮球知识和技能得到直观认识。再如:在足球运动前,笔者带领孩子们进行了“围圈踢球”的游戏,不仅达到了热身效果,同时课堂气氛也热情了起来。

2. 明确游戏方案,制定游戏计划及规则

俗话说:无规矩不成方圆,在追求娱乐的过程中,教师不能忽视游戏规则。只有明确的规则才能保证游戏目标的实现。同时,明确的游戏规则,有利于初级中学学生形成对游戏规则的认识。例如:在进行一公里跑步比赛时,一百米内外圈的同学不可以进内圈跑步,不然则视为淘汰;在进行接力赛跑时,必须要跑到接力人所在的位置进行交接力棒才算接力成功,接力人提前接棒算是淘汰等这一系列的规则。制定好游戏规则不仅可以提高游戏体验,同时还能够培养学生规则意识,促进其健康成长。

3. 教师参与游戏,活跃课堂游戏气氛

体育教师能够参与到体育游戏当中去,是有效拉近师生关系的机会,同时也能提高学生对体育游戏的参与积极性,氛围一下子就提高了。因此,在开展体育游戏活动时,教师适当的和学生们共同游戏、共同锻炼,对提高学生体育素质起到促进作用。

例如:设计了一个“花样跳绳”游戏,老师和学生共同参与跳大绳,老师先演示各种花样跳法,让学生们去尝试,然后进行快速跳绳接力,老师和学生们共同游戏的过程中欢笑声阵阵,不仅玩得开心,同时学生的身体素质也提高了,在游戏中孩子们也不再觉得老师是严肃的,反而认为老师是亲和的,与老师建立起身后的友谊,构建和谐的体育教学课堂。

三、结语

总之,在初中体育教学中加强体育游戏的设计,是教育部门为提高初中体育教学效率,改变学生懒散心理而提出的一种新的教学模式。这种教学模式改变了体育教学的现状,加强了师生之间的联系,为学生积极参加体育锻炼、提高体育锻炼的效率奠定了基础,推动了初中体育教学改革。教师在教学期间要不断丰富游戏的内容,将教学任务与游戏深度结合,帮助学生树立合作意识,深化体育教学,提高教学效率。

参考文献

- [1] 鲁辉. 探究初中体育教学中体育游戏的应用现状与发展前景[J]. 体育世界(学术版), 2018(02): 130+128.
- [2] 王开富. 初中体育教学中体育游戏应用策略探究[J]. 当代体育科技, 2016, 6(08): 66-67.

武术套路教学中“表象训练法”的运用

尚晨

(河南省平顶山市中心体育学校 河南 平顶山 467000)

【摘要】随着时代的日新月异,现在各个高校对于自己的教学方式也在不断推新,高校也在积极地响应课改教育。教学者发现表象训练法在学生中具有一定的促进作用,在武术教学中也具有一定的作用。本文将进行分析,以供参考。

【关键词】武术教学; 表象训练法; 作用; 应用

一. 前言

现在学校也在不断地更新自己的教学方式,更加的注重学生们的综合素质,以及将个人的武术训练与学生的身心发展密切相关,并且更加促进学生的发展。将自己的教学的方式与当代时代发展相结合,更加促进学生对于现在教学的相适应,以及对于未来的发展都起到了至关重要的作用。

二. 表象训练概述

表象训练法在武术教学中起着至关重要的影响,有几个方面,对于其内容的叙述以及简单的概括。

(一) 表象训练法的意义

表象训练法起源于国外心理学家对于意念的培养探究,其实表象训练法有很多的叫法,但其本质还是千篇一律的,我通过自己的前期的训练,以及看了很多的关于表象训练法内容,认识到表象训练法具有一定作用,主要是在大脑中的不断的回忆来刺激自己的神经中枢神经从而达到训练的目的,从而不断地加固自己的印象,对于内容的深思以及训练的娴熟,这样的慢慢的自己不断地每天的训练自己的大脑已经形成了完整的机构。因此,在真正的训练的过程中,运动与大脑将会形成一个默契的配合,实现真正意义上的动作和大脑的意念的配合化,可以自动的自己心里面的默默而达到自己真正意义上的训练,推动自己技术上的一次飞跃的提高!

(二) 表象训练法其参考的根据

表象训练法,是实际与意念的相结合方法,发挥其本质上的意义。早在很久以前就有学家提出了这种方法,并使用了这种方法探究其作用,让学者在自己的大脑中形成一个完整的图片,并不断地加深其印象;其主要是表象训练法对于促进大脑

的中枢神经不断的训练,而不断地提高了自我的能力并且提升自己的自信心,也会大大的提高自己大脑中已经形成了完整的机构,而不断的去加深自己,也减轻了自己心里的压力,焦虑,恐惧,害怕,从而大大提高了自己的自信心,以及对与自己成功的一种信心增强。

(三) 表象训练法的作用

在自己的日常生活中,如果我们采用表现训练法的话,或许会极大程度地提高我们对于生活质量,以及我们会对于我们自己将来做的事情,也会有种全新的认识,也会有种明显自我的提升,因为我们在训练武术前,习惯先在自己的脑海形成了概念,我们再去行动的话,我们就会一个清楚的认识,因此我们会得到一个如指掌,从而做到了内在于心运筹帷幄之中,决胜于千里之外的策略,这对于我们大学生在高校之中也是有一定深刻意义的,因此我们也在我们的武术中常常采用这种方法。它会激发我们大学生对于武术的热爱,以及我们对于武术作更加的熟悉与对自己能力的不断深化,而且还会提高我们的武术的成绩,也会让我们自己遇到一个更加完善的自我。

三. 对比传统武术教学和表象训练法

传统武术教育模式与表象训练方法的比较相反,强调了表象训练方法在武术教育中的实际效果发现差异,基于现实生活特征的教育模式将更加相关原因是教师的教学效果大大提高。

(一) 方式的不同

传统武术教学方式的统一非常明显。老师将直接向学生解释指令的动作,演示动作,然后让学生反复练习动作。这样,形成了缓慢的过度过程。不规范的动作

老师将进行更正。表象训练的方法是让老师在演示之前列出动作和单个动作的必要性。当要求学生解释他们的动作时，应注意他们对动作的理解，而应更多地注意动作的细节。在学生的脑海中形成的视觉系统的结构非常完整和清晰。老师还提醒学生指定动作规格，列出动作要点，并不断思考以巩固记忆，学生需要注意动作的本质。在整个训练过程中加强和强化。

(二) 效率的不同

在传统的武术教学模式中，学生通常不太精通各种动作，这使教室的效率不如表象训练方法。与常规教学方式的差异比较可以直接反映表象训练。该模型的合理性非常适合武术课，大大提高了武术课堂的教学效率。

(三) 学生的依赖性的不同

大学生对传统武术教育模式的依赖非常明显，这与中国推崇的武术教育改革背道而驰。武术套路的传统教学内容特别烦琐，使学生更加依赖教师，导致整体学习效率降低，教育质量得不到保证，教师武术教育顺利发展有一定程度影响。增加表象训练方法可以帮助学生了解和掌握武术的动作，同时在中国大学中顺利开发体育武术教育课程。

四、高校武术套路教学中表象训练法的应用途径

(一) 初步掌握动作阶段的训练

在开始学习初步运动要领阶段，对表象训练方法的参考是帮助学生认识武术的运动路线和方向，扩大认知范围，减轻学生的肌肉紧张和僵硬的运动，帮助逐步促进身体协调的恢复。表象训练要求学生的实际表现要完全匹配，及时向老师反馈，及时为学生找到正确的行为，加深对行为的印象并使动作更加灵活。在学习新动作之前，教师需要演示它。这为学生提供了更直观和清晰的视觉外观，深深地铭刻在大脑中。其次，老师教学生进行模仿训练，掌握练习的要点和难点，弄清具体问题，认真理解，认识并逐步学习练习的精髓。此外，在教给学生示范性训练时，可以在短时间内保持运动的难度，以加深运动的身体记忆。这将有助于训练学生的身体协调能力和运动能力，并帮助他们掌握技术动作。

(二) 提升学生动作准确性的阶段

在掌握运动要领的基础上，有必要通过训练进一步掌握学生运动的准确性，掌握运动技术的本质。经过一段时间的训练，学生逐渐从认知阶段发展到行为阶段。这将帮助学生及时发现错误的问题，并在老师的帮助下予以解决，使运动姿势变得更加标准。在第一阶段，教师需要发挥充分的领导作用，并将武术套路联系起来以形成直观的表演。在持续训练过程中，最初可能会以不正确或不规则运动为特征。教师需要加强教学，以便学生可以使用动作技巧来形成肌肉记忆并改善虚假动作。表象训练可以逐渐提高学生动作的准确性，并形成标准动作的协调表示。

(三) 提升动作连贯性的阶段

在改善行为一致性的阶段，表象训练方法也会产生意想不到的效果。由于许多动作，常规动作和武术路线，许多学生的记忆力有限，在动作连贯性和整体连贯性过程中经常会出现动作不连续的情况。在此阶段，行为神经得到充分调动，与学生的肌肉记忆配合，可以感觉到行为节律，可以重复多次锻炼以适应行为节律，从而改善学生的身体协调能力。需要提高行动能力。另外，老师要注意学生的耐力、速度和爆发力运动，并调整训练计划，以向学生展示更清晰的动作，准确地学习动作技巧和动作熟练程度。

(四) 提升武术技能的阶段

在反复练习武术套路之后，学生逐渐进入平稳期，学习运动技巧并进入稳步提高的阶段，将整个武术运动融为一体，并改善了细微的缺陷。如果尚未完全掌握的技术操作，则需要积极参与操作的正确性，以确保整个操作集成成功完成。经过反复训练，某些行为会表现出一定的条件反射。随着逐渐的融合，学生在练习某些行为后会不知不觉地做出反应，并且随着武术日常学习的深入，肌肉活动的出现也越来越强。在此基础上，通过灵活运用典型的训练方法，可以促进学生运动成绩的整合和改善，并弥补自身的不足。更重要的是，通过表象训练方法来追溯分析行为本质的能力将逐渐提高学生的适应能力，并在使用武术运动中提供更大的灵活性。

五、结束语

在使用表象训练法在武术教学中，让学生在学的过程中情绪高涨，一步步的提高他们对于学习武术的能力，加深他们对于武术的运动的记忆，进而也达到了教师们的目的。

参考文献

- [1]表象训练法在武术套路教学中的应用[J].容树溪.当代体育科技.2017(17)
 - [2]表象训练提高大学生竞技武术套路竞赛能力的研究[J].练华伟.体育科技文献通报.2014(05)
 - [3]表象训练在武术套路教学中的应用[J].郭纯,郭建平.当代体育科技.2012(07)
 - [4]表象训练法在高校武术套路教学中的应用研究[J].胡斌.科技信息.2010(25)
 - [5]表象训练在武术教学中的运用[J].姚大为,王诚民.搏击.武术科学.2008(08)
 - [6]“表象训练法”在武术教学中的实验研究[J].李鑫,郭海峰,康文峰.辽宁体育科技.2005(05)
- 作者简介:
高晨;性别:女;出生年月:1980.5.29;籍贯:河南开封;职称:中级;研究方向:民族传统体育。

探究文化创意下的文博场馆教育

康望舒

(南京市博物总馆梅园新村纪念馆 江苏 南京 210000)

[摘要]新形势下，在经济全球化的趋势下，我国经济体制得到了深化改革。文化创意属于体验产业的重要组成部分，并很快的融入博物馆的发展过程中。博物馆作为开放性的公众文化产业部门，需要充分的认识到博物馆的育人功能。拉近高雅艺术与普通观众的距离，实现文化传播功能的延续，满足经济效益和社会效益的“双丰收”。因此，本文首先提出需要探究的问题，之后在博物馆教育价值挖掘的基础上，使用文化创意，制定有效的文博场馆教育措施。

[关键词] 文化创意；文博场馆；教育

一、问题的提出

从一定的程度上看，博物馆属于文化产业的重要支柱。随着时代的延伸，博物馆文化产业也开始顺应时代的发展趋势，从为“物”服务的时代，向着为“人”服务的时代的方向实施演变。博物馆本身就体现了公益性和非营利性的价值，教育为博物馆实现公共价值提供渠道。博物馆的藏品比较的丰富，属于人类发展的见证，展现了其影响和教育的作用。另外，教育能够有效提高博物馆的社会效益，并在“征集、保护、研究、传播、展出”的基础上，达到“教育、研究、欣赏”的主要目的。博物馆教育可加强学校教育的全面性，保持系统性与有效性^[1]。因此，从现代化的视角看，博物馆如何将传统文化与现代创意等元素相融合起来？提升对应的经济效益和社会效益？文化创意下的文博场馆教育措施如何？如何拉近物与人之间的距离？就成了目前形势下，需要探究的重点。

二、文化创意下的文博场馆教育使用路径

(一) 博物馆展览及陈列形式呈现多元化

现如今，随着社会形态的转变，博物馆陈列也开始向着多元化的方向实施延伸。想要博物馆体现更多的活力，那么就需要转变原有的理念，拉近博物馆与受众者之间的距离。在创新思维与创新方式的引导下，体现博物馆珍藏品文化内涵。从受众者的角度思考问题，加大受众者对文化内涵的理解^[2]。

(二) 加强文化创意产品开发的重视程度

随着科学技术的进一步发展，人们的消费观念也出现了变化。不少受众者也不仅仅是单纯的游览，而是通过浏览，加大对历史文化的了解。文化产品需要在内容的基础上，实现有效的传承。从文化产品的视角看，主要包含了以下的几个部分的主要内容，例如：特色纪念品、出版物、复制品等。将历史文化元素融入创意小产品当中，一方面可以提升文化资源的利用率，另外，也可以将博物馆的其他功能性呈现到大家的视野当中。

(三) 构建博物馆独有的文化创意品牌文化

博物馆当中很多的珍藏品价值性较高，并且体现了很强的独特性。这个时候，博物馆就可以将创意和科技等内容融入博物馆的文化产品建设过程中，通过对应的文化产品，发挥对应的社会价值。在博物馆当中，树立良好的品牌形象，加大营销渠道的建设。

(四) 创建指导单满足先行者的需求

从现代化的视角看，博物馆的服务的主要对象就是受众者。在博物馆服务的大部分家庭和学校团体当中，不少孩子会对陈列的产品产生较大的兴趣，一直在那里

提问以期获得回答。但是，博物馆很难为教师提供对应的技术支持。导致不少学生来了之后，处于不知所措的状态。这个时候，就需要博物馆在创新的基础上，满足家长和教师的教学需求，在特定的逻辑下，将展品内容和一些主题结合起来，并提高对应的引导性，发挥历史作用。例如：以革命类纪念馆为例，就可以将不同的特色主题重组在一起，深度挖掘展品资源。比如，渡江胜利纪念馆就可以历史课当中的《国内和平协定》《我送亲人过大江》等内容相互结合起来^[3]。不仅与教学的大纲进口，也和日常的认知结合在了一起。

(五) 构建参观者的学习者身份，充分发挥博物馆的互动媒介作用

从学习者的视角看，博物馆需要激发了参观者更多的学习兴趣。根据主题学习引导，对初中和高中生实施参观群体设计。博物馆在教育的过程中，还需要秉承科学发展观的主要思想，结合个人意识与个人希望，分析结果，建立科学的发展理念。将自身的生活情况与个人参观博物馆的动机结合起来，保持身份构建的一致性，提升互动的完整性。讲解员还需要结合不一样的知识点，增强主动性。

博物馆具有丰富的展品资源和历史文化知识，以此激发参观者的学习兴趣与学习动机。在观察、触摸、感觉的基础上，加深对应的理解和体验。接下来，还需要增强受众者与展品之间的互动性。让参观者对物件的知识点产生更加深刻的认识，在体验的过程中，感知到展品的资源和历史文化的相关知识。但是不局限于思维和想法，需要从不同的视角上，将展品的相关内容以动态化的方式呈现出来。

总结

随着社会的进步，人们对博物馆也产生了新的文化发展需求。博物馆也需要秉承科学发展观的主要思想，并不是单纯的反应本身，而是获取一种快乐的体验享受，并从本质上拉近物与人之间的距离。博物馆的主要教育途径就是场馆的学习。只有不断的调动现有的文化资源，提高创意性，将文化创意融入博物馆的建设过程中，才可以统筹规划，不断的与时俱进，完成经济效益和社会效益的“双丰收”。

参考文献

- [1]陈佳祺,丁学文.地方文博资源在旅游业中的角色及其运用[J].智库时代.2018(49)
- [2]石小红.论文博产业发展与纪念馆体制创新[J].文物鉴定与鉴赏.2019(05)
- [3]孙卿.文博数字资源信息管理系统的设计与应用[J].电子技术与软件工程.2019(13)
- [4]叶周才仁.浅谈文博理论知识对博物馆工作人员的重要性[J].中国民族博览.2017(08)