

体育游戏的游戏性

赵文斌

(内蒙古五原县第六中学 内蒙古 巴彦淖尔 015100)

[摘要] 体育游戏属于中学体育课堂中的常见教学方法。借助各种充满趣味性的体育游戏,不但能够调动学生的学习兴趣,还能够让学生在快乐的氛围下学习体育技能,同时对培养学生的运动能力、团队协作能力具有很大的作用。在中学体育教学过程中,合理开展游戏活动,能够发挥出非常好的效果。

[关键词] 体育游戏; 课堂教学; 学生运动

引言

体育游戏是体育运动范畴的一项内容,也是体育教师进行教学的重要手段。体育教师应根据课的教学任务,研究体育游戏的性质、特点,选择比较适合的体育游戏,把品德教育和身体练习有机地结合起来,才能提高教学效果激发学生运动的兴趣。在体育教学中,笔者尝试在课的准备部分加入体育小游戏,来培养学生浓厚的体育兴趣,激发学生爱学习、爱锻炼的良好意志品质。只有不断的完善自己,提高各方面的综合能力,才能让学生从心底里敬佩你、喜欢你。而得到学生的认可和信任,是体育课堂教学取得成功的前提。让我们牢记初心、不辱使命、高举中国特色社会主义的伟大旗帜,为实现伟大复兴的中国梦,不懈奋斗^[1]。

一、体育游戏在教学过程中的运用

合理运用游戏法改变体育技能教学过程中的单一训练形式,激发学生学习兴趣,在变化中提高学生动作技能,形成动力定型。中长跑原本是一项有利于学生心肺功能发展和意志品质培养的活动,但是一旦按照竞技比赛的要求去让学生被动地绕着田径场跑,则会让学生产生厌烦、恐惧心理,这不仅不能有效达成锻炼的目的反而会不利于学生身心健康。相反,如果采用一些通过各种形式为长跑赋予一定情景的长跑游戏,例如追逐游戏、越野跑等,就可以以一种更为轻松愉快的方式达成教学目标。此外,在球类运动的教学过程中,可以利用缩小场地和改变规则等以适应学生的素质和技术水平,这有利于帮助学生感受到体育学习的乐趣,这有助于激发学生学习积极性。提高学生身体质量和健康水平是体育教学的重要目标。因此,在体育教学大纲中,设计了科学、全面的增强学生身体素质的内容。由于本身所具有的技术难度大、身体负荷大、内容单一等特点,身体素质锻炼通常情况下会使学生产生抵触情绪,对学生身心健康发展会产生负面的影响。在单调的身体素质教学过程中加上体育游戏,能够增加学习过程的趣味性,充分调动学生参与锻炼的积极性。游戏教学法在中学体育技能技巧教学中同样适用,丰富多彩的游戏活动能吸引学生们的兴趣,调动他们的积极性,让他们在游戏中快速掌握动作要领,这同样也起到提高教学效率的作用。

二、借助体育游戏,优化体育准备活动

中学体育教学之前,最好能为学生准备一些热身运动,让他们的心肺器官和神经系统都能进入运动状态,防止因突然剧烈运动而导致的眩晕、抽搐等不适。传统的热身运动大多是慢跑或是做集体操,而且被教师长年累月反复使用,学生会觉得热身运动枯燥且疲惫,因此对热身运动十分懈怠。如果教师能将游戏教学法运用于热身运动中,如“开火车”“划龙船”等热身运动,这能给学生带来一些新奇感,学生对体育运动的兴奋性也会有所提

高。此外,教师也可以自己设计体育游戏,只要能调动学生身体的肌肉、关节、韧带的运动都属于热身运动,而且也能为新课的学习进行一定的铺垫。

例如,在教学“弯道跑技术”这一教学内容时,在热身环节可以给设计这样一个游戏:首先,在操场的中间画一个圆,然后,让班里的同学分成两组进行围绕接力跑,哪一组先跑完就胜利。这样,学生在这个过程中就能够充分感受到体育热身的趣味性,从而在这个过程中产生体育学习的积极性。

在中学体育课堂教学中,还有很多的热身运动都可以采取这样的方式,从而有效地促进学生体育学习的积极性,引导他们以一种积极的学习情感投入到体育学习中去。

三、体育游戏培养学生的创新精神和实践能力

创新精神和实践能力是衡量学生心理健康水平的一项重要指标。因为一项创新活动的完成,必须具有充沛的体力、饱满的精神和乐观的情绪。为此,体育教师在教学中应通过多种游戏手段来培养学生活跃的思维和丰富的想象及运用知识的实践能力等。比如体育游戏活动的安排要体现健身性、趣味性和实用性,以促进学生生理、心理和精神等方面的提升,获得成功和愉悦的体验。使他们能热爱体育活动,增强自尊心和自信心。此外,还可通过体育游戏教学方法的创新,以开发学生的潜能和完善学生人格,培养学生自学、自练的能力,并给学生营造合作学习的氛围,同时为学生提供机会,培养他们的创造力、竞争力。总之,在课堂教学中科学合理地安排游戏和运用体育游戏,可以充分调动学生的学习热情,发挥学生的主体作用,从而促进学生的身心健康,发展学生的身体素质,增强学生的组织性和纪律性。有利于教学任务的顺利完成。体育游戏不仅可以丰富体育课堂的内容,并能最终提高体育课堂学生活动的有效性^[2]。

四、结语

总之,体育游戏是完成体育教学任务的一条有效途径,把某些教学内容改编成游戏的方式来进行,可得到事半功倍的效果,而对于一些体育基本技术、技能、运用体育游戏来进行诱导教学,能够加快学生的学习速度,缩短熟练掌握技术技能的时间。体育教师要适应新时代新形势发展的要求,不断的学习、探索,逐步提高自身的素质和能力。

参考文献

[1] 佚名. 如何利用体育游戏提高学生锻炼的积极性[J]. 当代体育科技, 2018, 8(15): 123+125.

[2] 曹东明. 体育游戏增强趣味性的尝试[J]. 教育导刊, 1999(s3): 22-22.