

初中体育田径教学中游戏教学法的运用

颜桂娟

聊城市实验中学 山东 聊城 252000

[摘要]在初中阶段的学习当中,体育是一门关键性的学科,学生如果想要拥有良好的身体素质,就应该认真上体育课,参与各类型田径项目。部分学生对体育有畏难的心理,教师想要消除他们的此种心理,可以尝试使用游戏教学法对他们进行相关体育教学。学生更容易接受游戏式的教学法,在此种教学法中,教师能够营造出来轻松愉快的体育学习氛围,并引导班级中的学生积极参与到田径项目中。当然在上课之前,教师应该提前设计好具体的教学方案,这样可以在最大限度上节约上课的时间,提升课堂效率。

[关键词]初中体育;田径教学;游戏教学法

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.02.1553

游戏教学法与初中体育田径教学紧密结合可以让班上学生体育学习积极性得到有效提升。与此同时,他们的体育学习兴趣和学习热情也会高涨。在游戏教学法中,教师最好根据学生的具体情况设计相关的游戏。如果学生非常喜欢一个游戏方式,那么他们在训练中的专注度就会自然而然上升,长久下来,他们的田径水平会得到有效提高。

一、合理运用教学场地开展游戏教学

教师应该合理运用相关的体育教学场地,对学生开展游戏教学,使得他们的田径水平得以提升。教师在上课之前一般都会制定相关的教学方案,在这些方案中,他们应该将场地的限制列入自己的教案中,做到合理运用场地。

例如教师在训练学生的长跑之前,需要了解操场的运用率,综合考虑操场的设施以及大小去制定合适的游戏。场地和游戏的关联度比较大,如果场地有限,那么教师就需要适当减小学生的游戏活动范围。如果教师选取的体育课上课场地与需要上的田径课程完美契合,那么学生在练习和游戏时也可以更加尽兴。所以教师应该寻求其中的平衡点,让教学的效果更显著,合适的场地选择显得至关重要。部分场地的设施比较完善,教师在教学时就可以充分利用场地的优势设计自己的教学游戏,让学生可以得到更好的田径学习体验感。

比如学生在练习长跑这一项田径项目时,教师可以发挥操场的场地优势,给学生使用“你追我赶”的游戏训练方式。教师可以随机将学生分为四排,每两个学生分为一个训练小组,在训练开始之后,跑步速度较慢的学生可以在前面快跑,等过10秒钟之后,速度快的那一个学生出发,去追赶前面跑得快的学生。如果后面的学生可以顺利追上前面的学生,那么前面的学生就需要多跑一圈,否则,相反。比起教师直接让学生去进行800米或者1000米训练的训练方式,他们更加容易接受这种游戏训练方式。这样的游戏中,每个学生都可以享受到跑步追逐的乐趣,而且他们的跑步速度会慢慢得到提高。“你追我赶”的游戏操作难度不大,每个学生都

有能力完成整个游戏化的训练过程。

二、组织合作类型的游戏教学

学生在进行体育学习时,通过小组合作学习的方式会使他们的速度提升得更快。因此在设计相关的体育教学游戏时,教师可以多加入一些合作类型的体育游戏,从而提高学生的学习积极性,增强他们的参与感。体育教学游戏的类型多种多样,无论如何,游戏教学法的目的一般都是引导学生接受田径运动,并让他们慢慢爱上田径锻炼,从而提高身体素质。组织合作的训练可以培养学生的集体主义精神,部分学生在练习中的自觉性比较差,如果有小组成员中的互相监督,他们的自觉性就可以得到提升。长久下来,学生可以比较熟练地掌握各项田径运动,并且对这些项目产生一定的好感,从而他们的体育学习兴趣也会被激发出来。总而言之,体育合作类型的游戏对学生的吸引较强,教师可以多考虑此类游戏方案,将其加入到自己的教案中。

比如学生在进行接力跑或者是障碍跑步时,教师就可以考虑组织合作式的游戏教学方式。接力跑是一种常见的田径比赛项目,如果团队成员之间配合默契度高,那么在完成接力赛时,该团队发生掉棒的概率会小许多,团队整体的速度就会有效地提高上去。接力跑可以当成训练学生短跑的合作小游戏,在游戏开始之前,教师需要告知参加者相关的规定,从而保证整个游戏可以顺利进行。在这样团队合作式的教学游戏当中,每一个学生的失误都可能会导致团队的失败。因此在游戏中,成员之间会相互监督,从而保证每个人都可以完整地参加游戏训练,完成自己的游戏化田径练习。通过这样的方式,学生的集体主义精神也可以在最大限度上被激发出来,教师可以乘机培养他们的合作学习能力,提高课堂教学效率。

三、根据学生的兴趣设计相关游戏展开教学

兴趣是学生最好的老师,如果学生对一个体育游戏的兴趣较高,那么他们在完成相关的游戏时,就会投入全身心,当遇到不会的地方时,他们也会积极向体育老师求助。教师

在上课之前需要多花点时间去设计相关的教学方案，并且在班级中可以多询问学生的意见，如果他们可以提出更好的游戏方案，老师可以考虑采纳，然后在课后的时候多考虑，寻求最合适的方案。同时，教师也可以采用试课的方式寻求合适的游戏方案，选取一些相对学生而言会觉得感兴趣的游戏中在课堂上实行。如果学生在进行相关的游戏时表现得明显感兴趣，而且他们的田径运动能力也确实得到了提高，那么这样的游戏方式就是比较合适的，老师可以考虑采取。班上的学生可以积极向体育老师提出意见，要求将自己感兴趣的一些游戏加入到游戏教学中。

比如教师在对学生进行田径耐力训练时，就可以选取他们感兴趣的一些训练游戏。其中不同方式的折返跑和一些有趣的团队搭肩蛙跳都是比较有趣的，学生在进行这些游戏时，他们的脸上往往都会流露出开心的笑容。普通的折返跑对学生的吸引力不大，教师需要改进折返跑的方式，加入一些触地或者是击掌的模式来增加折返跑的趣味性，引导班上的学生积极参与。团队搭肩蛙跳需要整个团队有良好的配合能力，相互之间的节奏需要协同，否则整个蛙跳的队伍容易瓦解。蛙跳是比较累的一项游戏，同时也是耐力游戏中必不可少的，教师改变传统的蛙跳训练方式，使其变得新颖，学生的可接受性更强。

四、设计合理的课前热身训练小游戏

游戏教学法不仅仅适用于课堂的主要教学部分，而且在课前热身训练小游戏中也发挥着巨大的作用。课前热身训练在田径课程的学习中是非常重要的，只有学生课前热身训练地比较好，在田径运动中，他们的发挥才可以更加稳定。在课前练习当中加入一些简单的小游戏可以激发学生的锻炼热情，这样他们在进行热身时就不会束手束脚，而是会将自己的筋骨充分舒展开来。教师可以引导班上的学生成为课堂的主人，让他们也参与课前热身小游戏的设计，从而让课堂的学习氛围更加浓厚。田径训练的项目种类较多，在一节课中，教师无法讲解太多的内容，需要有选择性地给学生讲解。与此同时，不一样的课程也需要采用不同的课前热身训练才可以使得热身的效果更为显著。

比如学生今天需要进行跳远这项田径运动的训练，在热身运动中，教师可以引导他们积极参与跳格子的游戏。这样的游戏趣味性较强，而且强度相对较低，适合当做热身训练。绝大部分的人都会玩跳格子的游戏，因此学生的参与度相对还是比较高的。与此同时，跳台阶这个传统的训练游戏也可以加入到热身游戏之中，教师可以采取谁在一分钟之内

能够跳更多次台阶的比赛方式去贯彻这个游戏。这样学生的课前积极性和主动性就可以快速被调动起来，并且达到充分热身的目的。

五、循序渐进开展层次性的游戏教学

教师在开展游戏类型的教学时，也需要采用循序渐进的层次教学方式。比如当学生刚开始进行田径运动的学习时，或者他们的基础还比较弱的时候，教师就需要选取趣味性较强，难度较低的教学模式，先让学生爱上田径运动，帮助他们巩固好自己的体育田径基础。这样等学生的基础水平有所提高之后，教师就可以去安排下一个阶段的游戏教学，将一些操作难度较高的内容安排进来，使得学生的田径水平可以得到较高层次的提升。分层次的游戏可以在最大限度上激发学生的潜能，充分展现他们真正的实力，并且引导他们不断在体育田径项目上获得较大的突破，成为一个更好的自己，在轻松的氛围中可以成功练就高超的体育本领。

循序渐进的层次教学是现代教学的主流，教师需要兼顾游戏教学的高效性和趣味性，引导学生将自身的体育技能进行高效的学习，并且熟练掌握一些基础的体育知识。循序渐进的游戏教学可以兼顾到班上每一个学生，让他们可以熟练掌握住田径项目的方法，提高体育综合素养。这样的游戏教学对游戏的要求比较高，年轻的教师可以在平时的时候多去旁听有经验的老师的课程，吸取相关的经验，运用到自己的体育教学课堂中，带给学生不一样的体育体验感。

六、结语

随着现代社会的进步，人们对于体育锻炼的重视程度提高，在各类型体育活动中，田径类型的项目可以在最大限度上提高学生的身体素质。各种类型的田径项目在结合游戏教学法教学后，学生的学习效果都有比较明显的提高。因此教师需要积极探究相关的游戏教学方式，使得学生愿意主动去进行体育锻炼。老师趁此培养学生的体育田径项目学习自觉性，并提升他们的体育综合素养。

参考文献

- [1] 李永臣. 初中体育田径教学中游戏教学法的应用之我见[J]. 新课程学习: 下, 2013(3): 1.
- [2] 毛伟国. 初中体育田径教学中游戏教学法的应用分析[J]. 文理导航: 教育研究与实践, 2019(6): 1.
- [3] 梁园. 浅谈体育游戏在中学生田径教学中的运用——以宝鸡市区中学为例[J]. 新西部(下旬·理论版), 2011.
- [4] 乔珍兰. 游戏教学法在初中体育田径教学中的应用分析[J]. 新课程: 中学, 2019(12): 1.