

# 试论高中体育与健康专项化教学中游戏的应用方法

朱德明

山东省平原县第一中学

**[摘要]**对高中阶段的学生来说,在开展高中体育与健康这一学科的教学时,除了要锻炼学生的身体素质之外,教师还需要有意识地借助专项化教学的方式来对学生展开相对系统并且专业的教学,真正的激发学生进行体育运动的兴趣,帮助学生掌握丰富的运动技巧,形成良好的体育运动习惯。本文从针对特征设计内容、创新游戏形式、设计合作游戏这三个方面入手,阐述了高中体育与健康专项化教学中游戏的应用方法。

**[关键词]**高中体育与健康;专项化教学;游戏教学;运用策略

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.10.1583

高中体育与健康这一学科的教学对于这一阶段的学生来说,存在相对重要的作用,因此这就需要教师在实际教学时能够运用游戏的形式来展开专项化练习,这样一来,不仅能够真正地调动学生学习的热情,还能够缓解学生在学习过程中所存在的抵触心理。通过引导学生积极主动地参与到体育游戏的过程中,将有助于学生掌握丰富的体育知识及技能,从而进一步增强学生的身体素质,促使学生获得全方位的发展。

## 一、针对专项运动特征,合理设计游戏内容

与传统的体育与健康教学模式相比,当前专项化教学的模式更具专业性以及系统性,因此对于培养学生的体育素养而言更具针对性。所以说这就需要教师在进行相关游戏形式的设计时,能够围绕着具体项目的特征以及学生的能力素养需求来展开,如此一来,所设计的内容将更加符合这一学科的教学要求,从而促使学生在游戏的过程中真正的掌握核心要领及技能<sup>[1]</sup>。

例如,教师在带领学生展开“排球”这一项目的练习时,便可以通过游戏的方式来对学生展开身体素质的培养。这一运动往往对于学生的上肢力量以及反应的灵敏度要求较高,所以说这就需要教师在实际教学时能够运用一些相对适合的游戏形式,对学生展开这两个方面的训练。在此过程中,教师要切记,不能仅仅依靠跑步以及拉伸的那一些活动去热身,这样的活动其实并不能够提高学生的上肢力量,而是应该要求学生积极主动地参与到颠球折返接力的游戏中。在游戏的过程中,教师需要要求学生进行小组的划分,各个小组间的队员需要间隔10m站立,在游戏的过程中需要由第一名学生开始颠球并跑到下一位学生的手中,以此类推,知道每一位学生都能够完成本次游戏即可。在游戏的过程中,不仅能够培养学生对于排球的把控能力,还能够进一步锻炼学生的上肢力量,从而有助于学生投入到更加激烈的训练中。

## 二、完成游戏形式创新,激发学生游戏兴趣

在之前的教学过程中学生也曾接触过一些游戏,但是这些游戏的形式相对而言比较老旧,与此同时也并不符合当前高中阶段学生的身心发展规律,因此将无法调动学生学习的积极性。所以说这就需要教师在实际教学中能够完成游戏形式的创新,进一步提高游戏的趣味性,从而促使学生积极主动地参与到游戏中,起到锻炼学生身体素质的作用与目的<sup>[2]</sup>。

例如,在实际教学时教师可以将大冒险这一游戏的形式进行创新,并将其融入到实际教学的过程中,教师可以选择在可控的范围内为学生设计一些隐藏的任务,而这些内容往往需要与专项能力的训练存在一定的关联。在游戏的过程中

就是需要对学生进行小组的划分,并且能够要求学生一小组的形式来进行相关任务的寻找已经完成,最终任务实现数量较多的小组将获得最终的胜利。就拿足球这一运动为例,由于高中阶段的学生具有较强的好奇心及探究的能力,所以说教师在发布教学任务时学生往往会具备充足的热情,并且积极主动地参与到游戏过程中,在完成的过程中能够有效地锻炼学生点球射门的能力以及运球的能力等等,从而进一步提高学生对于足球这一运动的技巧。

## 三、突出学生主体地位,设计合作类型游戏

学生作为课堂教学的主体,无论是在哪一个学科的教学过程中,教师都需要充分地突出学生在课堂教学中的主体地位,将课堂归还给学生,从而促使学生在自主学习一些合作探究的过程中形成良好的学科技能。因此,在高中体育与健康这一学科的专项化教学过程中,教师需要鼓励学生积极的展开合作及交流,从而发挥学生的主体作用,当然教师也可以为学生设计一些合作的游戏,通过要求学生在游戏的过程中探索相关的规则以及技巧,教育助于学生形成良好的体育素养。

例如,教师在带领学生展开“篮球”这一项目的学习时,由于这一项目属于团队运动,所以说对于队员之间的默契程度以及技巧的统一性存在较高的要求。所以说这就需要教师在平时教学的过程中,能够积极地为学生设计一些团队合作的游戏,以此来培养学生的合作默契程度。例如,教师可以要求每一个团队的学生在队内展开动态接球,传球的游戏,再次过程中能够有效地锻炼各个成员之间的默契程度。当然教师也可以为学生设计接力运球的合作游戏,从而锻炼学生的手感。在游戏完成之后,教师可以带领团队中的成员共同去回忆游戏的具体过程,并且能够积极地思考以及交流团队成员中技能以及战术方面所存在的优势以及缺点,并在今后的训练过程中进行优点的发扬以及缺点的改正,从而不断地提高自身篮球水平。

总而言之,游戏教学在当前高中体育与健康专项化教学的过程中存在着重要的作用以及地位,教师应对其进行尤其地注重,通过落实上述的各个策略,从而有效地增强学生运动的兴趣以及热情,锻炼学生的身体素质,进一步提高学生各个方面的综合能力。

## 参考文献

- [1]樊姝皎.体育游戏对高中体育与健康学科核心素养之运动能力的培养[J].青少年体育,2020(04):117-118.
- [2]刘元玲.指向高中体育与健康学科核心素养教学设计的建议[J].中国学校体育,2019(09):26-27.