

探讨体育游戏在初中体育教学中的有效应用

李振宇

山东省泰安市泰山区大津口中学

摘要：从整体发展来看，目前初中体育教学效果不佳，亟须引入多种方法和模式进行创新，其中体育游戏作为一种成本较小，开展要求和限制不高的方式，在体育教学中应用效果良好。为此，本文探索体育游戏在初中体育教学有效应用手段，旨在为促进初中体育教学的发展助力。

关键词：初中体育；游戏教学；教学方法；教学策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2022.02.009

初中学生面临着巨大的升学压力，学生为了在体育考试中获得好成绩可能会加大训练强度，但往往无法取得预期的效果。在此过程中，教师需加强对体育教学的研究，在进行体育技巧教学的同时，也可丰富体育教学内容，创新体育教学形式，加强体育教育与游戏教学的融合，激发学生学习兴趣，并通过游戏让学生领略到体育的魅力，从而让体育回归教学本质，实现真正的素质教育。对此，本文将简要探讨初中体育教学中游戏教学法的应用意义，继而分析体育教学中存在的不足，探讨相关教学措施。

一、体育游戏的概念

游戏一般可分为智力游戏和体育游戏。它与体育运动密切相关，体育比赛促进了体育课程的发展。事实上，体育比赛类似于竞技体育，许多体育比赛取材于民间比赛。体育比赛结合体育游戏，是一种以体育锻炼为基本方法，增强体质、娱乐身心的游戏方式。

二、体育游戏的特点

（一）体育游戏具有趣味性特点

体育运动游戏练习作为体育游戏的一种，如果游戏没有这种趣味性则我们不能把它称之为一种体育运动游戏，而我们只能把它称之为一种体育游戏练习或者是身体锻炼练习。因此，它除了应当具有相对的技术独立性以外，还应当具有体育游戏和其他体育娱乐活动的一般共性特点，趣味性、普及性、竞争性、娱乐性及体育知识性等。体育游戏也就是在快乐的游戏气氛中进行一种竞争，在这种竞争中我们体验愉悦，在愉悦中展示自我才能真正得到愉悦身心的锻炼。

（二）体育游戏具有形式多样易行性特点

体育游戏对比赛场地及运动器材的准备要求不高，形式简单，容易组织施行。体育课的游戏也同样可根据教学人数多少进行组织游戏教学，多有多的好处，少有少的教学优势。可因地制宜，因材施教，开展小学体育知识教学。它已经是我国现代体育学科教学中不可

缺少的一种教育教学手段。可以把它作为一种准备游戏活动，一个有趣的准备游戏便于充分激发一个学生的各种学习活动兴趣；也可以把它作为基本课的教学内容，几个形式多样的教学游戏就可减轻一个学生的各种学习心理压力，使其能在情绪高昂的状态下享受学习；也可以用在课后作为放松游戏环节，一则小小的放松游戏便可使一个学生疲惫的课后身心得到快速的自然恢复。

（三）具有一定的合作及竞赛性特点

事实上体育运动游戏通常往往采用的是个体或者的分组两种形式的来进行组合游戏，个体或者的小组群间必须通过各种相互配合、协作和自身的努力，才能在集体竞赛中超过竞争对手，这种相互之间自由竞争的集体组织活动形式将会使这类体育运动游戏更加具有竞争性。它不仅有利于培养学生的精神品质、智力以及品行上的发展，还有利于智力的开发，在学校体育运动教学中往往具有重要指导作用。

（四）体育游戏具有规则性特点

游戏活动除了必须要明确规定游戏方法外，还要明确规定在游戏活动中什么行为是恰当和完全可以被人接受的游戏规则。一方面因为能给人增添一种娱乐的活动气氛，另一方面又因为能有效强化活动参与者的各种行为规范。

三、初中体育教育中游戏教学法的应用意义

（一）有利于培养学生的体育兴趣与终身体育意识

学校是培养学生知识技能的重要场所，而体育课程承载着培养学生终身体育运动的意识。体育运动本身具有较强的趣味性，将游戏教学运用于体育课堂，可以创设一种自由、平等的活动氛围，参加者可自由选择项目内容，无拘无束地参与活动，将所有注意力集中于活动上，进而产生浓厚的体育兴趣，获得愉悦的心情。这种教学方式，不仅改变了传统体育教学单一性的学习方式，同时也使学生更加积极地参与体育教学活动，更利于培养学生的终身体育意识。

(二) 在学校体育课堂中使用体育游戏提高学生的注意力

在初中体育课中,由于学习压力大,有的学生认为体育课枯燥乏味,有的学生害怕灰尘、疲劳、日晒,导致对体育课缺乏热情。尤其是初中生处于青少年时期,青少年往往缺乏耐心和注意力,导致体育课效率低下。在体育课堂中,教师科学地运用体育游戏辅助教学,激发学生对体育实践的兴趣,引起学生对体育课堂的关注,使学生能够独立参与学校体育教学,提高体育教学模式提高课堂效率。

(三) 学校体育课堂利用体育游戏促进学生融入

在当今社会,学生都只是珍贵的孩子,大多数都是家里可谓是唯一的宝贝,他们衣来伸手饭来张口,孩子们往往很自私自利,缺乏团队合作精神,与同学之间的协调性差。然而,体育运动可以促进学生之间的协调,尤其是体育比赛,可以充分调动学生之间的团结,也可以形成深厚的友谊,增强学生的团队合作精神。

(四) 在学校体育课堂中运用体育游戏可以减轻学生的学习压力

每个学生承受着很大的学习压力。学生的心很脆弱,现在的孩子无法承受失败的打击。因此,在体育课堂中,将体育游戏引入体育教学课堂,让学生沉浸在体育游戏带来的快乐中,短暂的忘记压力和苦恼,消除疲劳。体育比赛有起有落,让学生在比赛中体会到自豪和成功,也可以体会失败的滋味,通过体育比赛培养学生良好的心理承受能力,减轻学生的学习压力。

(五) 学校体育课堂运用体育游戏促进学生全面发展

在现代教育中,明确指出要培养德、智、体、美、劳全面发展的人才。因此,在体育教学中运用体育游戏,可以帮助学生形成更好的人生观和世界观。在体育游戏中,教师可以根据学生的年龄、性别,安排恰当的游戏。在体育比赛中,让学生认识到坚持就是胜利。在体育比赛中,学生们全身心投入其中,学生可以在游戏中体验体育的真谛,体验体育精神的伟大。

四、初中体育教育中的不足

(一) 趣味性与教学性发展不平衡

体育作为升学考试的重要内容,在教学过程中,学生并未认识到体育教学的本质,在一定程度上影响了体育教学的发展,其中趣味性与教学性发展不平衡的现象较为严重,呈现出两极化的发展趋势。即部分学生不重视体育课堂,以玩乐的心态对待体育,而部分学生则试图通过高强度的训练提升体育水平。这类问题的存在不

利于体育教学质量的提升。

(二) 教学方向不明

分析体育教学现状可知,学校方面并未明确体育教学地位,体育教学方向并不明确,教学内容较为单一。在此环境下,体育课堂难以发挥其应用的价值。同时,在未明确教学方式时,教学方法的实效性也有所降低。

五、初中体育教育中游戏教学法的应用策略

(一) 游戏选择针对性,实现有效落实

在初中体育课堂课程中选择的体育游戏的开展并不是由老师脑门一热而决定的,而是由体育课程的内容,学生的个性,天气和位置决定的,游戏化教学需要能够综合考虑这些选择因素。因此,体育教师在开展体育游戏教学的时候,应首先考虑学习内容,然后结合学生的人格与体质特征并且与实际学习情况进行选择,最后根据天气情况选择合适的场所。学生可以创建更合适的课堂学习游戏,以最大程度地吸引学生的注意力,从而使他们能够自觉地积极参加体育游戏。这样能够实现学生在现阶段下的积极参与,实现学生自身能力水平的发展。

例如,考虑到体育课中有着许多的课程内容,教师可以针对课程中的内容来进行划分,激发了学生的参与兴趣,比如学生在课程中可以进行丢手绢这一活动,让学生能够在游戏过程中实现跑步技能以及灵活度的锻炼。在冬季,学生通常在这个阶段由于天气的因素讨厌运动,因此教师可以使用“室内篮球比赛”和“羽毛球双人比赛”等游戏来调动学生的学习热情。由于这是一项室内学习活动,学生将不再畏惧寒冷,并将积极参加这项运动。这样,根据学生的天气和心理状况选择的体育游戏内容可以更加契合学生的发展,从根本上提高学生的体育学习效率。

(二) 游戏开展规范性,推动学生参与

在初中体育课程中,游戏被用来指导运动技能的运动,但是也需要一定的规则才能够让课程的开展更加科学。在游戏活动中,学生的动作是一致的,运动技能动作的整合可以使技术动作更加整齐,并提高学生进行运动训练的能力。游戏规则还满足运动训练规则的要求,以提高学生对运动游戏规则的接受度。体育老师可以展示技巧,为学生解释必须掌握的体育知识点和挑战。为了赢得比赛,学生要注意老师强调的技能,并根据游戏规则进行游戏活动。学生将不可避免地在游戏活动中感到快乐,逐渐掌握游戏的运动技能并熟悉运动规范,以此实现学生体育技能的提升。

例如,中长跑运动训练中采用的训练方法可以不是

跑步，而是玩各种与跑步有关的游戏。跑步本身对中学生来说很无聊，但是将这种体育教育内容进行游戏化可以激发学生的参与感。在活动期间，体育老师要求学生直立，每个学生的手都触摸学生的腰部。游戏规则是学生团队不能断开连接，游戏的内容是该行顶部的学生赶上该行底部的学生。学生们这样互相追逐，跟随队友避免犯规，并防止自己落后。在玩得开心的过程中，学生要弄清游戏规则，通过在活动中的互动与合作来学习一些技能，获得跑步方面的训练，并使课程的气氛更加活跃。学生参加体育课的兴趣也在增加，课后可以自愿组织类似的游戏。在中学体育课中，游戏由此而进行，体育的休闲性得到了增强，从而促进了学生的体育锻炼。

（三）游戏开展安全性，保证课程进展

运动本身存在一定程度的竞争，同样，教师可以选择的大多数与运动有关的游戏也主要是竞争性的。而中学生通常具有一定的竞争精神要取胜。学生在游戏中表现出较强的好胜心理，严重时还会受伤，这对体育游戏化课程的发展非常不利。基于此，在选择体育课堂游戏的过程中，教师除了要考虑游戏的乐趣外，还应考虑游戏的安全性，以便学生在安全快乐的学习氛围中锻炼身体，让学生能够在课程的开展中既保证了学习成果，也保证了自身的人身安全。

例如，在百米赛跑这一体育项目中，当教师采用单人冲刺游戏教育时，无论其体力如何，学生都被其热情驱使盲目参与，这会损害学生的身体，产生负面影响。所以教师在对学生开展教学过程中，可以先引导学生进行热身运动，让学生身体避免直接进入到剧烈运动的状态。同时教师还可以先通过采用“接力赛跑”这种体育游戏模式，可以大大缩短学生的冲刺距离，并通过适当的运动量，逐步提升学生的运动能力，最终再让学生参与到百米赛跑中，这样可以不断提高他们的体育学习能力。

（四）利用体育游戏组织课前热身

课前热身是体育课堂上非常重要的一个环节，为了激活学生的运动细胞，同时也避免学生在体育活动的过程中对韧带等造成伤害，就一定要带领学生来做好热身，通过科学的热身来促进学生的血液循环流动，同时舒展肌肉和相关的关节。初中体育课堂上，学生的运动强度比较大，只有做好了热身才能有效避免运动损伤的发生，减少学生在体育训练中出现的挫伤、扭伤等情况。但是传统体育课上的课前热身形式太过单一，内

容太过枯燥，学生在热身环节的兴致不高，甚至部分学生表现出敷衍的态度，难以发挥出热身的效果。针对这种情况，教师就可以引入有趣的、形式多样的体育小游戏，通过体育游戏的方式来吸引学生参与，达到热身的效果。比如一般情况下教师会组织学生通过跑步的方式来热身，在教学过程中，教师就可以结合具体的体育教学内容来对热身跑进行改造，比如在篮球运动的教学中，教师就可以融入运球跑步的小游戏，将学生分组，然后以小组为单位展开运球跑步的游戏比赛，以此来调动学生的积极性，让学生参与到热身环节，达到良好的热身效果。

（五）在体育游戏教育中采用分层游戏教学法

以“足球”为例，足球作为一项竞技运动，部分学生在日常生活中已经将足球作为一门兴趣爱好进行训练，所以导致班级内的学生足球技能掌握不在同一水平线上。此时教师就应当将学生划分为不同的学习小组，将不同身体素质、技能的学生进行分组，随后设计不同的游戏活动，让每一名学生都能够在游戏活动中感受到足球的乐趣与魅力。高水平的学生可以进行足球对抗比赛，让学生在比赛中掌握足球技能，加强技能的应用；而针对没有踢过足球的学生，则可以采用相互传球的游戏让学生在游戏过程中感受足球的特点和变化，帮助学生树立体育学习信心，让学生能够在未来的学习中也可以将足球作为一项娱乐运动进行。

结语：体育课堂中游戏教学法的应用需结合体育教学特性及学生特性进行，在此过程中，教师可引入传统体育运动，并加强师生互动，针对性的设计相关游戏。同时，也可利用多媒体教学营造良好教学氛围，让学生在轻松愉悦的教学环境中成长。在此基础上，教师可实时关注学生学习进度，及时发现学生体育训练中的弱项科目，设计主题性游戏，提升学生体育水平，从而全方位提升体育教学质量。

参考文献

- [1] 李晓明. 刍议初中体育教育中游戏教学法的应用[J]. 经贸实践, 2018(11): 339.
- [2] 华峰. 浅谈初中体育教学如何科学运用游戏教学法[J]. 当代教研论丛, 2017(12): 117.
- [3] 教小兰. 浅析游戏教学法在中学体育教学中的应用[J]. 中华少年, 2018(28).
- [4] 董良冲. 浅谈民间体育游戏在农村体育课堂教学中运用[C]//2018.