

# 体育游戏在初中体育训练中的应用

江涛

(江西省宜春市奉新县第二中学 江西 宜春 330700)

**[摘要]**在教育教学改革的背景下,体育教学也应紧紧跟随教育教学的变化而变化,特别是对于初中体育教学来说,由于初中阶段的学生正处在身体发育的关键阶段,而体育教学是锻炼学生身体素质、促使学生具备一个健康身体的有效途径,因此,初中体育对于学生发展而言具有十分重要的现实意义。体育游戏是新课程改革之后所提出的创新型教学策略,在初中体育教学中运用体育游戏能够有效提高教学效果,使得体育教学能够充分发挥出锻炼学生身体、促使学生健康成长的作用价值。

**[关键词]**初中阶段; 体育游戏; 训练理念; 实施方法

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.04.062

## 引言

在快乐训练理念的指导下,教师要不断创新训练模式,采用科学有效的训练策略让学生对体育运动更加感兴趣,从而主动学习动作要领,调动学生身体的灵活性,有效提高学生参与课堂学习活动的积极性和主动性。在初中阶段体育训练活动中,教师要考虑这一阶段学生的年龄和心理特点,引导学生树立正确的体育锻炼意识,帮助学生化解对体育技能学习的抵触心理,在体育游戏的教导下突出体育训练的特色和魅力,更好地让学生实现各门学科之间的相互协调,推动初中体育训练取得更快的发展。

### 一、“体育游戏”训练理念在初中阶段运用的必要性

#### (一)“体育游戏”训练理念符合课程改革的标准

随着新课标改革的深入发展,对训练模式和训练体系造成来了一定的冲击,“体育游戏”已深入到学校体育训练活动中,为体育训练体系的改革带来了有益启示。在传统的训练模式中,大多数教师只注重为学生传授更多的体育知识技能,严重忽略了学生的发展。而新课标改革要求教师要践行“以生为本”的训练理念,注重挖掘学生的主体意识,训练的重点实现从传授向发展的转变。要求在体育课堂上要让学生在掌握知识的同时陶冶情操,开发学生的智力和体力,培养学生健全的人格,更好地体现“体育游戏”这一训练理念的新颖性,深入挖掘体育课程训练的内涵和魅力,确保学生能够获得更全面地熏陶,真正爱上体育锻炼,钻研具体的体育运动方法,提升学生的体育技能,让初中体育训练在教育之林屹立不倒。

#### (二)“体育游戏”是训练发展的必然趋势

“体育游戏”这一训练理念是时代的产物,是时代精神的重要反应,是对传统训练模式的重要突破,顺应了教育改革发展的大潮流,为训练活动指明了新方向。与传统的体育训练模式相比,快乐训练是一种更具人文关怀的体育训练模式,相比以往的开始、准备、践行、结束四个部分来说,这种训练模式具有更大的灵活性,能考虑学生的个体差异,对培养学生的体育综合能力具有更多的积极作用。同时,在倡导以人为本训练理念的过程中,体育训练也能帮助学生在快乐中学习,在快乐中思考和成长,满足人才培养目标的要求。进一步让学生树立劳逸结合的理念,积极主动地完成学习任务,参与体育锻炼的实践活动,树立正确的学习目标,共同致力于推动体育训练的持续发展。

### 二、体育游戏在初中体育训练中的应用

#### (一)制定安全的体育游戏目标

教师在设计体育游戏时,要充分考虑到游戏的安全性,制定安全的体育游戏目标,充分保障学生的人身安全,避免在体育活动的过程中,造成学生身体上的伤害。为此,教师要在开展游戏活动前,先设立一个具体清晰的教学目标,引导学生根据目标进行各种活动,以此避免因为学生学习目标不明确而出现混乱不堪的游戏局面,并引发各种事故。在游戏开展的过程中,教师要主动参与进去,积极帮助学生解决游戏过程中的各种问题和争端,游戏中多与学生进行对话交流,营造更加和谐的游戏氛围,同时,教师也要具备较强的

耐心,在学生做得不够好时,教师避免使用严厉的话语对学生进行批评教育,以免影响学生的游戏积极性,针对学生出现的问题,教师要进行有效的引导,对学生以鼓励性的评价方式为主,照顾每个学生的学习能力,凸显学生的个性与优点,有效提升学习兴趣,促进学生全面发展。

#### (二)增大游戏教学法的覆盖面

针对游戏教学法在体育教学中的应用不够广泛的问题,我们应该加大游戏教学法在体育教学中的覆盖面,推广和宣传游戏教学法的知识,让教师认识到游戏教学法的重要性,为教师灌输游戏教学法的理念,知道有效的游戏教学法,让游戏教学法在初中体育教学中得到更加广泛的应用。素质教育改革后,培养学生的核心素养、发展学生的综合素质成了新的教育目标,体育课的重要性也得以不断凸显,在这种教育背景之下,游戏教学法应该得到更加积极有效的宣传与推广。应用游戏教学法是体育教学的必然趋势,未来的教育更加强调学生的自主性,游戏教学法能够更好地激发学生的学习兴趣,调动学生的学习主动性,因此,这种教学方法会更加受到体育教师的青睐。

#### (三)有效把控课堂训练节奏

比如,在学习初中体育课程《立定跳远》时,教师要在完成基本的训练任务之后留出一定的时间让学生自由活动,更好地突出体育课程宽松的训练特点,让课堂的训练更加舒缓、连续。在这节课程的训练活动中,教师要教会学生立定跳远的基本姿势以及助跑中的注意事项。在立定跳远这项体育活动中,如果学生没有把握好立定跳远的技能,就容易在运动的过程中受伤。因此,教师在训练活动中要合理的划分课堂有限的时间,不仅要带领学生完成热身准备,还要在有限的时间内为学生传授更加专业的跳远技巧,帮助学生在训练的过程中降低难度,确保学生能在规定的时间内更加积极主动地参与体育训练,认真完成教师布置的学习任务。在学生完成基本的训练之后,教师也要留出一定的时间让学生自由活动,在规定的范围内允许学生做一些简单的小游戏或进行交流。对课堂训练节奏的把控可以更好地突出“体育游戏”训练模式的优势,帮助教师更加科学的完成训练任务,有效提高体育课堂的训练效率。

#### 结束语

总之,体育游戏在初中体育教学中具有十分重要的应用价值,将体育游戏合理运用到初中体育教学过程中需要建立在学生安全的基础上,合理设计体育游戏,进而保证体育游戏运用的有效性,以此促使学生综合素质获得有效提升,使得学生获得更加全面的发展。

#### 参考文献

- [1]钟明.关于初中“体育游戏”教学的深入思考[J].读书文摘,2016(36):324-325.
- [2]廖坤鹏.初中“体育游戏”教学之我见[J].软件:电子版,2015(14):355.
- [3]石显锋.浅析初中“体育游戏”的实践探索[J].读写算:教研版,2015,5(22):59.