

# 中学体育教学中体育游戏的探析

赖文娟

(江西省赣州市少年儿童体育学校, 江西 赣州 341000)

**[摘要]**中学是学生学习过程中承上启下的关键时期,也是学生体格形成和意志力逐渐成熟的决胜时期,这一时期开展体育教育可以更好地促进学生的全面发展,为学生养成良好的心理素质有着重要的作用。老师在中学阶段开展体育教育,不仅可以很好地提升学生的体育运动水平,增加学生的体育运动热情;而且还可以让学生从良好的学习中掌握体育运动的理论知识与动作要领,更好地促进初中生的身心健康和全面发展。为了更好地培养学生的体育学习兴趣,老师可以积极运用游戏的形式进行引导,这样一方面可以有效提升学生的体育学习兴趣,促进他们养成良好的学习习惯;另一方面也可以让学生从愉快、轻松的学习氛围中感受体育学习的乐趣,更好地促进学生的均衡发展。

**[关键词]**初中体育; 体育兴趣; 游戏; 体育能力

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.07.977

## 一、积极运用游戏形式进行体育引导、有效提升中学生体育学习热情

体育课程的有序开展是培养和促进学生养成良好的体育习惯、强健自身体魄和增强意志力的重要内容。老师积极运用游戏的形式进行体育课程引导,不仅可以有效提升初中生的学习注意力,增加学生的学习热情;而且还可以让他们在有趣的游戏中感受到体育学习的乐趣,更加直接的促进初中生养成良好的体育运动习惯。为了更好地调动学生的学习热情,老师可以通过《拔河比赛》的游戏进行体育引导,让学生从拔河的过程中感受体育项目的动作要领、彼此之间需要配合的方式,有效提升学生的合作意识。老师还可以通过不同的项目比赛来进行体育引导,比如通过小型的运动会形式进行游戏引导,老师要求学生按照自己喜欢和擅长的项目进行运动,然后通过参与者的表现进行排名,名次最差的同学就要表演一个节目。

通过这种运动竟然与游戏结合的形式开展体育课堂教学,一方面可以有效活跃课堂氛围,增加学生的参与积极性,促进他们养成良好的体育认知;另一方面也可以让学生从实际运动中感受到运动得技巧,通过理论知识的运用提升自己的体育综合素养。比如老师通过体育项目100米赛跑,200米接力,跳高和跳远等内容进行比赛引导,然后让学生进行积极参与,并通过排名表演的小游戏有效提升全体学生的体育学习兴趣。通过这种形式进行体育引导,不仅可以让学生在课堂中感受到运动的乐趣,增加彼此之间的合作意识和竞争意识,而且还可以让学生运用准确的动作要领掌握提升自己的体育认知,更好地提升学生的体育学习积极性。老师还可以通过《丢手绢》的形式进行游戏引导,让学生通过行进间拍球和控球的形式进行丢手绢,这样就可以更好地促进游戏与篮球技巧的融合,更好地提升学生对篮球的兴趣,促进学生的体育运动行为的产生;有效提升学生的运动能力。

## 二、融入游戏的形式进行体育教育、有效提升中学生体育运动水平

体育游戏的有效融入是开展教学工作必不可少的重要内容,也是有效提升学生体育运用水平的重要手段。老师通过融入游戏的形式进行体育教育,一方面可以有效缓解学生的学习压力,活跃课堂氛围;另一方面可以有效促进学生养成良好的体育学习习惯,提升中学生的体育运用水平。老师可以通

过蛙跳、垫球、行进间提水桶、跳远等游戏来增加初中生的平衡感与腰力练习。老师通过这种简单的小游戏进行体育引导,不仅可以有效提升学生的体育学习兴趣,还可以让他们通过身体不同部位的练习来提升自己的体育运动能力,更好地促进学生的德智体美均衡发展。同时,老师还可以通过模仿游戏的形式让学生通过模仿视频中的运动项目的运动技巧和要领进行学习,比如通过观看视频进行篮球中的运球、控球、传球、投篮技能的模仿,让学生从实际运动中感受篮球运动的技巧。

通过观看篮球赛如NBA和CBA等内容进行引导,不仅可以有效提升学生的学习注意力,增加学生的互动和交流欲望;而且还可以更好地调动学生的运动热情,让他们通过模仿游戏来提升自己的运动水平。比如学生看到视频中的投篮形式就会跃跃欲试,这样就可以刺激学生的体育运动热情,让他们从模仿中有效提升自己的体育运动能力与运动水平。老师还可以让学生通过《中国女排》的游戏进行排球的技能展示,老师可以让学生扮演女排选手进行比赛游戏,然后根据学生的表现选择出优秀的选手进行晋级。运用这种形式就可以更好的刺激学生的学习热情,让他们从简单的游戏中感受到排球准备姿势、移动、传球、垫球、发球和扣球、拦网的动作技巧,让他们从游戏中感受到滑步、交叉步、跳步、跨步和跑步等动作要领,有效提升自己的运动水平。

### 结束语

初中体育教育课程的有序开展是为了更好地培养学生的体育认知和体育积累水平,让他们在愉快的学习氛围下养成良好的运动认知,提升学生的体育综合素养。老师积极运用游戏的形式开展体育教育,一方面可以有效提升学生的学习热情,增加学生的学习热情;另一方面也可以更加有效的提升学生的体育认知能力,让他们从良好的学习环境中提升自己的体育综合素养,促进自身的方位发展。

### 参考文献

- [1]王松雪.初中体育游戏教学的可行性研究.[M].教育出版社,2011
- [2]张丽媛.融入游戏形式进行中学体育教育的作用[M].教育出版社,2010
- [3]赵利伟.中学体育教育开展的新形势研究[M].文化教育出版社,2013