

初中体育中长跑教学的游戏教学模式探析

黄阳

江西省高安市独城镇初级中学

摘要:在初中体育教育教学过程中,中长跑教学是其中十分重要的组成部分,因此教师需要高度关注该项目的教学策略优化和完善,同时也要创设更切实可行的游戏教学环境,让学生有融入的兴趣,并且学习和掌握相关技巧以及知识体系,从而为学生身体素质和运动水平提升提供必要支持,在具体教学过程中,教师可以融入游戏教学模式,让学生在趣味导向下全身心感受相关内容,强化体育运动技能,从而为学生学习效果的优化提供必要保障。基于此,本文重点探究体育教学中中长跑教学的游戏教学模式等相关内容。

关键词:初中体育;中长跑教学;游戏教学模式

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2023.06.134

引言

在初中体育中长跑教学过程中有效融入游戏教学模式,可以呈现出尤为显著的优势和应用价值,可以让学生对于中长跑教学内容有更大的兴趣,在积极学习和运动锻炼过程中有效强化学生的体育技能,培养其创新意识,在快乐学习和游戏性锻炼过程中强化教学效果,这对于学生综合素质增强有着关键作用。因此,教师需要高度关注游戏教学模式的充分融入,结合学生的身心特点和体育教学的具体要求,而体现游戏教学的针对性和可行性,从而为学生学习质量提升奠定坚实基础。

一、初中体育中长跑教学中融入游戏教学模式的重要性

在初中体育教学过程中,通过中长跑教学的有效推进,进一步结合游戏教学模式,在两者协调推进、融合统一的背景之下,可以体现出良好的应用价值。

首先,促进学生学习兴趣的激发。在游戏教学模式的推进过程中,可以让学生更有效强化趣味导向,使学生对于游戏的相关内容有更大的兴趣,并且积极投入到中长跑教学中来,为其兴趣激发和调动以及学习效率提升提供必要条件。其次,通过游戏教学的顺利推进可以促进中长跑教学更具有创新效能。在游戏的作用之下可以突破中长跑教学的枯燥乏味的弊端,让整体教学更具有趣味性和针对性,在游戏和跑步训练的过程中使整体操作都充满着快乐氛围,从而在寓教于乐之中使学生得到正确引导,这对于学生运动训练水平的提升有着关键作用。第三,为素质教育目标落实奠定基础。在游戏教学模式的融入过程中,可以使学生感受到中长跑教学的快乐和趣味,同时对于其中所涉及的各项技能以及操

作方法进行切实明确,把握各类注意事项,同时强化学生的组织性和纪律性,在游戏规则得以充分明确、强化学生合作探究能力的基础之上,让学生实现全面发展,这对于学生学习质量和体育运动技能的增强有着关键作用。

二、初中体育中长跑教学的游戏教学模式分析

要想确保游戏教学模式在中长跑教学过程中进行充分融入,在具体操作环节需要明确各类注意事项,把握新课改的具体要求,在遵循中长跑教学规律和游戏基本特点的基础之上,体现出教学模式的精准性和可行性,这样才能促进游戏教学取得应有成效,为体育中长跑教学根本价值的体现奠定坚实基础。具体而言,可以从以下几个方面落实游戏教学模式。

(一)充分做好课前准备,强化学生融入兴趣

在游戏教学模式的推进过程中,教师需要在中长跑教学之前进行相应的准备,要培养学生的融入兴趣,对学生的具体兴趣点进行有效调研和充分分析,在明确学生具体情况的基础之上进行针对性、可行性的备课和游戏设计编排,且有序推进,在学生的需求导向之下创设相关游戏内容,以此体现出应有的中长跑教学效果,使游戏教学模式的价值得以充分体现。

例如,在准备的过程中可以模仿综艺节目《奔跑吧》的相关内容有效设计撕名牌的游戏活动,通过该类游戏的有效融入让学生更充分融入中长跑教学过程中来,使学生融入欲望得到激发和调动,通过这种学生都耳熟能详、喜闻乐见的形式,让学生在撕名牌的过程中强化中长跑训练,掌握中长跑的运动规则,从而在撕名牌的游戏推进过程中通过学生的奔跑和追逐强化其运动

能力。教师也可以利用分组合作的形式有效培养学生的团队协作意识,使学生之间的情感得到有效激发,进而打造更加良好的课堂教学和游戏氛围,以此可以使学生的参与度和融入兴趣得到激发和调动,进而在该类游戏中使游戏教学和中长跑教学进行更深层次融合,同时在教师的准备工作中也要结合学生的具体特点和分层情况而设置相对应的课堂游戏内容,在年龄阶段和兴趣需求方面进行充分明确,这样可以使以游戏教学模式更具有针对性和可行性,并且在整体的中长跑教学过程中实现全过程、全方位的融入,以此强化游戏教学的根本效能,为学生学习质量和体育技能的激发调动提供必要支持。

(二) 确保游戏内容和教学目标结合,强化教学实效

在游戏教学模式的设计和推进过程中,要想取得应有的教学效果,教师需要把游戏内容和中长跑教学的根本目标进行有机结合,在两者保持一致的基础之上进行协同推进,这样才能体现出更为显著的教学效果。体育教师需要制定更切实可行的体育教学目标,并且符合新课改的具体要求,在设计游戏的过程中符合目标标准,对于总体目标进行优化细化和有效量化,进而在游戏设计过程中体现出应有的教育效能。与此同时,也要充分明确体育教学的根本宗旨,使目标得以动态调整,在结合学生具体需求的基础之上进行有效调整和切实优化,这样才能使游戏教学体现出针对性和可行性。

例如,在针对游戏教学模式进行应用的过程中,需要着重针对中长跑教学的具体要求和目标进行充分明确。通常目标是提升学生的肺活量等,因此在游戏模式的设计过程中,就需要利用游戏形式使学生的肺活量得到有效锻炼,并且在趣味游戏的融入过程中使学生可以更充分融入其中,在强化肺活量运动项目并且不断调整和优化的过程中使学生的自主学习意识和自主学习能力得到激发和调动。同时也让学生可以充分明确相对应的教学目标,并且在游戏过程中有意识的强化和调整,在快乐学习快乐锻炼过程中进一步增强学生的身体素质和肺活量,这样可以确保游戏的相关内容和教学目标的具体指向充分吻合,从而在落实各项分项目标推进细节教学内容的基础之上,体现出更加良好的游戏教学效果,

这对于初中体育中长跑教学质量的提升有着关键作用。

(三) 切实拓展游戏覆盖范围,强化教学针对性

在游戏教学模式的融入过程中,教师也要高度关注体育游戏的覆盖范围,要及时拓展和有效延伸,让学生对于体育游戏的相关内容有更充分明确,并且在根本上重视体育游戏本身的重要性和必要性,这样才能发挥体育游戏的价值和作用,使得中长跑教学可以取得更加明显的成效。教师需要在体育游戏教学过程中进行正确引导和有效支持,让学生和教师从心理层面重视体育游戏内容,并且遵守游戏规则,这样才能在明确规则并且融入其中的背景之下,体现出更加良好的教育教学效果。同时学校方面也要高度关注体育教师的专业系统的培训,使其具备应有的体育学习意识和实践能力,把更多更富有趣味性和针对性的游戏内容融入中长跑教学过程中,在确立长效培训机制、强化培训成效的基础之上,使教师可以充分胜任岗位职责,在整体游戏体育的教学工作中使得体育覆盖范围进一步拓展,让游戏教学在体育教育教学活动中可以充分强化和有效落实,从而为中长跑教学根本价值的体现奠定坚实基础。

同时,教师也要结合学生的身体特点和运动素质而设计相对应的游戏内容,以此体现出精准性和可行性。同时在游戏的推进过程中也要体现针对性和时效性,让不同层次的学生得到正确指引,在强化查漏补缺、实现扬长避短的过程中,为体育游戏本身的价值体现奠定坚实基础,也确保体育游戏的范围和领域进一步拓展,在体育内容方面不断完善和切实优化,从而为中长跑教学水平的提升提供必要支持。

(四) 强化学生体质,锻炼学生意志力

在体育游戏教学模式的推进过程中,要想使中长跑教学取得更加良好成效,教师需要从根本上增强学生的体质和意志,为其综合素质提升提供必要支持。因此,教师需要在设备场地等相关方面进行有效匹配,在具备高质量师资队伍的基础之上使学生得到正确引导和相对应的体育锻炼,这样才能让学生在强化身体素质,增强意志品质的基础之上,体现良好的中长跑运动教学效果,进而通过中长跑的运动增强,让学生的身体素质得到切实强化,同时使其意志力和道德品质能够得到有效优化。在训练的过程中,教师要匹配高质量的训练场地

和训练器材,对于相关器材和场地都可以有效熟悉,并且掌握相对应的操作方法,同时在中长跑游戏训练过程中也要落实因材施教、循序渐进的基本原则,让学生在训练难度得到调整的基础之上,使学生的体力耐力得到切实增强。同时也让学生在长期稳定的训练过程中可以循序渐进,养成更加良好的心理素质和意志品质,让学生的耐力得到有效增强,进而确保学生在长期的训练过程中可以保持在高质量的协调稳定的身心状态之上,进而让学生通过中长跑可以在跑步的过程中积累宝贵经验,强化训练质量,从而在潜移默化之中养成良好的生活习惯和生活方式,这对于学生的全面发展和身心健康成长有着关键作用。

(五)充分强化情感态度引导,创新教学模式

对于初中学生来说,往往在叛逆期,其意志力相对来说比较薄弱,有着极强的可塑性。因此在体育游戏教学模式的推进过程中,教师可以通过中长跑的游戏训练,使学生在具备良好融入兴趣的基础之上,使其学习和训练热情得到激发和调动,养成良好的学习习惯和认知。在具体操作过程中,教师要起到应有的引导和示范作用,要在情感态度和价值观方面进行引导,在榜样示范作用之下让学生在长跑训练过程中可以有良好的基础条件。同时教师也要利用好学生的好胜心理,在具体的教育教学过程中可以通过班级合作等形式,在小组训练和小组竞争的过程中进行中长跑训练,这样可以有效强化竞赛型游戏的融入,让学生在竞赛游戏的推进过程中可以强化自身的主观能动性和自主探究精神,在不断的训练和优化的背景之下,通过成就感的趋势使其更好的参与到训练过程中来,从而为其学习质量和训练效果的提升提供必要支持。

对于中长跑运动来说,是一项相对来说比较枯燥单一的体育项目,因此教师在长跑训练过程中,需要在游戏教学模式融入方面进行有效加强,要突破传统的只是围绕操场跑步训练的教学模式,在创新型游戏教学模式的推进过程中,让学生可以有更加积极有效的融入心理,避免厌烦状态,进而通过趣味导向让学生积极融入其中,从而体现良好的融入效果。在具体操作环节可以有效通过晨跑训练模式,在游戏化的推进过程中,使学生可以在教师的带领之下,在环境优美的地方进行拉

练,并且通过游戏比赛等形式,在对角跑等相关教学模式的推进工作中使训练模有效优化创新,这样可以确保学生对于中长跑训练有充分的兴趣和新鲜感,从而让学生在感受到跑步趣味和游戏快感的基础之上,掌握中长跑的相关技巧,在训练的过程中优化技巧,强化训练效能,从而促进学生身体素质的提高。

另外,教师也要高度关注学生正确观念的养成,使学生在良好的游戏环境和教育条件的促进之下进一步巩固相关体育知识。同时建立克服困难的信心和勇气,这样可以在更大程度上调动学生的主观能动性,使其在积极有效的训练过程中可以强化速度游戏训练效果,让学生在整体的学习过程中,可以在越野拉练等相关方面根据自然地形情况进行有效调整,这样可以使训练时更加具有趣味性和游戏特点。并且成立跑步兴趣小组等行为形式从而体现出更为精准良好的训练效果,让学生在潜移默化的训练过程中可以强化自身的运动技能和综合素质,为其身心健康茁壮成长提供必要条件。

结束语

从上面的分析中可以充分看出,在初中体育教育过程中有效做好中长跑教学是其中的关键所在。同时,教师要想使该项目的教学和训练效果得到有效优化,可以充分融入游戏教学模式等相关内容,让学生在游戏竞赛和游戏项目的推进过程中全身心融入,在激发其主观能动性和好胜心理的基础之上,实现团结协作和有效优化,这样可以体现游戏教学模式的综合效能,为学生中长跑学习成效训练质量的提升提供必要条件,从而促进学生综合素质强化。

参考文献

- [1]王海宁.初中体育教学的中长跑训练教学方法思考[J].田径,2020(09):23-24.
- [2]陈日武.初中体育分组节奏跑实践研究[J].体育世界(学术版),2020(02):185+187.
- [3]魏江鹏.初中体育教学的中长跑训练教学策略研究[J].试题与研究,2020(30):153-154.
- [4]吴旭锋.初中体育中长跑教学特点及训练方法初探[J].当代体育科技,2020,10(25):61-62+65.
- [5]陈世民.刍议初中体育中长跑的训练方法[J].品味经典,2020(12):160-161.