

# 体育游戏在高职院校田径教学中的运用

刘一民

长春师范高等专科学校

**摘要:**随着体育教育理念的不断发展,体育游戏在高职院校田径教学中的运用成为备受关注的话题。在这个充满活力和创新的年代,传统的田径教学模式逐渐受到挑战,而体育游戏则为培养学生的综合素质提供了新的可能性。本文主要研究了体育游戏在高职院校田径教学中的应用策略,希望能够为提升教学效果和学生参与度提供新的思路。

**关键词:**体育游戏;高职院校;田径教学

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2022.12.155

近年来,高职院校田径教学中正逐渐引入体育游戏的元素,这为传统的教学模式注入了新的活力。体育游戏作为一种融合了游戏性和体育元素的教学方式,可以激发学生学习兴趣,而且还能促使学生在轻松的氛围中积极参与,从而提高学习效果。通过对这一种创新教学模式的研究,有望为高职院校田径教学注入更富有活力和创意的元素,从而促进学生全面提升体育素养。

## 一、体育游戏的定义与特点

体育游戏是一种结合体育运动和游戏性质的活动,其强调娱乐性和参与性,希望利用这种教学方式能够促使学生在愉悦的氛围中享受运动的乐趣。体育游戏这一概念的独特之处在于其强调互动和合作,体育游戏通常要求学生通过合理的规则与对手或队友进行互动,从而培养团队协作和沟通能力,这种互动可以发生在比赛中,也可以贯穿于整个游戏过程,因此就会激发学生对运动的积极参与。

灵活性是其主要特点之一,体育游戏可以因场地、规则或人数的变化而呈现多样化,这种灵活性使得体育游戏适应各种环境和学生的特点,从而增加了其受欢迎程度,同时体育游戏注重乐趣和娱乐,通过引入创新元素和趣味性规则,使学生在训练身体的过程中,还可以享受和社交。

体育游戏也强调全面发展。学生在游戏中可以锻炼身体素质,而且还培养了学生的战略思维、团队协作、领导力等多方面的能力,这就使得体育游戏成为一种全面促进身心健康和社交发展的娱乐方式<sup>[1]</sup>。

## 二、体育游戏在高职体育教学中的作用

### (一) 体育游戏激发学生兴趣

相较于传统的单一体育项目,体育游戏中因为有了娱乐元素使得学生更愿意积极参与,引入趣味性的规则和创新的创意设计,体育游戏使体育课堂变得更加生动

有趣,这种趣味性能够打破学生对体育的枯燥印象,激发学生主动参与、积极学习的欲望。体育游戏的多样性也符合学生的不同兴趣和需求,学生可以在多个体育游戏中选择适合自己的项目,从而更好地发现和培养自己的兴趣爱好。

### (二) 体育游戏培养团队协作能力

体育游戏中要求学生需要在游戏中与同学合作,以此来培养学生的团队协作能力,在这样的游戏环境中学生必须相互沟通、相互协助,以此来共同完成任务或达成目标,这种团队协作的方式可以促进学生的集体观念,使得学生在团队中可以发挥领导力和承担责任的能力。同时体育游戏中利用竞争和合作相结合的方式让学生更好地理解竞争与合作的平衡,让学生可以学会在竞争中保持友好关系,在合作中追求个人进步。

### (三) 体育游戏促进全面素质的提升

利用体育游戏开展教学的过程中,可以设计不同类型的活动,以此来全面发展学生的身体、智力和情感。例如一些需要策略思考和规划的体育游戏能够提高学生的智力水平;而一些注重团队协作和沟通的游戏则有助于培养学生的情感管理和社交能力<sup>[2]</sup>。

## 三、体育游戏在高职院校田径教学的应用现状

### (一) 田径教学的重视程度不高

一些高职院校对体育的认知仍停留在传统的体能训练和技能培养层面,并不关注运动的娱乐性和社交性,这种传统观念影响了教师和学生对于体育游戏的认知,使其在田径教学中的应用受到限制。而且田径项目通常需要较大的场地和专业设备,但一些高职院校由于经费不足或场地限制就无法提供足够的支持和条件,使得体育游戏的开展面临着实质性的困难,由于这种局面很容易限制学生在田径教学中接触和参与体育游戏的机会。另外,当前一些高职院校的体育教学评价主要偏向传统的

体育测试和成绩评定,而对于体育游戏参与和团队协作能力等方面的综合考量并不关注,所以在田径教学中也让教师和学生更倾向于注重传统项目的训练,对体育游戏的开展没有足够的动力。

### (二) 田径教师的教育思想与教学模式相对落后

高职院校田径教学中,田径教师的教育思想与教学模式相对落后,这个问题的存在直接导致田径教学的创新和适应性不高,使得学生在体育学科中的学习体验进一步下降。很多田径教师喜欢固守传统的教育思想,教学中只强调体能训练和技能培养,并不强调体育的娱乐性和社交性,这种传统观念导致教师在课堂上更倾向于重复传统项目的教学,没有重视体育游戏的引入,所以教育思想的滞后使得田径教学无法适应当今学生对多元体育体验的需求。而且还有些田径教师在教学模式上相对保守,倾向于按部就班地传授技术和规则,较少涉及创新性和趣味性的教学设计,久而久之,这种教学模式的使用,其局限性就体现出来了,直接造成学生的学习兴趣下降,使得学生对田径项目的学习显得单调乏味<sup>[3]</sup>。

### (三) 学生参与兴趣不高的问题

在过去的体育教育中,学生一般会将体育视为体能锻炼和技能培养的手段,体育游戏则一般被误解为娱乐活动,这与传统体育教学理念有所脱节,而且这种传统观念的影响使得学生对体育游戏的认知存在偏差,因此学生表现出参与兴趣不高的情况。还有一些学生对新颖的体育游戏规则和玩法感到陌生和不适应,这种情况也会影响学生的兴趣参与,由于传统的田径项目规则相对固定,但是体育游戏需要制定创新的玩法和多样化的规则,因此就需要学生花费一定时间去适应和理解。这种游戏的存在对于那些变化较为敏感的学生而言,成为阻碍学生参与的一项因素。此外,高职院校学生面临的课业压力也较大,体育课在时间上容易受到限制,使得学生更喜欢选择传统的体育项目,认为这些传统的方式就可以达到锻炼身体的目的,因此对于游戏形式的体育活动表现出较低的兴趣。

## 四、体育游戏在高职院校田径教学的应用策略

### (一) 充分调动学生学习积极性

首先要重视建立积极的学习氛围,田径教师在教学中要注意保持热情洋溢的授课风格、友好亲切的态度以及鼓励和支持的言行举止,课堂上要营造一个积极向上、轻松愉快的学习氛围。在体育游戏中,教师的角色

是教学活动开展的传递者,同时要做好教学中引导者和鼓励者的角色工作,教师要通过亲和力和正面激励去激发学生内在的学习动机,使其更愿意参与到课堂中,然后就可以形成积极的学习态度。其次应该制定明确的学习目标和规划学习过程,以此来作为教学目标激发学生的学习兴趣和规划学习过程,以此来作为教学目标激发学生的学习兴趣和规划学习过程,通过设计具有挑战性和趣味性任务的方式,使学生在完成任务的过程中获得成就感,利用这样的学习设计去激发学生对学习的主动探索欲望,使其更加积极主动地参与到体育游戏中。再次,要注重个性化教学并以此来满足学生不同需求。体育游戏应用到高职院校的田径教学中时,应充分考虑到学生个体差异,而后结合个体差异选择差异化的教学方法和个性化的指导,以此来满足学生多样化的学习需求。同时教师应该重视去了解每一位学生的兴趣爱好、体育水平和学科特长,然后就可以根据个体差异有针对性地调整教学内容和难度。结合个性化教学的方法才可以让学生更容易找到自身的优势和发展方向,从而更加主动地投入到体育游戏的学习中。最后要重视及时引入竞赛和团队协作元素,以此来激发学生合作与竞争的热情。教学中教师应通过设置小组竞赛或团队协作的任务,让学生通过合作共赢或通过竞争获得成就感。通过竞赛和团队协作的形式,让学生更容易产生对学习的浓厚兴趣,提高学习的积极性<sup>[4]</sup>。

### (二) 提升学生的田径水平与技能

在高职院校田径教学中,教师需要重视根据学生的个体差异、运动水平和田径项目需求去精心设计训练计划,在这个计划中应涵盖全面的训练内容,尤其应该包括跑步、跳远、投掷等多个田径项目。在计划中还需要科学地安排训练强度、周期和频率,从而确保每个学生都能够在适宜的环境下逐步提高自身的田径水平。为确保训练计划的贯彻执行,教师也应该设立定期的训练目标和评估机制,用这种方式去监测学生的进步情况,从而能够根据变化及时调整计划。由于田径项目中有速度、耐力、柔韧性、协调性等多种技能,因此教师在教学中应该全面关注学生各项技能的培养,而非片面追求某一方面的突破,例如可以通过综合训练的方式完成对学生身体协调能力的有效培养,进而提高学生的运动技能水平。另外,随着时代的进步与发展,教师还应该重视运用视频分析、运动传感器等现代科技手段,来帮助

教师更准确地监测学生的动作和技能执行情况,充分利用这些工具可以让教师获得精准的反馈和指导,以此来帮助学生改进不足,而且要注意这种科技手段让学生也有自主学习的机会,可以让学生通过自我监测和自我调整来加强对田径技能的理解和掌握。

### (三) 提升教学效率与质量

在田径教学中,制定明确的教学目标可以有效提高教学效率和质量,因此重视明确定义每个学期或学年的教学目标以及对每个田径项目具体技能的标准,这样才能让教师能够更清晰地引导学生的学习方向,以此建立更有针对性的教学计划,从而确保学生在教学过程中得到全面而系统的培养。田径教学中在提升技能培养的同时,也应该重视学习相关理论知识,而且为提升效率与质量也应该注重理论知识与实践的结合,教师可以抽出每节课的一部分时间来专门用于讲解田径项目的理论基础、运动生理学、心理学等相关知识,通过对理论知识的详细讲解帮助学生深入理解运动原理,同时在实践中巩固这些理论知识,将理论知识有机地融入实际训练和比赛中,使学生能够更好地将理论联系实际,进而提高学生的运动水平。为了提升教学效率与质量,教师也要重视建立科学的评估与反馈,利用定期的测评和考核的形式对学生的田径水平、技能掌握情况进行全面、客观的评估,评估过程中应该及时给予具体而有建设性的反馈,以便帮助学生发现不足,做好学生的指导和改进工作。

### (四) 对学生的身体和心理进行合理调节

高职阶段的田径训练教学中,教师要注意对学生的身体状况进行综合评估,并根据不同学生的身体特点制定差异化的训练计划。例如对于身体素质较差的学生就应该逐步增加训练强度,从而保障学生的身体能够适应。如果有的学生身体素质较好,那么就可以适度提高训练强度,利用这种区别性的教学方式促使学生能够更好地发挥潜力。田径教学中关注学生的心理健康同样重要,所以教师应通过建立积极向上的教育环境、倡导乐观积极的学习态度,帮助学生树立正确的心理价值观,同时关注学生在训练过程中的心理变化,及时引导和帮助学生解决困扰。对于一些学生在学习中产生的焦虑、压力等负面情绪,教师应该及时采用心理疏导、鼓励和赞扬等方式帮助学生进行调节。值得注意的是,在高强度的田径训练中应该合理地休息和恢复,因此教师需要根据教学安排和强度设计科学的训练周期,保障学生能

够有规律地休息和适当的恢复训练<sup>[5]</sup>。

### (五) 增强体育运动与体育游戏的包容性

为增强体育运动与体育游戏的包容性,教师要保障教学环境的氛围,教师应该创造一个鼓励学生自由表达、尝试新事物的开放性环境,同时鼓励学生提出新的运动方式或游戏规则,让学生参与决策和规划教学活动,利用这种开放性的教学环境去激发学生创新精神,以此来培养学生积极参与体育活动的态度。同时,为增加学生对体育运动和游戏的投入感,教师还要重视鼓励学生参与决策过程,例如让学生参与选择训练项目或活动,然后提出改进的建议,甚至参与制定课程计划。在体育运动和游戏中必须体现竞技的公平公正,所以不论是在日常训练还是竞赛中,教师都要重视强调比赛的公正性,通过这种方式来鼓励学生尊重对手、尊重规则并重视比赛过程与结果,通过这样的竞技观能够打破排名压力,让每个学生都感受到平等的机会,使得体育活动的包容性得到提高。

### 结语

综上所述,在高职院校田径教学中,探讨体育游戏的运用能够为教学注入了新的活力与创意。在研究后发现,体育游戏作为一种灵活而生动的教学手段能够很好地激发学生的学习兴趣,而且还可以提高学生的参与度,使田径教学更贴近学生的需求。体育游戏拓展了教学的方式,为学生提供了更为富有趣味和动感的学习体验,在之后的田径教学中应当继续倡导创新,注重个性化差异化教学,从而更好地满足学生的多样化需求。

### 参考文献

- [1]袁振丰.试析体育游戏在高职院校篮球教学中的应用[J].产业与科技论坛,2021,20(13):198-199.
  - [2]郭保国.体育游戏在高职院校体育教学中的应用研究[J].产业与科技论坛,2021,20(07):182-183.
  - [3]刘炜.体育游戏在高职院校篮球教学中的实际价值[J].农家参谋,2020,(10):275.
  - [4]杨延立.“互联网+”视域下素质拓展游戏在高职院校田径教学中的应用研究[J].拳击与格斗,2020,(02):128.
  - [5]金顶.体育游戏在高职田径教学中的应用探析[J].当代体育科技,2020,10(03):89-90.
- 作者简介:刘一民,男(1981.12-)吉林白山人,中专高级讲师,硕士,研究方向:体育教育。