

# 浅析高中体育游戏教学策略

乌恩其

(内蒙古通辽市库伦旗第二中学 内蒙古 通辽 028200)

**【摘要】**本文立足于高中体育教学角度,分析了高中体育游戏教学策略,希望具有一定参考价值。

**【关键词】**高中体育; 游戏教学; 课堂教学

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6261.2020.05.067

## 引言

随着教育改革的不断深化,课堂教学越发重要,因此,对于高中体育游戏教学策略的研究有着鲜明现实意义。

### 一、科学利用器材,创设趣味活动氛围

田径训练需要运用一些运动器材,教师在器材的选择上要体现一些创意,充分发挥器材的助学作用,给学生带来更多新鲜感,对激活学生参与田径训练的热情有一定作用。速跑项目有跨栏、起跑器、接力棒等;投掷项目有标枪、铁饼、铅球等;跳跃项目有沙坑、跳马、跳箱、海绵垫子等。这些器材是运动必不可少的客观物质条件。如果教师能够将这些器材整合运用,增加一些新的训练形式,必然能够赢得学生的青睐。

如障碍跑训练,教师将学生分成几个小组,让小组之间展开竞速比赛:跑道上放置了跳箱、跳马等障碍物,在起跑时,不能触碰这些障碍物,看哪一个小组能够在最短时间内完成赛程。小组成员需要全部到达终点才算数,小组排名倒数第一名,全组每人需要做俯卧撑20个。教师任务布置后,学生开始准备,小组成员商议战术。教师一令下,学生都快速进入跑道,课堂气氛瞬间被点燃,场面十分壮观。教师组织学生做好成绩记录,排出小组名次。教师借助一些体育器材,为学生设置了障碍跑训练任务,并利用竞赛形式进行调度,成功激活学生训练热情。因为有惩罚内容的存在,给学生带来更多心理触动。活动带有集体性质,哪一个学生都不想因为自己拖累大家,其训练热情被点燃,自然获得丰富训练成果。

### 二、适时引入游戏,提升学生参与热情

高中田径教学中引入体育游戏,其助学效果依然可期。高中生思想活跃,对体育游戏有更高接受度,教师在具体设计时,需要对学生兴趣取向有一定了解。体育游戏有不同年龄段要求,教师需要根据学生年龄段进行筛选。如“跑酷”训练,最受高中生的青睐,教师为学生设计这样的游戏形式,其助学效果更为显著。

高中生对体育游戏的痴迷虽然不如初中生,但只要兴趣性、互动性、竞争性足够,同样能够获得丰富运动动力。如跳马训练,教师根据学生运动意愿,为学生布置了不同的训练内容:自由跳马,学生可以根据自身运动水平,自行调节跳马频率;竞技跳马,分组对抗,从跳马动作质量上展开比较;跳马游戏,学生可以用不同方式展示跳马动作,也可以运用更多辅助手段,做跳马演绎,或者是滑稽表演。学生开始选择运动类型,教师根据学生选择情况分析,很快就进入到实践操作环节。在跳马游戏小组,学生开始了多种形式的训练创新,利用夸张的动作表情进行演示,也可以是互动性表演。在所有小组之中,唯有游戏跳马活动气氛热烈,不时引发轰动效应。教师为学生分组训练,巧妙植入游戏内容,而且是学生自创游戏,给学生提供更多创造契机。学生积极响应,课堂训练气氛火爆。

### 三、骨骼、肌肉特征与游戏教学

实现体育游戏与生理特征相结合的关键是要将游戏教学融入骨骼以及肌肉训练过程中,以此适应现阶段学生生理特征发展的实际情况。对高中生骨骼进行分析,由于该阶段学生身体处于快速生长的阶段因此骨骼的弹性较好,尤其是在关节活动的过程中可以发现骨骼的韧性较好,但是骨骼的硬度却比成年人差,学生在过度训

练或者在较大的外力作用下会对自身的骨骼造成影响,严重时将会出现形变的现象。从高中生的关节角度进行分析,在对成年人进行比较的过程中,可以发现前者关节的稳定性要较后者差,当在运动的过程中不注重保护关节或者外力较大的情况下将会出现脱位的问题。

为此在体育课堂教学的过程中,在与体育游戏相结合时要关注学生骨骼以及关节生长的实际情况,为了避免对学生身体造成不良的影响,在进行非对称练习的过程中要掌握好练习的时间,而在用力练习的过程中,教师更要加强重视力度,要避免长时间保持处于静止练习的状态,针对在练习过程中存在的过量重复练习的现象进行及时的调整。在肌肉训练的过程中,首先需要了解高中生肌肉的组成,在与成人进行比较的过程中可以发现学生肌肉蛋白质较少,肌肉的耐力较差在实际训练的过程中会经常出现疲劳的现象,但是在恢复时所需要的时间相对较少。因此,在利用体育游戏的过程中要对游戏的时间进行控制,保证游戏的强度在学生能够承受的范围之内,以此提升体育教学质量。

### 四、力量素质与速度素质

注重将力量素质与速度素质结合在一起,是提升体育教学质量的关键。一方面,从力量素质角度进行分析,是学生进行体育运动的基本组成部分,首先对7~15岁年龄段的学生进行研究,该阶段学生力量素质处于成长的关键期,并随着年龄的增长而增长,此时学生的腹肌力量也逐渐增强。因此在实际的教学环节中可以将能够提升身体力量的体育游戏应用其中。以传递能量球为例,可以将学生分成不同的小组,以比赛的形式完成要求学生在比赛的过程中将两腿的角度控制在良好的区间,在传球时要将手臂始终处于伸直的状态并结合学生身体素质的实际情况适当地调整姿势,以此增强学生的力量。另一方面,从速度素质发展的角度进行分析,对11~14岁之间学生速度素质情况进行了解,这一阶段学生的速度素质发展潜力较好在实际的体育教学过程中要结合学生所具备的该特点开展速度型的体育游戏教学活动。

### 结论

体育游戏在高中体育课堂教学中的应用方式具有多样性在实际的教学环节中要注重与学生的生理特征以及专项素质有效地结合在一起将骨骼以及肌肉教学与体育游戏相结合,以此有助于从整体上提升学生的身体素质,保证体育课堂教学的有序进行。

### 参考文献

- [1]王雪琴.试论体育游戏在高中体育教学中的应用[J].中学课程辅导(教师教育),2018(06):69.
- [2]施宣旭.浅析高中体育教学中培养学生终身体育意识的对策[J].读与写(教育教学刊),2018,15(03):103.
- [3]闵超.探讨体育游戏在高中体育教学中的合理运用[J].新课程(下),2018(02):175.
- [4]徐克友.新课改下的新教学方法——游戏在篮球技术教学中的合理运用[J].课程教育研究,2018(02):193.

# 高中美术鉴赏教学浅谈

赵福胜

(内蒙古通辽市库伦旗第二中学 内蒙古 通辽 028200)

**【摘要】**伴随着素质教育理念的不断深入,音乐、体育、美术教学已经逐渐受到重视,并成为提升学生学习能力和综合素质的重要途径。在高中素质教育背景下,加强学生的艺术鉴赏教育,提升了学生的艺术修养,帮助学生树立了正确的审美价值观,实现了学生的全面发展。因此,高中美术教师要认识到美术鉴赏课的重要性,并不断提高美术鉴赏课教学水平,以特色的美术鉴赏教育促进学生的全面发展。

**【关键词】**高中美术; 鉴赏教学; 有效策略

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6261.2020.05.068

长时间以来,高中阶段的美术教学重视的是训练和培养学生的绘画技巧,忽视了培养学生的鉴赏能力,这样就会严重影响学生在艺术方面想象力的充分发挥,以及在艺术方面评论水平的有效提升。因此,在当前新课程改革的背景之下,教师应该在实际的高中美术课堂教学当中重视培养学生的鉴赏能力,并且将其当成是一项非常重要的教学目标和任务,将其更好地贯穿和渗透于相关的教学活动当中,促进学生美术鉴赏能力的提升和发展。由此能够看出,加强对高中美术课堂教学中如何培养学生鉴赏能力的方法与策略的研究具有十分重要的作用和现实意义。

### 一、美术鉴赏课教学重要性

#### 1、有助于提高学生的综合素质

人对艺术美的感知并不是与生俱来的,而是通过一定的教育、培训等途径获得的。因此,加强美术鉴赏课教学,可引导学生对艺术以及艺术知识进行有效掌握,并在此基础上感受艺术的美感,进而促使学生在美学的鉴赏中,逐渐形成正确的价值观,并促使学生形成良好的品格,促使学生全面发展。

#### 2、有助于激发学生的美术鉴赏兴趣

美术鉴赏是一个巨大的、系统化的工程,学生必须要经过长时间的学习,并在潜移默化过程中逐渐形成。因此,教师在开展美术鉴赏教育中,通过引导学生参与到美术作品的鉴赏中,不断激发学生的情感,激发学生的艺术鉴赏兴趣。

#### 3、有助于培养学生的审美态度

在素质教育背景下,加强学生的美育教育已经成为人才培养的关键。而美术鉴赏课的实施,则可引导学生在对不同门类艺术作品的鉴赏中,感受到不同的艺术美感,并在此基础上逐渐形成不同的审美态度,进而提升学生的审美能力。

#### 4、有助于扩大学生的知识面

在进行美术鉴赏课程教学中,为了更好地引导学生对美术作品进行鉴赏,教师常常需要引导学生对美术作品中的意境和文化进行理解。而不同美术作品中的艺术意境和文化也存在一定的差异。因此,在大量的美术作品鉴赏过程中,学生所掌握和积累的文化也逐渐丰富起来,实现了学生知识面的扩充。