

# 浅谈初中体育游戏在初中体育教学中的运用

边文颖

(吉林省白城市通榆县新华镇小学校 吉林 白城 137000)

**[摘要]** 体育游戏在提升学生社会适应能力和身心健康水平方面具有不可替代的作用。初中体育教学中要较好地运用体育游戏,需做到目的明确,安排科学,运用适度、突出实效,凸显趣味性和教育性,针对中心、教师参与。

**[关键词]** 游戏教学;初中体育;运用

## 1 体育游戏的价值

首先,它有利于发展学生的社会适应能力。竞争意识、合作能力、挫折承受力是初中生社会适应能力训练的主要内容。体育游戏具有竞争性,这决定了其结果必有胜负之分。游戏失利者要承受失败的痛苦和受挫后的自责;游戏获胜者为了赢得游戏需要积极合作、主动竞争。这对提高初中生的社会适应能力大有裨益。

其次,它有利于学生对运动知识和技术的掌握。学习枯燥的运动知识和技术,会让学生对体育课兴趣索然。体育游戏因其具有娱乐性,能使单调、乏味的运动知识和技术变得生动活泼。这能够较好地满足初中生好动、好奇和求趣的心理,吸引他们积极主动地投身于运动知识、技术的掌握和身体素质的提高。

再次,它有利于提高学生的心理健康水平。初中体育课一般安排在下午进行。学生经过一上午的紧张学习,体力和脑力普遍会下降。体育游戏因其具有运动性、竞赛性、娱乐性,可以帮助学生摆脱学习造成的心理和生理上的紧张状态,促进大脑皮质神经的兴奋和身体机能的恢复。

## 2 游戏教学在初中体育教学中的重要作用

### 2.1 能够让学生更好地掌握技术动作

在初中体育教学中,教师要让学生掌握某些技术动作,往往单纯地让学生反复练习,这种教学方式,单调、枯燥而乏味,并且容易让学生产生紧张情绪,导致训练不佳。如果教师在教授技术动作的时候,能够引入游戏环节,将枯燥的动作训练设计成游戏,让学生在比赛中练习各项技术动作,则能够调动学生的积极性,让学生在轻松愉悦的氛围中提高动作技能。如在排球扣球练习课的教学中,安排游戏“集体扣球接力赛”“躲避击球”等,不仅能增加练习的趣味性,还将基本技术的教学游戏化,使学生们在快乐的游戏氛围中正确掌握了技术动作,提高了运球技术,同时培养了同学间的团结协作的精神。

### 2.2 有利于学生的身心健康发展

在初中体育教学当中,如果学生所接触的体育技能难度较大,往往会导致学生出现严重的心理压力,从而惧怕、反感参与体育活动。而在教学当中利用体育游戏则是很好的解决这一问题的措施。由于体育活动的娱乐性、均衡性,并且也没有严格地要求学生的动作必须达到什么标准,学生也能够从体育锻炼中放松心情,这样也会增加学生的锻炼自信心,减少运动带来的恐惧感。

### 2.3 能够增强学生的思维能力、创造能力和竞争能力

在体育游戏中,每个参加者都必须争取最后的胜利,在此过程中,学生的思维能力、创造能力以及竞争能力都会得到增强。例如在进行双杠教学时,由于课堂上学生受场地器械条件的限制,练习密度相对比较小时,机体承受的运动负荷量小,很难达到运动量。这样就可以安排一些运动量较大、竞赛性较强的集体完成的游戏项目。在游戏的过程中,学生们不仅提高了奔跑的速度和技术动作,增强了机体上下肢的协调配合的能力和灵活性,加强了中枢神经系统的支配能力,而且还促进了思维和创造能力的发展。

## 3 初中体育教学中的游戏教学应注意的问题

### 3.1 体育游戏要具有秩序性

在体育教学中引入游戏环节,若控制不得当,容易造成课堂秩序混乱。因此,教师要把握好教学节奏,适当引入体育游戏,并对游戏进行一定的控制,以保证体育游戏的秩序性。

### 3.2 体育游戏应具有安全性

初中体育活动已经具有较大的运动量和较强的竞争性,如果竞争性太高,趣味性就会降低,同时,如果学生在体育游戏中一味求胜,那么也可能出现安全隐患。因此,教师在安排体育游戏的时候,一定要注意安全性问题,在游戏开始之前,需要向学生讲明游戏规则,并且在游戏进行的过程中防止安全问题的发生。

### 3.3 体育游戏应具有健康性

在初中体育教学中,在安排体育游戏的时候,必须保证游戏在内容上和形式上是健康的。体育游戏最终是为教学服务的,体育教学则是为了学生身心的全面发展,因此,必须保证体育游戏在内容上和形式上的健康性。

## 4 体育游戏在初中体育教学中的合理运用

### 4.1 体育游戏运用于准备部分的课堂组织活动

准备活动是体育教学活动的前提,是上好体育课的重要基础,通过准备活动,学生能够调整好身体状态和心理状态,从而有利于接下来体育训练的顺利进行。传统的体育教学准备活动一般是慢跑或者徒手操等,这些准备活动单调而乏味,内容不断重复,不能够调动学生的积极性。因此,在体育教学中,采用一些密度大而运动强度适中的体育游戏来代替这些传统准备活动,能够提高教学效果。

### 4.2 体育游戏在基本教学活动中的运用

在体育教学中,基本教学活动是中心环节,基本教学活动是衡量体育教学好坏的根本标准。在基本部分教学过程中,穿插和运用一些体育游戏,在许多方面有利于动作技能的形成和教学任务的完成。如在中长跑教学中可采用“耐力接力跑”“追逐跑”游戏;体操中采用“跳山羊”“过独木桥”等游戏;短跑的助跑技术教学中,选用“集体追拍”等游戏;投掷项目可适时地选用一些掷准、掷远游戏、分组比赛等游戏作为辅助手段,调动学生情绪,活跃课堂气氛,提高练习的效果,使学生在不知不觉中掌握技术要领,发展与教学内容有关的能力。

### 4.3 体育游戏在教学结束活动中的运用

在体育教学中,结束活动是为了平复学生的生理和心理情绪,使学生摆脱疲劳状态,促进机体的恢复。

## 结束语

因此,在体育教学结束阶段,开展游戏活动,要突出其趣味性和娱乐性的特点,增强其幽默感和趣味性。使学生摆脱体育锻炼的生理和心理的紧张状态,结束部分的游戏要结合体育教学内容、年龄、性别来进行,避免竞技性的内容,主要以放松性的内容为主,同时要有利于组织,并包含育人因素,使学生在欢快的气氛中结束体育课。

## 参考文献

- [1]李静.论体育游戏在中学体育教学中的应用[J].学周刊,2011(13).
- [2]李余松.初中体育选项课分层教学的实践初探[J].科学大众(科学教育),2019(03):45.