

# 小学三年级跳跃游戏教学方法初探

何磊

(河北省雄安新区安新县圈头学校 河北 雄安新区 071600)

**[摘要]**现如今随着体育教育在我国教育事业中重要性的不断提高,针对体育教育的改革蓬勃开展,原本的以提升技能为目标的教育理念也发生了极大地改变,更加注重“寓教于乐”在教学中的体现,这样不仅能够调动起学生体育参与的积极性,达到锻炼的目的,同时也与现代教育理念相吻合,而游戏与体育各类项目相结合则是现阶段体育教学中比较受欢迎的教学方式,对学生智力的开发也具有重要价值,将游戏与体育中跳跃能力的训练相结合,能够让学生在掌握跳跃技能的同时将体育中学到的技巧应用到实际生活中,体现了教学的目的。

**[关键词]**小学三年级; 跳跃游戏; 教学方法

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.05.1935

在传统的体育教学中,体育教学带给学生的总是要求严格、训练辛苦的印象,久而久之学生就对体育教学从潜意识里产生抵触,从而出现消极参与的现象,而游戏式的体育教学方式却因为能够给学生带来快乐而推动了学生对体育活动的积极参与,学生能够从精心设计的游戏中感悟理论知识并加以巩固。跳跃游戏教学作为小学三年级体育教学中的重点,对学生体能素质水平的提高具有重要意义,在跳跃教学中灵活应用各种游戏能够取得事半功倍的效果。体育教学可以分为理论教学 and 实际技能教学两个层面,根据具体的体育项目的特点科学的选择游戏的方法,能够高效的对学生进行体育知识的传授和巩固练习,

一、在小学阶段,学生的弹跳能力是体育考核的重要方面,是学生身体素质高低的重要指标,所以发展小学生的跳跃能力对于小学生的身体健康具有重要意义。小学三年级的小学生普遍具有的特点就是好动好玩,对于玩耍和参与各种游戏更加感兴趣,对于辛苦的事情坚持能力还相对较弱,这也是导致以往小学体育教学低效情况出现的主要原因,因为以往体育教学中的跳跃能力训练都相对乏味枯燥,学生在练习跳跃的过程中往往只感到辛苦却没有获得显著的成效,因此如何切实的提高学生跳跃能力成为小学三年级体育教学中需要重点解决的问题。不管是哪一方面的教学,要想真正的获得成效都需要有的放矢对症下药,体育跳跃能力教学也是如此,既然小学生对乏味的、辛苦的体育训练不敢兴趣,而是喜欢参加各种趣味性游戏,教师就可以与意识的将跳跃教学与游戏相结合。通过游戏,原本复杂的跳跃动作就被简单化,学生在游戏的过程中相互配合、团结协作,提高协作能力,除此以外学生还能够从游戏式跳跃教学中获得乐趣,提高跳跃教学的参与积极性,推动身心的健康发展。

二、体育游戏是一种针对体育运动教学的游戏方式,在小学体育教学中运用体育游戏的作用可以概括为增强体育教学活力,提升小学生参与体育运动训练的兴趣意识,推动小学体育教学的良好发展,更新体育课堂内容,让学生在快乐的体育游戏中认知体育课程,不断增强学生参与体育锻炼的兴趣,逐步实现新课程标准改革教育的目标。教师可以在跳跃活动中充分融合体育游戏,如引入青蛙跳或者起立蹲等游戏以实现专业项目教学和体育游戏的有机融合,使学生在不断提高专业技能的'同时保持运动兴趣,逐步消除学生的恐惧心理。小学阶段跳跃游戏种类有:蛙跳接力的游戏式跳跃教学方法,双人蹲跳

接力的游戏式跳跃教学方法。双人单脚跳的游戏式跳跃教学方法。脚夹球跳的游戏式跳跃教学方法。支撑游戏式跳跃教学方法等等,体育游戏的三大基本特点是娱乐性、趣味性和规则性,所谓的“娱乐性”是指在游戏中参加体育锻炼可以愉悦学生的身心,让学生享受体育运动的快乐,深刻理解体育文化精神;“趣味性”和娱乐性是相辅相成的,主要是指体育游戏为体育活动带来了多种乐趣,转变了硬度训练的严苛性,学生在体育游戏中能够体会体育运动的乐趣,自然会积极主动地参与体育技能训练;“规则性”则是指体育游戏有一定的规则流程,学生在游戏中必须规范自己的行为,遵循相应的规则。教师在开展支撑跳跃活动时,应注意充分体现这三大特点以实现小学体育的教学目标,可以先为学生分组,然后组织跳绳小组赛和跑跳接力赛的形式来激发学生参与跳跃训练的兴趣,引导学生熟练掌握跑跳短绳的技巧。

三、采用科学合理的教学方法,循序渐进的深入教学,开展体育教学活动,要从小学生抓起,更重要的是教师要对学生一视同仁,在体育课堂上给学生普及跳跃知识。但是目前,在小学体育练习中,学生没有安全感,容易分心,而且教师在哪一组旁边,哪一组的学生的积极性就高。由此可见,当自己信赖的人在旁边时,学生就会有安全感,教师应借助这一特点引导学生练习。动作有一定的危险性,学生本身就具有恐惧心理,在练习时如果有学生出错了或是失败了,下一名学生就会更加紧张犹豫,从而使得动作不标准或出现危险。面对这种情况,教师应先组织体育基础较好的学生先来做动作,对基础较差,身体素质较弱的学生做一个良好的示范,给他们一个良性的刺激。让这些学生在看别人做动作的过程中仔细观察、模仿,慢慢地消除心理的恐惧。教师要和学生多互动,多鼓励学生,让学生维持好身体的平衡,反复练习。学生自身也要边练习边总结,这样才能克服困难取得成功。

总而言之,消除小学生对跳跃的畏惧心理,让我们了解到跳跃作为一项很有锻炼价值的运动项目,是学生必修的课程之一。通过科学的理念将体育教学与游戏相结合能够实现小学三年级小学体育教学质量的切实提升。

## 参考文献

- [1]叶衍峻.水平二(四年级)《五步拳》教学设计[J].拳击与格斗,2020,(8):47.
- [2]陈淑华.水平一(二年级)健美操基本步伐教学设计[J].体育教学,2018,38(10):37-38.