

# 运用游戏教学实现“快乐体育”

## ——略论高中体育游戏教学发展对策

陈晓东

新疆维吾尔自治区伊犁哈萨克自治州霍城县江苏中学

**[摘要]**随着全面健康理念的提出,高中体育教学进入了一个全新的时代,新的健康标准的执行,意味着高中生在未来发展中不仅要关注其能力的成长和强化,还需要对其身体素质、健康水平提高要求。体育游戏是体育教学中不可或缺的部分,它能够有效的激发学生的学习兴趣,通过趣味化的教学设计来引导学生参与到体育教学当中,进而达到提升学生身体素质的最终目的,本文将对高中体育教学做出分析,并浅谈如何将体育游戏融入当前的高中体育教学当中。

**[关键词]**高中体育; 游戏教学; 策略分析; 寓教于乐

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.08.068

高中时期是学生成长的主要阶段,这个阶段当中,学生的思维逐步成型,智力、能力、体力,都会得到巨大的进步。因此教师不仅需要关注学生的学习成长,还需要关注学生的身体素质。毛主席说过“身体是革命的本钱”,有了好的身体才能够支撑学生高强度的学习。运用体育游戏不仅可以提升学生的身体素质,还能够让学生在高压学习之余得到身心的放松,同时还能够提升教学效率,促进学生身心健康发育。

### 一、当前高中体育教学现状

#### (一) 体育教学受到忽视

高中阶段学生的第一要务是“高考”,分数的提升无论是对教师还是学生就显得尤为重要,体育作为一门“无关痛痒”的学科,自然受到了忽视。在现阶段高中教学中,体育课时安排的稀少,同时体育教学的模式单一,学生无法从体育学习当中收获提升个人身体素质的方法,有关体育的相关知识更是知之甚少。到了高二、高三阶段,学生学习压力骤升,很多学校都会“战略性”的删除体育学科,这导致了体育教学难以开展。高压的学习中,学生的体育、德育、美育培养逐渐落后,身心无法得到放松,不利于学生的健康成长。长期高负荷的学习还会滋生一系列身体问题,对学生今后造成巨大影响。

#### (二) 学生的学习积极性差

受到应试教育的影响,高中阶段学生对于分数无比重视,受到教师和家庭的双重压力,学生会忽视自身其他素质的发展,对于体育学习提不起兴趣,很多学生在体育课自由休息时间会抱着书籍学习是常有的事。这与教师没有正确解读体育学科,教学模式单一有极大的关系,因为对体育教学缺乏兴趣,学生很少自主的投入到学习当中,被动式学习不仅会徒增学生的负担,还会让学生产生厌学、逃学情绪,导致体育教学效果大打折扣。

#### (三) 缺乏场地和专业器材

近年来国内的教学水平突飞猛进,但是硬件配置还是较为落后,很多学校当中缺少专业的体育运动器材和场地,这样会影响体育教学效果和它内在的竞技魅力。同时,在非专业场地上使用非专业设备,还极易出现危险,存在诸多安全隐患,这也是导致体育教学开展困难的原因。

### 二、运用体育游戏教育的意义

#### (一) 趣味性

趣味性是体育游戏的最大优势所在,爱因斯坦说过“兴趣是最好的老师”,当学生的兴趣得到激发后,学习的热情会呈几何倍数上升。体育教学能够打破传统教学禁锢,将体育知识通过轻松有趣的方式进行展示,能够降低学习难度,同时迎合了高中生的心理特点,能够激活学生的主观能动性,促使其积极的参与到教学当中,进而提升体育教学效果。

#### (二) 便捷性

区别于正统的体育竞技项目,体育游戏的开展较为便捷,它不一定需要大规模的场地和专业的运动器材,大部分的体育游戏只需要简单的道具就可以完成,便捷性的优势打破了体育课时少的局限,学生能够在休息时间、课间,通过有趣的体育游戏来提升个人身体素质。而在教学当中,体育游戏的运用能够降低教师的备课难度,减少了客观因素对体育教学内的影响,趣味性与教学性兼得,能够极大的提升教学效率。

#### (三) 互动性

传统体育教学当中,学生的体能、技巧训练,大多为单人练习,例如田径长跑、立定跳远、跳绳等,教师会采取“讲授—练习—提升”的教学三步走,学生在学习过程中较为“孤单”,很少与教师和其他学生产生互动和交流,这就导致了其趣味性大大降低,学生在体育学习的过程中无法学习他人的优势,自己的劣势也不能得到弥补和改善。而运用体育游戏,生生、师生都可以通过体育游戏形成良好的互动和交流,能够帮助学生实现取长补短、优势互补的过程,进而加速学生的知识内化和成长过程。

#### (四) 简单性

体能的提升和体育技巧的强化是一个循序渐进的过程,系统化的训练和体系化的讲解体育知识,会让学生“望而生畏”,这就容易让学生学习前产生退缩心理。体育游戏的运用能够很好的解决这一问题,简易的游戏通过寓教于乐的形式潜移默化的将知识传授给学生,引导学生先简单的了解其内容,随后再进行难度的提升,能够改变学生的学习路径,优化学生的能力提升过程,对教学起到良好的辅助作用。

### 三、高中体育游戏教学发展对策

#### (一) 以学生的兴趣出发,设计趣味游戏

游戏教学抓人眼球的地方就在于其趣味性，那么教师该如何发挥出这一优势，是个值得思考的问题。首先，应当以学生的兴趣领域为目标点，关注学生日常关注的事物，以其兴趣元素作为重点，进行游戏设计。其次，要整合教学资源，体育游戏不拘泥于形式，教师可以整合多项体育运动在一个体育游戏当中，就如同“铁人三项”一样，通过教学资源的整合提升游戏的丰富度，这样能够达到提升趣味的目的。最后，就是氛围的烘托，教师应当起到带头作用，从教学生到参与游戏，教师一定要贯穿始终，由教师引导整个过程，能够有效的带动学生，形成良好的互动有助于激发学生的参与热情，这对教学效果的提升有着积极的帮助。另外，教师还需要注意的是，游戏过程自始至终要以学生为主体，切忌“喧宾夺主”，作为辅助角色参与游戏，给学生让出自我展示的空间和机会，这对激发学生兴趣有着重要的影响。

### （二）以学生的能力出发，进行游戏分层

游戏教学虽说难度较低，但是因为学生群体间存在性别差异、体能差异、天赋差异，必要的游戏分层是不可避免的。进行体育教学分层的原因有二：首先，体育游戏的目的是让学生在寓教于乐的氛围当中完成身体素质的强化和体育能力的提升，如果游戏带给学生较重的身体负担和压力，不仅不能够达到寓教于乐的效果，反而会让学产生不适感。其次，因为学生兴趣爱好的不同，尤其是男女生之间的兴趣爱好差异巨大，如果采用统一形式的游戏教学，那么就不能迎合所有学生的“口味”。因此，教师需要根据学生间的差异进行“因材施教”，这样才能够最大限度的发挥体育教学的价值和意义。

比如在训练学生柔韧性的教学当中，对于男生来说，过于温和的游戏，会让男同学感到无趣，而且就柔韧性而言，男生的柔韧性大多不如女生，需要有强度的训练帮助男同学拉伸筋骨、舒展韧带，才能够达到训练效果。因此，教师可以采取一些较为激烈的运动，例如“四足跑”，让学生双手、双脚接触地面，进行移动，通过加长移动距离，来让学生的身体得到充分的拉伸，这样的游戏较为适合男同学。而对于女生来说，其柔韧性好于男生，但是提升却不如男生，教师应当设计一些相对温和的游戏，让女同学在完成柔韧训练的同时不至于过分的消耗体能，比如“猜拳移步”，两名同学前后并脚，前脚尖相触，猜拳胜者后退，猜拳负者像胜者方横向劈叉移动，这样的训练方式对体能消耗较小，同时能够达到强化柔韧性的目的。不同的游戏中，教师要附加“竞赛”的元素，强化学生的竞争意识，进而达到激发其积极性的目的，提升训练效果。除了男女性别的差异，教师也需要根据学生身体素质、运动条件的差异对学生进行照顾，通过这种分层游戏的机制，能够提升游戏教学与学生间的适配性，进而有效的提升训练效果，降低学生的训练负担，在寓教于乐的氛围当中，让学生的体育素质得到提升和飞跃。

### （三）以学生的能力出发，缓步提升游戏难度

游戏教学的一大特点是门槛低、易上手，即使体育基础薄弱的学生，也能够能够在体育游戏当中发挥个人能力，难度低是其优势，同样也是劣势，体育游戏因为其娱乐性，很难给学生的能力带来质的飞跃。因此，教师在以体育游戏为基础的教学当中，要遵循循序渐进的原则，缓步的提升游戏教学的难度，让学生能够在不同类型的游戏当中，逐步完成能力的提升和素质的强化。

比如在以篮球为训练内容的教学中，这项运动需要较好的基本功。教师在一开始，可以把篮球的各个项目进行拆解，比如三步上篮，教师可以让男女同学分组，在篮球场上布置好障碍物，通过“两人三足”跑的游戏，来让学生锻炼协调能力，一组两个学生，可以每人运一个篮球，两个人一起进行两人三足跑，之后将球投进篮筐。而在传球的训练当中，教师可以设计“看看谁最准？”的游戏，让学生用篮球击打目标物，击打不同的位置获取不同的分数，每人三次机会，以积分判断胜负。通过这种基础化的游戏，让学生先练习基本功。再比如运球、投篮、教师都可以通过分小组练习，以游戏的形式来优化教学过程，来让学生熟悉各项篮球竞赛的各个环节。通过这种循序渐进的能力提升训练，能够让学习难度极大的降低，同时游戏构成的各个教学环节，能够激发学生的兴趣，在潜移默化、寓教于乐的教学方式当中，学生的各项能力能够得到缓步提升，渐进式的教学方法，更加有利于学生的能力提升。教师在这种渐进式的教学当中，也更容易发现学生学习中的问题所在，能够针对性的根据学生的不同表现改进教学策略，对提升教学有效性有着巨大的帮助。

### （四）以学生的素质出发，游戏中培育品德

体育游戏的设计方式单一，内容取材也有限，但是如何让看似单一的体育游戏，存在丰富的人文价值，是教师需要思考的问题。新课改提出，在教学当中不仅要强化学生的能力，同时要关注学生的素质成长。体育教师需要在新时期教学当中，赋予教学不同价值，通过差异化的游戏场景构建，来为体育游戏赋予新的人文内核，让学生在游戏教学当中不仅能够收获能力的提升，同时也要让学生的意志品质、德育观念得到发展和提升。

### 结束语

综上所述，在高中体育教学当中，运用体育游戏教学的方法多种多样，其能够发挥的教学价值和意义也会根据不同的游戏设计延伸出不同的内核，教师要通过多元化的游戏形式促进学生能力和素质的双向提升，为学生的长期发展打好基础。

### 参考文献

- [1]王继奎.运用游戏教学实现“快乐体育”——略论高中体育游戏教学发展对策[J].成才之路,2021(25):128-129.
- [2]苏韩洪.体育游戏在高中体育教学中运用的现状分析与对策研究[J].当代体育科技,2020,10(14):27-28.