

# 体育游戏在初中体育课堂教学中的实践应用

蔡文涛

平度市明村镇马戈庄中学

**[摘要]**体育游戏以游戏的方式进行体育技能的训练,通过游戏式体育课堂教学,满足学生好玩好动天性,缓解课堂枯燥训练气氛,增添趣味性,引导学生充满兴趣地参与体育训练,感受到运动带来的乐趣。初中体育课堂教学中,教师更应重视应用体育游戏,选择契合初中学生特征、符合教学内容、具有竞技乐趣的体育游戏,提升教学效率,推进教学发展的同时,帮助学生身心健康成长。

**[关键词]**初中体育; 课堂教学; 体育游戏; 实践应用

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.11.1589

## 前言

初中体育课堂教学中,教师进行实践应用体育游戏时,可通过对学生喜好兴趣的了解,依照课堂教学内容以及训练的项目,选择具有趣味性的体育游戏,以足够的游戏兴趣力,将学生带入到体育课堂中。这就要求教师在了解学生基础上,还应具备扎实的专业知识,拥有创设契合体育训练项目游戏的能力,并通过有效的游戏实践,高效率达成体育课堂教学目标,促进教学发展,提升学生体育运动能力。

### 一、依据学生需求,选择课堂热身体育游戏

#### (一) 热身体育游戏,激发学生兴趣

体育游戏在初中体育课堂教学中的应用,热身环节的体育游戏必不可少,是调动学生积极性,激发体育锻炼兴趣的关键<sup>[1]</sup>。因此,教师应重视在体育课堂教学伊始,应用热身为主的体育游戏,通过适合体育课堂教学的体育游戏,引导学生参与其中,游戏的愉悦体验中完成热身运动,并取得理想热身效果。这样效果的取得,需要教师提前进行与体育课堂相匹配教学项目的热身游戏选择,达成课堂伊始热身目标。

如,初中体育教师在进行《乒乓球》课堂教学时,可引导学生通过热身需要,进行体育游戏“摇头摆腿”,借助这个游戏转动头部、抖动四肢,完成乒乓球训练前的热身,激发学生浓厚的兴趣。教师依据乒乓球训练的特点,需要转动头部,需要手臂灵活性和下肢的配合,设计这款调动全身力量的热身体育游戏。游戏时,学生按横列排成4队,并以两两相对的形式,开启游戏,相对面的两个学生互为对方的镜子,每个学生通过自己的“镜子”,看到自己滑稽有趣的“摇头摆尾”动作,充满趣味性。这样有趣的体育游戏,将学生体育游戏参与热情调动起来,不知不觉中完成体育热身目标,提升体育热身运动效率。使得学生进行乒乓球训练前的热身运动取得理想效果,促进学生借助体育游戏从体育课堂一开始,就体验到体育游戏的乐趣,有效完成课堂教学中热身目标,完成体育游戏在初中体育课堂教学中的实践应用。

#### (二) 热身体育游戏,满足学生需求

热身体育游戏的设计,教师可通过精心设计,利用学生体育游戏兴趣点,满足学生需求基础上,有效地进行运用,

并取得理想运用效果。同时,教师还应依据学生在体育课堂所要进行的体育训练项目,选择满足学生需求的体育游戏,帮助学生效果良好地完成热身运动,萌生想要快速进入课堂进行体育项目训练欲望,充分发挥出体育游戏的热身作用,满足学生热身需求。

如,初中体育教师在进行《游泳》课堂教学时,可为满足学生游泳热身运动需求,设计契合的体育游戏“青蛙呱呱叫”。这个体育游戏依照学生将要进行的游泳训练内容进行,每个学生在进行训练前的热身运动中,借助模仿小青蛙蹦跳,完成基础性的游泳前全身运动,舒缓整个身心,为取得理想游泳效果做好准备。同时,体育教师作为指导者,应在这个体育游戏前以身作者,先进行这个模仿游戏,借助自己灵活模仿引导,使学生能够掌握热身为主的体育游戏特点,进而满足学生游戏参与需求,使学生可以有目标地完成热身运动,并积极参与体育游戏中,感受体育课堂趣味性,萌生想要进行游泳训练的意愿,主动参与到训练活动中,呈现体育游戏热身效果。

### 二、遵循体育项目,设计契合训练体育游戏

#### (一) 灵动设计游戏

体育游戏在初中体育课堂教学中的实践应用,教师应重视遵循体育项目灵动进行体育游戏的设计,并选择契合体育游戏设计灵感,进行有趣的并能调动学生热情的体育训练游戏,激活学生体育游戏主动性,为取得良好课堂训练项目效果做好充分准备。因此,教师可在课堂教学时,可从体育项目出发精心设计契合训练内容的游戏,帮助学生游戏的愉悦体验中,感受体育训练带来的运动快乐<sup>[2]</sup>。

如,初中体育教师进行《健美操》课堂教学前,可通过灵动设计游戏方式,遵循“健美操”体育训练项目的特点,指导学生利用所训练的内容,进行“背靠背”游戏设计。教师进行游戏设计时,可充分考虑健美操训练的需求,依照训练过程中学生需要拉伸等动作的需要,选择契合健美操训练特点的游戏方式,通过游戏中学生背靠背起对方的游戏设计,将健美操灵动特点呈现出来。同时,教师在设计这款游戏时,还应重视充分利用自身扎实的健美操知识,充分考虑学生在初中阶段的身体发展机能,考虑学生心理承受游戏强度,进行综合评测后,及时有效地进行体育游戏与健美操课

堂教学的融合设计，并为取得理想教学效果做好充分准备。同时，教师在进行游戏设计时，还应考虑学生体育游戏体验过程中愉悦体验因素，以引导学生感受快乐为主，有效进行健美操的训练。

### （二）灵活应用游戏

初中体育教师在设计体育游戏后，还应通过灵活应用体育游戏的形式，完成体育课堂教学。教师可依据课堂教学中体育训练项目，选择不同体育游戏，让学生能够有选择的余地，这样的课堂教学，教师可指导学生以小组合作模式，进行游戏活动的参与，并充分利用体育游戏愉悦性特点，使学生在游戏的合作中，一边感受游戏的趣味性，一边完成体育训练，真正实现体育训练身心共同发展的目标。

如，初中体育教师进行《排球》课堂教学时，可灵活应用“向后传球”、“坐卧投递”等体育游戏，让学生通过小组合作，以小组内组员通过向后方传球，其他组员准确接到排球形式，或者是整个小组内学生共同坐在体育场地上，以逆向传球并准确接住游戏形式，完成排球体育技能的训练，使学生依据合作游戏体验，培养其合作精神，促进体育训练目标有效达成。学生经过课堂中多种体育游戏的选择，灵活应用适宜本小组成员共同训练的体育游戏，为高效完成排球训练做好准备。因此，在体育游戏开始时，教师可以体育游戏设计者身份，指导学生了解游戏的详细规则、游戏所要达到的效果，让学生有的放矢，进行相契合实际选择，并开启有趣、活跃的体育游戏，顺利完成排球训练为主的课堂训练。同时，教师还可针对学生选择的的游戏，最终游戏的效果进行评价，让学生借助教师的评价激励，提升体育游戏自信心，感受体育训练带来的愉悦之感，有效地完成体育课堂训练目标。

## 三、体育课堂巩固，应用适宜缓解体育游戏

### （一）缓解游戏练习

初中体育课堂教学中，巩固环节不可或缺，是学生将整个课堂所训练的体育项目进行整理重要环节。教师在这个环节中应用体育游戏，可有效地达成学生舒缓体育训练身体、心理疲乏感目标。因此，教师可在体育课堂巩固时，应用适宜的、具有舒缓性作用的体育游戏，达成巩固目标，使学生整理课堂训练内容同时，身心得到放松<sup>[3]</sup>。

如，初中体育教师在进行《花样跳绳》课堂教学后，可通过缓解游戏的练习过程，进行花样跳绳项目训练技术整理，并借助体育游戏，帮助学生达成身心放松、舒缓的目标，提升课堂训练效果。教师可通过体育游戏“火车开动”，让整个班级学生站成一条竖排，后面的学生双手搭在前面学生肩上，以这样“火车”链接形式，向前小步缓慢跑，并发出火车“咔嚓”的运动声音。同时，学生一边慢跑过程中，还应帮助前面学生做双肩按摩，舒缓每个学生跳绳过程中双臂运动压力。学生们经过这样有趣的体育游戏，

积极投入到舒缓为主的游戏练习中，取得理想应用体育游戏效果。教师作为指导者，还应及时对这列“火车”进行火车头与火车尾的调整，这样的调整可让所有学生享受到肩部按摩，并体验到新鲜之感。因此，教师想要取得理想课堂巩固与舒缓效果，体育游戏的设计与练习指导必不可少，可提升课堂教学效率同时，助力学生身心得以有效放松。

### （二）游戏竞技比赛

初中体育教师在进行课堂工作环节应用体育游戏时，还可通过游戏竞技比赛模式，活跃课堂总结与巩固氛围，使学生在激烈的游戏竞技中，身心得到彻底放松<sup>[4]</sup>。这就要求教师可依据体育课堂训练项目，选择相契合体育项目，设计游戏竞技形式，使学生以比赛形式，获取体育游戏快乐体验，达成巩固课堂训练项目的目标，展示体育游戏舒缓作用。

如，初中体育教师进行《网球》课堂教学后，可应用“穿越山河”体育游戏竞技比赛，开启课堂巩固，帮助学生达成巩固、舒缓、愉悦体验的体育课堂训练目标。游戏开始，教师选择四个身材相对高大的学生作为“大山洞”、“河流”，这四位学生两两相对，双手相互搭在一起，形成“山河”状，而后，其他学生排成长龙，快速地穿越“山”，再游过“河”，如果哪位学生在游戏的过程被“大山”卡住了，被“河流”裹住了，就将被取消比赛资格。教师通过这样激烈的竞技形式，引导学生充满斗志参与其中，巩固网球训练知识的同时，体验体育游戏舒缓训练强度意义。因此，教师想要达成体育游戏训练目标，并取得理想训练效果，可充分利用所训练内容，设计竞技比赛为主的体育游戏活动，帮助学生完成巩固与舒缓身心目标，并由此取得促进初中体育课堂教学应用体育游戏进行教学实践理想效果，提升教学效率。

### 总结

总之，初中体育教学中应用体育游戏，教师通过精心设计、专业化引导，从多角度使学生感受到体育课堂训练趣味性，进而积极主动地参与其中，借助游戏的力量，体验体育锻炼价值，完成体育训练目标，提升课堂体育训练效率。因此，教师应重视通过课堂热身、课堂训练、课堂巩固三个环节，有效地、契合教学项目的设计与应用体育游戏，促进体育课堂教学发展，助力学生身心健康成长。

### 参考文献

- [1] 张元杰. 初中体育课堂教学中体育游戏的应用研究[J]. 冰雪体育创新研究, 2021(24): 111-112.
- [2] 朱慧友. 体育游戏在初中体育教学中的应用及影响分析[J]. 冰雪体育创新研究, 2021(23): 137-138.
- [3] 孙宝生. 在初中体育教学中开展体育游戏的作用及策略[J]. 天津教育, 2021(33): 10-11.
- [4] 王瑜. 体育游戏在初中体育教学中的实施浅谈[J]. 冰雪体育创新研究, 2021(22): 125-126.