

# 浅谈体育游戏在初中体育教学中的应用

张光雄

(贵州省罗甸县罗坝中学校 贵州 罗甸 550109)

**[摘要]** 初中体育教学更是实现素质教育、培养学生核心素养的关键之一。体育游戏教学是初中游戏教学中的一种创新教学形式，这种教学方法具有诸多优势，因此在初中体育教学中应用较为广泛。本文分析了初中体育游戏教学的优势，并探究初中体育游戏在初中体育教学中的有效途径。

**[关键词]** 体育游戏；教学；体育教育

作为初中体育教学的一个重要辅助手段体育游戏，从其产生之日起就吸引了广大学者的研究兴趣，并发表了大量的学术成果。体育游戏对促进中学体育教学的开展、提升中学体育教学质量的积极作用，已得到专家们的共识。

## 一、体育游戏在教学结束时的运用

一堂好的课堂教学，不仅需要精彩的导入、连贯的过程，更加需要一个画龙点睛的结尾，而体育教学作为一门实践类学科，更加应当如此。在高强度的体育训练之后教学不能强行中断、戛然而止，而应当循序渐进、因势利导地结束，避免学生因强度过高而出现身体不适。正如，运动员在长时间的马拉松训练结束后，需要进行一段时间的快走才能结束运动一样，否则会因为呼吸混乱而出现身体不适。为了能够快速地调整学生呼吸以及身体状态，教师可以借助一些体育游戏让学生的身体归于平静。值得注意的是，这些切忌再将体育游戏与技能训练相结合，不然则容易出现学生出现疲劳或精力不佳等现象。如，教师可以设置一些舞蹈、智力竞赛以及猜谜语等趣味性游戏，这些游戏的设置需要充分考虑学生的学习特点、心理特征以及兴趣爱好，让学生能够以一种放松的心态结束本次体育课堂，并让其对下次教学充满期待。以此让学生真正喜欢并爱上体育这门课程，通过主动实践训练锻炼自己的体魄与意志，促进身心健康的和谐发展，从而提高学生的体育技能，提升课堂教学质量，促进学生德智体美等综合素质全面发展的全面发展。

## 二、结合学生特点，合理设计游戏形式和内容

初中体育游戏教学中，教师要以中学生的年龄段、身体素质、心理素质状况为基础，开展符合学生特点的游戏教学形式和内容，防止因为不合理的游戏开展而造成学生运动损伤。另外，游戏教学既要体现体育教学的要求，也要符合学生的兴趣爱好，要尽可能丰富体育游戏内容，开展多种形式的体育游戏活动。在体育游戏的形式和内容方面，体育教师要不断创新和设计体育游戏。例如，进行球类训练时，基于初中生身心发展的需要，并遵循初中生喜欢竞技的心理特征，教师可以设计足球或篮球接力赛，让学生在运球过程中进行接力赛。学生按照教师的指令进行运球赛跑，输赢设置相应的惩罚和奖励。这样设计的游戏教学内容，既符合初中生的生理特点和心理特点，又能让学生掌握运动技能。教师可以结合学生的兴趣爱好、最新流行的游戏和音乐等进行体育游戏教学设计，以丰富的游戏形式和内容不断激发学生的学习热情。因此，学校要特别关注学生的生活体验，通过游戏比赛培养学生合作、自信、勇敢、公平

竞争及团队精神等良好品质，促进学生在身体、心理及适应能力等方面的和谐发展，提高其团结合作、抵御挫折的意识和能力。教师可以尝试开展学业之外的体育娱乐活动，帮助学生缓解学习压力，提高身体素质，让中学生在学校里能够全面发展，快乐成长。

## 三、体育游戏在教学过程中的运用

教学过程是初中体育教学的重中之重。在具体课堂教学中，教学过程最根本的目的在于帮助学生高效、快速地掌握相关的各种体育专业知识与实践技能，使其体育水平能够有一个质的飞跃。所以，在具体的教学过程中对学生提出更高要求。在传统体育教学中，大部分教师采用地都是重复练习以及动作示范等相关教学方式向学生传授新技能，虽然这些教学方式比较直观与形象，但是却过于重复与枯燥，长此以往，会严重打击了学生的学习积极主动性，降低学生的体育学习兴趣，阻碍体育教学质量的进一步提升。因此，在现代初中体育教学中，合理有效地运用游戏教学法进行课堂教学，提高学生体育学习兴趣与就显得尤为重要。

例如，在长跑体育教学中，由于这项体育项目主要锻炼与培养的是学生身体素质与心理素养，倘若在具体教学中，教师一味地让学生在田径场上反复、持续地奔跑，学生则很容易因为枯燥乏味而产生厌烦情绪。但如果教师能在教学过程中运用混合接力的体育游戏进行训练，让学生在团结与竞争的氛围中进行长跑训练，则能够最大限度地调动学生的积极性，让其主动投入其中，并在游戏活动过程中感受到体育学习的乐趣与魅力，并发自内心地爱上这门课程，从而在不知不觉中锻炼学生的意志，培养学生的身体素质，促进其身心健康的和谐发展，为其今后的学习与生活提供体力保障。

总之，游戏教学是体育教学中一种有效的教学形式，能够寓教于乐，促进中学生身心健康成长，初中教师要重视体育游戏教学活动的开展，积极探索有效的体育游戏教学模式，促进学生体育运动技能的不断提升，培养学生的体育综合素养，促进学生全面发展。

## 参考文献

- [1] 申昌华, 郑瑞菱. 初中体育课堂上游戏教学的应用研究 [J]. 现代阅读: 教育版, 2012.
- [2] 雷传明. 试论体育游戏在初中体育游戏教学中的应用现状及前景 [J]. 课程教育研究, 2016.

# 校园体育文化建设研究

郭杰

(湖南省常宁市官岭镇官岭中心学校 湖南 常宁 421518)

**[摘要]** 校园体育文化的形成将影响到学生体育价值观念和终身体育观的形成，对高校体育学科建设具有积极的推动作用，本文阐述了体育文化的内涵与结构，并对其功能意义进行剖析，并提出强化校园体育文化建设的策略与方法。

**[关键词]** 校园体育文化；功能；建设

校园体育文化是校园文化中与体育文化有直接或间接关系的校园文化的一部分。校园体育文化是对学生实施体育教育，促进学生身心全面发展，具有时代特点的一种群体文化。为了加深人们对校园体育文化的功能和价值的认识，充分发挥校园体育文化的教育作用，本文试图应用文献资料法、专家访谈法、归纳演绎法、综合分析法，对校园体育文化的功能和价值及其加强建设的对策进行研究，为推动校园体育文化的建设和发展起点推波助澜的作用。

## 一、校园体育文化内涵结构与重要性

“一个社会的文化模式和它的生活方式与个人的人格行为有密切关系。而且这种模式一经形成，它就会作为一种传统持久的存在下去。”文化的意义多在于此。体育文化是人类文化的有机组成部分，是关于人类体育运动的物质、制度、精神文化的总和，是社会文化的亚文化。体育文化包括体育认识、体育情感、体育价值、体育理想、体育道德、体育制度和体育物质条件等等。

校园体育文化从广义上讲，是师生员工在学校体育教学、体育工作和体育活动中过程中所形成的所有内容的总和。从狭义上讲，校园体育文化是指以学生为主体，教师为主导，以校园为空间所形成的文化形态。其结构内涵可分为三个层面：(1)表层文化：主要是显形的物质文化，表现为体育运动的形式，体育设施等可感觉到的形态，形成了特有的校园体育文化景观(2)中层文化：主要是混形的制度文化，是学校体育的综合形态，具体表现在学校体育组织、体育政策、制度、体制、管理体系、运动竞赛等。(3)深层文化：属隐形的精神文化，主要指校园体育的价值观、审美观、意识形态和体育心理等方面。

体育运动在我国的高校建设中其实并不完善，学生的运动量不高，尤其是女学生的活动量更低，学校对体育运动的不重视导致学生的散漫与漠不关心。不能打破对体育运动的厌恶心理就很难跟进学生的运动量，使学生的身体出现亚健康状态其主要因为学生的体能不断下降，身体的素质也将降低，这其中表

现，家长与老师甚至学生本人都很难发现。身体的健康问题严重影响着心理状态，长久下去，学生的全面发展教育理念将不能得到实现。因为学校的体育教学体系是学生在日常生活中能够强身健体的最有力的平台，体育教育是国家践行素质教育，建设全能人才方针的不可或缺内容。加入体育游戏活动，并加以融合采茶戏的文化因素，这可以创新体育教学的方式，不仅展现出体育学科的魅力也可以发扬传统文化的主要内容。学生通过参加体育游戏，可以增进身体素质并提高体育教学的有效性。

## 二、校园体育文化功能

### 1、教育功能

校园体育文化在培养社会所需人才的总目标中担负着不可替代的重任，它通过有计划、有组织、有目的的训练、竞赛和课外俱乐部等活动内容而形成一种有意义的校园体育文化氛围。在这一活动中，教师“传道、授业、解惑”。一方面，他们通过各种形式传播体育文化知识，另一方面，他们又是一支稳定的校园体育文化主体，指导学生向着健康而有序的方向永无止境地发展。这不但促进学生增长体育才干、增进其身心健康，而且还培养学生树立崇高的理想和锻炼坚忍不拔的意志。

### 2、育人功能

校园体育文化、体育教学以及其它课堂教学等方面共同担负着育人的责任。丰富多彩、健康活跃的校园体育文化可以弥补体育教学和其它课程教学的不足，促进学生的体育知识、体育技术、体育技能的学习，拓展学生的知识领域，锻炼学生身体素质、身体机能、体育能力、自我锻炼能力及独立思考能力，也为展现学生个性创造了理想的环境和条件，有利于增强学生的自信心和社会活动能力。总之，校园体育文化的育人作用，主要是提高学生的身体素质、思想道德素质和科学文化素质，培养有理想、有道德、有纪律的一代新人。

### 3、娱乐功能

在大学校园里,繁忙的教学科研工作,学生的紧张学习,使师生感到焦虑和疲劳。而校园体育文化可以松弛情绪,消除疲劳。在丰富的校园体育文化中,不管是竞技项目还是休闲项目,普遍都带有浓厚的娱乐色彩,这正迎合了师生的生理、心理特点和文化的需要。在这些活动中,师生暂时忘掉了在工作和学习上的烦恼、焦虑和紧张等心理压力,获得精神愉悦与自由,保持了乐观情绪。而且还能通过体育活动的氛围达到陶冶情操,净化心灵,享受生活乐趣的目的,有利于人们身心和谐健康的发展。

### 三、加强校园体育文化建设的对策

#### 1、加强体育与健康相关知识的宣传力度,营造浓郁的体育文化氛围

在体育课堂教学之外,通过讲座、辩论赛、知识竞赛等手段,借助标语、图片、广播、电视、录像、网络等媒体,对学生进行长期的、系统的体育文化宣传和渗透,使学生充分认识体育的价值和体育锻炼的意义,逐步树立正确的体育价值观,逐渐培养体育参与意识,最终促进“享受体育”的健康生活方式的形成。

#### 2、加强体育教学与课外体育锻炼的有机结合,并渐进实现“一体化”

学校体育教学与课外体育锻炼相结合是未来学校体育的发展方向,它能最大限度地为学生体育生活化提供强有力的物质支持、技术支持和时间保障,有利于学生终身体育观念的形成和终身运动习惯的养成。

3、加强校园体育社团建设,提高学生主体参与意识和组织管理能力,丰富学生课余生活。

学生社团活动能有效激发学生主体性参与体育活动的积极性,能充分满足学生各种体育兴趣和体育爱好,还能带动一批学生参与到体育活动之中。当然,体育社团建设不能流于形式,而应长期的、系统地开展扎扎实实的体育工作。

#### 4、完善校园体育文化的规章制度,加强体育场地设施的建设

首先必须建立一套切实可行的学校体育规章制度,将规章落到实处,以促进进校园体育文化的开展。其次要加强学校体育场地设施的建设。因此,加强校园体育文化物质条件的建设,包括建造体育场馆,添置设施,并合理使用已有的体育场地设施和体育用品都是重要的,因为它对促进学生体育锻炼行为具有一定的诱导和保证作用,有利于校园体育文化的建设和发展。

#### 参考文献

- [1]薛萌.校园体育文化与学生体质健康的发展对策研究[J].体育世界(学术版),2018(12):183-184.
- [2]张晚念.高校体育竞赛对校园文化影响研究[J].当代体育科技,2018,8(33):139-140.
- [3]韦明耀,陆锐.浅析高职院校校园体育文化建[J].教育现代化,2018(47):349-350.
- [4]朱飞.新时期校园体育文化的构建思考[J].体育世界(学术版),2018(11):120-121.
- [5]陈春平.体育赛事在促进高校校园文化建设中的作用[J].当代体育科技,2018,8(32):97-98.

## 拓展训练在高中体育教学中的应用研究

付俊艳

(河北省盐山中学 河北 沧州 061300)

**[摘要]**高中生的性格特点较为叛逆,自尊心较强。在学习方面面临的竞争非常大,导致在日常学习中压力也较大。高中的体育教师要针对学生的这一性格特点,利用科学的教学方法培养学生的团队协作能力,提高学生的心理抗压能力。使学生能够在竞争激烈的学习环境当中适应,并且提高自己的学习能力,从而为将来的大学生活打下坚实的基础。

**[关键词]**拓展训练;高中体育;创新教学;应用

### 0 引言

教师要积极的拓展学生的思想使学生能够积极的融入到高中体育教学当中,积极的进行锻炼,从而培养学生的坚强意志。并且提高学生的团队协作能力,使学生在以后的学习和生活中更好的提升自己,培养自己的综合素质。教师要利用拓展训练和传统的体育教学相互融合,使高中体育教学更加具有灵活性,从而提高体育教学的质量,培养学生的学习能力。

#### 1 拓展训练理论概述

拓展训练的概念起源于二战时期,德国的潜艇袭击了英国的商务船,使得船中的许多海员丧失了生命。领导者通过这一情况展开研究,发现生还者都是求生意志比较强的人,所以领导者对年轻的海员进行锻炼。使他们的求生技能和意志力得到提高,被称为拓展训练。拓展训练以后被用于各种企业管理和人才培养当中,加强了对人员的培训,提升了人员的素质。所以在体育教学过程中,积极的使学生进行拓展训练,能够加强学生的学习能力,使学生能够在拓展训练当中全方位的提升自己,从而为以后的学习和生活都能打下坚实的基础

#### 2 拓展训练教学特点

在教学过程中,教师运用的拓展训练能够有效的提升学生的心理承受力。学生通过拓展训练可以更好的接受体育项目的引导,培养学生的思想感悟和对体育运动的认知性。在拓展训练的过程中,学生接触一些具有难度的训练动作,从而考验学生的意志力,使学生能够在极限的训练当中提升自己,教师在这个过程中要注重科学性的引导,使学生在克服困难之后能够体会到胜利感和自豪感,从而激发学生的学习热情,树立学生的体育锻炼信心,教师还要使学生认识到自己的不足,从而让自己约束自己,提高自己的综合能力,完全的投身到体育锻炼当中。

#### 3 拓展训练在高中体育教学中的应用策略

教师要利用拓展训练的模式来保障体育课程的目标,能够顺利完成,使学生在体育锻炼当中提升自己的综合能力,拓展训练和体育教学有机的结合是体育课程日后的发展趋势,教师也要在这个过程积极的进行引导和促进,使学生能够更好的投入到体育学习当中,营造一个和谐高效的体育学习课堂。使得体育课能够激发学生的潜力,挖掘学生的学习热情,加强学生对学习的毅力,提升体育教学的质量。

##### 3.1 丰富课堂教学内容

高中体育教师在进行教学阶段避免教学内容过于单一,使学生在上课的过程中感觉到乏味和无聊,从而对数学学习无法提起兴趣和树立对体育学习的信心,我会对体育学习产生厌恶的心理。教师要想摆脱传统的教学模式,就要结合科学的教学策略,灵活的运用体育教材,创立开创性的教学策略,使学生能够积极的参与到体育锻炼当中,从而拓展学生的身体和心理能力,使学生能够在体育锻炼当中得到全面的成长。教师在拓展学生体育锻炼的过程当中,要结合学生的兴趣爱好来设计相应的教学,例如穿越火线、过障碍网、障碍冲刺等训练科目,使得学生都能积极的参与到其中,激发学生的锻炼热情,使学生能够在游戏的过程中提升自己的身体素质,使高中体育教学能够得到更好的发展。

##### 3.2 激发学生学习兴趣

教师在教学过程中要积极的引导学生,使学生能够对体育学习产生一定的兴趣。在传统的教学过程中,教师无法以学生作为课堂的主体,使学生在体育学习当中处于被动阶段,无法提高学生的积极性,从而使学生无法积极的融入到体育教学当中。教师要通过这一问题来进行积极的引导,增强学生的学习热情,将拓展训练融入到体育教学当中。激发学生的主观能动性,使学生能够提高自身的素质加强,对体育学习的热情,在体育锻炼当中提升自己,从而培养自己的坚强意志。

#### 3.3 培养学生团队协作意识

教师在引导学生学习的过程当中,要积极的发挥学生的团队协作能力,使学生能够感受到集体荣誉感,从而提升学生的学习热情。在传统的教学过程中,学生作为一个单独的个体,教师如果不能促进学生的交流,学生一直沉浸在自己的圈子当中学习,从而导致学生无法激发思维模式。所以教师就可以针对这个问题来制定相应的改革措施,拓展训练,可以使学生能够进行团队协作,使学生在学习过程中能够进行分小组合作探究的模式,进行共同训练,共同提升,使学生快速建立起信任感,增强学生的学习能力和锻炼的气氛。这对学生的学习能力起了很大的帮助。

#### 3.4 教师提高自身综合素质

教师在拓展训练的过程当中,加强对自身素质的提高。在高中体育教学过程中,由于拓展训练内容比较多,所以说很多项目具有一定的风险性,会对学生造成训练危险。所以高中教师要进行专业的培训和技能提高,使教师在进行拓展训练的同时,能够保证学生的人身安全,使学生能够在体育锻炼中健康的成长和提升。学校要积极的完善教学设备,加强对场地的投入,配合教师进行拓展训练,使学生能够在丰富的教学设备之下,体育学习产生浓厚的兴趣,从而提升学生的身体素质,加强学生的心理能力培养。

#### 4 结束语

综上所述我们能够看出,教师在拓展训练的过程中要合理的选择拓展训练的内容。要根据学生的性格特点和性别选择一些具有针对性的训练科目,使学生能够良好的进行锻炼和培训,提高学生的综合素质,使每一个学生都能得到健康的成长和积极的引导。教师在引导学生锻炼的时候,一定要把学生的安全放在首位,由于学生在拓展训练过程中接触的都是体育器材,存在一定的危险性。所以教师一定要按照拓展的流程来保护学生的身体健康,使学生能够具有安全的意识,避免在拓展训练的过程中受到不必要的伤害,使学生能够快乐的进行拓展,进而提升自己的综合素质。

#### 参考文献

- [1]田海涛.中学开展拓展训练的可行性及其必要性[J].文体用品与科技,2017(10):216-217.
- [2]王晓萌,严亚顺.拓展训练在上海市中小学阳光体育中的应用[J].内江科技,2016(12):173-174.
- [3]朱寿生.试论高中体育教学中拓展训练的应用[J].福建教育学院学报,2018,19(11):75-76.
- [4]李俊德.对高中体育教学中拓展训练应用的几点探讨[J].体育世界(学术版),2018(08):10+8.