

# 体育游戏在高中体育教学中的运用

姜伟

山东省胶州市第一中学

**[摘要]**高中体育教学是高中教学的一个重要环节,因此,要不断地扩展有效的教学策略,使学生不会觉得乏味。体育游戏的引进,能有效地激活学校的体育课堂,提高教学质量。在目前的大环境下,教师必须吸取国外先进的教育思想,选用合适的运动来提高教育的质量。在运动游戏中,老师要培养学生的积极游戏意识,培养他们对游戏规则的探索,使他们能自主地讨论游戏,发现游戏的诀窍,在体验乐趣的同时,还可以增强运动技能。

**[关键词]**体育游戏;高中体育;体育教学

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.04.555

体育游戏是体育教学中不可缺少的一部分,它可以丰富课堂教学,活跃课堂氛围,提高学生的学习兴趣,提高教学质量。在引入运动游戏时,应注意学生的实际状况,尽量综合各方面的突出因素和相关的影响,使其真正发挥出来。在课堂上,能有效地处理各种突发情况。

## 一、体育游戏在高中体育教学中的应用特点

### (一)思想性

在高中的时候,学生们的注意力都放在了学业上,对体育课并没有太多的关注,而游戏,则可以让他们的心态和意识,让他们在运动方面更加的活跃,在这段时间里,老师会让他们自己去探索运动的规则,从而发现自己的运用方式,从而在比赛中获得乐趣,得到心理上的满足,从而产生对游戏的期望。

### (二)竞赛性

在比赛中,老师可以引导学员们注意安全,注意保护自己,让自己的实力和团队的最大能力都发挥出来,在比赛的时候,他们可以充分的感受到团队的强大,一开始的时候,学生的学习还比较轻松,但是在竞争的时候,学生们都会竭尽全力,不想成为队伍的累赘。

### (三)广泛性

游戏的种类繁多,可以根据学生的兴趣来设计,可以根据不同的学生的需求,自由的改变游戏的内容,让每个人都可以参加,这是一种百搭的运动。

## 二、合理选择体育游戏

高中生还在发育,对游戏的兴趣和可操作性都很强。老师要根据自己的喜好,选择合适的游戏,让自己的身体更好的融入到体育教学中,这就意味着,要掌握好自己的游戏节奏。游戏既要有趣,又要符合现实,还要兼顾学生的素质和兴趣,要选一些能激发他们的热情和斗志的游戏,让他们参与到运动中来,保证整个班级的秩序,让他们得到充分的锻炼和提高。比如,在篮球教学中,可以安排篮球运动中的投篮、接球、运球等项目。

## 三、做好游戏准备工作

在组织体育活动前,老师要确定场地的规模,并保证所需的设备是否齐全,以保证教学活动的顺利进行。老师要考虑合理的奖励和惩罚,保证学生在课堂上提前或在课堂上熟悉有效的教学内容,为游戏的进行打下坚实的基础。在比赛开始前,应鼓励同学们进行大量的热身运动,以避免因激烈运动而造成伤害。在正式上课之前,可以通过玩游戏,比如玩一些游戏,比如玩一些简单的游戏,比如玩一些简单的游戏,比如热身,比如一些无聊的热身运动。

## 四、体育游戏在高中体育教学中的意义和作用

### (一)增强团队意识

现在的高三学生大多是独生子女,而且他们往往被宠坏了,往往自我为中心,因此他们很少有团队精神和集体精神。在以的高中体育教育中,很少能有效地训练学生的团队精神和其他素质。在高中体育教学中,体育游戏的运用越来越受到人们的关注。因为在运动类游戏中,有许多需要学生配合的项目,所以运动类游戏可以让学生的关系更加紧密,也可以有效的提高学生的集体意识。所以,将体育教学运用到高中体育教学中,可以有效地提高学生的集体合作能力。

### (二)提高注意力

在传统的体育教学中,由于课堂上的氛围通常是单调乏味的,所以许多学生对体育的学习并不感兴趣。因为这个时候的高中生,正是青春最旺盛的时候,所以对于这种重复的、机械化的学习方式,他们是十分排斥的。因而,高高中生在进行体育教学时,其学习动机逐步减弱,注意力水平也会随之下降。同时,许多体育教师在进行体育教学时,往往只顾自己的进度,忽视学的进展和学习的状况,导致了体育教学不能取得较好的教学效果。在高中体育教学中运用体育游戏,既可以创造一个很好的教学环境,又可以充分调动学生的学习热情和积极性,使其积极参加体育活动,达到提高教学质量的目的。

### (三)增强抗压能力

随着社会的发展和经济的发展,高高中生的生存和学习环境发生了很大的变化,而高中生的心理压力也在逐渐的降低,所以大部分人对于失败的忍耐力都很低。而在高中的体育教学中,运用运动游戏,不但可以提高他们的心理素质,而且可以让他们更好的认识到自己的成败。在这个游戏里,有些人会成功,有些人会失败,所以我们要学会正确的对待,不要太在意。运动不仅可以让高中生在挫折面前磨练自己的意志,也可以让他们明白,只有通过不断的努力,他们才能在游戏和生活中取得更大的成就。

## 五、体育游戏在高中体育教学中的运用

### (一)根据课程的需要进行游戏教学

高中体育课的目标是:通过对学生进行某种健康的锻炼,提高其运动意识,树立正确的体育理念;同时,要加强对体育教学的训练,提高体育教学质量。将游戏教学与高中体育相结合,要求广大体育教师根据不同的课程内容,合理地选用游戏教学。例如,某些课程并不适宜于游戏教学,教师无法强制安排游戏教学;一些课程,必须要融入到游戏中,才能让教师们轻松一些。因此,在高中体育教学中,要不要把游戏教学融入到高中体育教学中,就必须对其进行认真的筛选,然后才能做出正确的选择。比如,在课堂上做热身,并不需要借助游戏

来做,这只是一个热身的过程,如果加入到游戏中,就会影响到所有人的训练效果。在游戏教学中,教师既要做游戏的组织者,又要把游戏的规则告诉大家,又要在游戏教学中充当裁判,以防止学生之间出现纠纷。

### (二)以兴趣为基础的游戏教学

“最好的导师,就是兴趣。”因此,在高中体育教学中,教师要在坚持“兴趣”的基础上,积极开展体育教学活动。只有这样,学生们才能更好地参与到教学中来,才能更加积极地进行游戏教学。游戏教学的本质就是通过一种竞争、一种凝聚力,让学生投入到课堂中,当一个人对自己的运动失去了兴趣,那么游戏的竞争就会变得索然无味,教学效果不会提升,身体素质也不会增强。高中体育教师在培养学生的体育兴趣后,要根据学生的兴趣来选择教学内容。体育教学的目标是一致的,所以,在达到目标的前提下,可以在课程内容上做出相应的调整。比如,高中的老师,为了提高他们的弹跳力,可以让他们自己去挑选一些相关的运动。篮球,跳绳,跳远,等等。教师不必把学生限制在一个圈内,让每个人都做一种运动,这会使教学变得枯燥乏味,使他们逐渐丧失对体育的兴趣。因此,在游戏教学中,游戏教学的选择是非常关键的,它直接关系到学生的积极性和学习的有效性。

### (三)竞赛中的双人博弈

游戏以培养平衡、团队合作能力为主要内容,可设置竞赛形式,由两人一组,逐步发展为多人合作,以配合同学的身体素质。背靠背,拿着一把折叠好的枪,或者用手指模仿一把手枪,面向观众席(剩下的)的学生,前面是两个人的向导,后面的学生要跟前面的学生保持同样的姿势,老师负责指挥,还可以让在旁边看着的学生充当指挥官,下达“立正”“稍息”“原地踏步”“左右转身”“齐步走”“跑步走”“蹲下”“起立”“直奔前方,刺杀!”在此过程中,若有排球落地、动作不协调等情况,将被淘汰,而等候的同学则会重新组织队伍,逐步增加口令的难度,加速口令,让游戏变得更加有趣。

### (四)课后运动游戏的应用

在高中体育教学中,“终身制”是一项十分关键的工作。在教学结束阶段,体育游戏常常被忽略,但对学生心理和机体的放松具有特殊的作用。最后一节的“好”和“坏”都会影响到下一节课的学习热情,因此,体育老师要特别注意这一环节。比如,在整理过程中,加入一些具有较强的趣味性、节奏感和运动量较少的运动项目,能让学生身心得到充分的放松,从而达到心理上的调整。

### (五)体育竞技活动的科学引导

部分高中生体质偏弱,传统的体育教学存在困难,教学内容单一,容易使学生产生恐惧。因此,要改变传统的课堂教学模式,就必须通过体育游戏来改变过去存在的问题。例如,老师要训练学生的下肢力量和弹跳,可以增加负重跑、跳大步、跳跳、接龙。在训练学生的上肢力量时,可以增加两个人之间的角力和投掷。学生参与运动的动机较高,有利于提高学生的学习态度。教师要运用科学的教学方法,防止学生过度运动,防止操之过急。在运动比赛中,要及时掌握学生的实际情况。要注意那些体质较弱的学生,要多加注意,多加注意。在运动项目中,还会发生突发事件,老师要注意观察每一个细节,并掌握设备的损伤,一旦发现问题,

必须立即停止比赛,以免造成伤害。在小组练习中,老师要掌握学员的体能状况,并根据学员的体能状况进行适当的调配,以保证学员的整体水平得到提高。为了保证各个团队的实力都是一样的,为了不让学员们产生抵触情绪,为了不让学员们产生抵触情绪,还可以让学员们充当裁判,减少学生们对老师的依赖性,让老师们有机会参与到游戏中来,和同学们一起玩,起到很好的示范作用。

### (六)充分发挥学生主体作用

为了使体育活动更好地发挥高中体育教育的功能,应充分发挥学生的主体性,使其成为体育教学的主体。所以,在进行体育教学时,应注意参照学生的个人观点,合理地融入到体育教学和运动中,提高学生对运动的兴趣和兴趣,使他们在学习中起到主导作用。比如,在篮球运动项目的训练中,教师要鼓励高中生积极发散思维,开拓思维,不断地开发创新的运动游戏和模型,让学生对运动的学习和参与感兴趣,积极的参与到运动中来,从而达到提高体育教学质量的目的。

### (七)注重对比赛的评估

在进行体育游戏时,既要注重比赛过程,又要注重最终评估。老师要根据学生的真实情况,写出对运动的评价,并对运动中的缺点和优势进行归纳,使学生能更好地理解和掌握运动中的要点。在实际评估中,可以对在比赛中发挥出色的同学进行表扬,并鼓励他们保持良好的心理状态。同时,也要鼓励同学们提高学习成绩,努力提高自己的成绩。老师不应该吝惜自己的激励,应该激励和奖惩。此外,还应使学生掌握应付突发事件的办法,以保证教学的安全。

### (八)体育游戏的创新性

体育游戏在体育教学中的运用,必须不断地进行创新。在编写创意运动游戏时,应充分利用学生的心理特征,编写出具有智力和趣味的运动游戏,以达到更科学、更合理的目的。

## 六、结语

总之,把体育游戏运用到高中体育教学中,既可以增加体育教学的多样性和趣味性,又可以促进教学内容的多样化,促进教学形式的多样化和趣味化。在制定运动项目时,要做到简洁、明晰,并将教育要素科学地导入,使学生在轻松愉快的环境中完成运动教学。教师要根据体育教学的实际情况,创造更多新颖的活动,引导学生积极参加,培养学生的肢体活动,培养他们的思维,增强他们的运动能力。

## 参考文献:

- [1]张五平,董立,彭福栋.体育院校体育游戏课程教学改革思考[N].成都体育学院学报,2005年06期.
- [2]王晓.关于体育游戏基本理论问题的初步研究[N].南京体育学院学报(社会科学版),2002年03期.
- [3]白应彬,詹应富,陈向航.论高中体育教学中的趣味性教学[N].兰州教育学院学报,2011年04期.
- [4]司巧珍.论体育游戏在高中体育教学中的运用[N].吉林省教育学院学报(中旬),2012年04期.
- [5]赵云飞.高中体育教学中游戏方法的合理运用探讨[J].当代体育科技,2014(19).

作者简介:姜伟,(1991.3-),男,汉族,山东青岛,二级,研究生,研究方向:高中体育。