

谈初中体育教学中体育游戏的有效应用

刘盛兵

(江西省赣州市崇义县思源实验学校, 江西 赣州 341300)

[摘要] 在新课程改革的背景下, 初中体育教育面临着全面的改革。体育游戏在初中体育教学中的有效应用, 对于激发学生的参与兴趣, 促进学生综合素质的发展具有重要作用。游戏本身并不是教学的目的, 而是在教学中通过比赛的形式和内容, 合理选择、安排和组织教学, 从而发挥游戏在体育运动中的作用。本文将从“在准备活动中运用体育游戏”“在素质锻炼中运用体育游戏”、“在结束部分中运用体育游戏”三个方面谈一谈初中体育教学中体育游戏的应用策略。

[关键词] 初中体育; 课堂教学; 游戏教学; 方法应用; 策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.07.872

随着教育的不断发展, 初中体育的教学作用和价值逐渐显现, 逐渐受到师生的高度重视。作为初中教育教学的重要组成部分, 传统的初中体育教学单调乏味。学生无法进行有效的身体素质训练, 自身参与的兴趣相对较低。在新课程改革的背景下, 体育教师需要关注教学理念和教学方法的变化。根据学生学习的实际情况, 结合体育教学的实施, 以激发学生的学习兴趣, 让学生积极参与体育教学, 从而培养学生的身体素质, 促进学生的发展。在当前初中体育教学中, 可以通过游戏的设置、游戏的组织、游戏对课程的适应以及游戏教学的多元化发展来实现游戏教学的应用。

一、在准备活动中运用体育游戏

在体育活动的准备阶段, 教师可以引导学生进行准备活动。其主要目的是集中学生的注意力, 让学生的身体尽快进入体育活动状态, 避免剧烈活动引起的身体不适和不良反应。因此, 在初中体育教学过程中, 良好的身体状况和良好的心理素质是体育活动的基础。所以, 在准备活动阶段, 教师需要充分调动学生的积极性, 提高学生的积极性。同时, 适当、科学的体育游戏的安排也是非常重要的一环。^[1]

例如, 在“定位操和慢跑”等枯燥的体育活动教学中, 教师们如果让学生长时间地进行练习, 会导致学生失去对体育活动的兴趣。因此, 教师应适当创新, 可以在教学中添加“换位跑”或“蛇跑”等游戏项目。对于不喜欢运动的女生, 可以增加打羽毛球、跳橡皮筋等项目。这些类型的活动不仅可以起到热身的作用, 还可以丰富体育活动的种类, 增加体育课堂的趣味性。在初中体育教学中利用体育游戏实现了传统初中体育教学理念和教学方法的转变, 让学生在轻松、愉快、有趣的氛围中提高初中体育效果。通过“换位跑”和“蛇跑”的小游戏能够使积极参与体育活动, 从而提高教学效果, 促进学生体育综合素质的发展。

二、在素质锻炼中运用体育游戏

受考试等因素的影响, 会对学生的心理成长产生不利影响, 进而制约学生综合素质的发展。对于学生来说, 初中是学生身体素质发展的黄金阶段。展优质高效的体育教育, 对于培养学生良好的运动习惯、提高学生的身体素质具有重要作用。随着体育游戏在体育教学中的应用, 学生可以在体育游戏的基础上释放情绪、减轻学习压力。通过不断参加体育比赛, 学生可以提高心理弹性, 从而提高心理素质, 促进自身发展。^[2]

例如, 在“臂力训练”的教学中, 教师可以根据学生的实

际身体素质, 组织学生开展“拉起比赛”、“绳索比赛”等体育比赛, 从而促进引体向上训练的有效开展, 进而促进学生身体素质的发展。同时, 在教学时, 教师需要注意体育游戏的运用进度。在开展体育活动的基础上, 教师需要有效引导学生练习与体育比赛相关的动作力量、体育效果以及对学生体质素质的具体指导, 从而提高学生的体质素质, 促进初中体育教学的效果, 为学生未来的发展奠定良好的基础。因此, 在初中体育教学过程中, 教师需要以学生的实际身体素质为基础, 结合多样化、丰富的体育运动项目, 提高学生的身体素质, 调动学生的参与兴趣, 实现趣味教学的目的。当然, 在使用体育游戏的过程中, 教师不能随意、盲目地选择体育游戏, 而需要根据实际情况控制学生使用体育游戏进行体育锻炼的难度。

三、在结束部分中运用体育游戏

在体育课结束时, 学生需要从最初的兴奋恢复到安静的状态, 逐渐放松身体的每一个器官。在这个过程中, 如果能正确使用体育游戏, 也能起到积极的作用。当然, 需要注意的是, 放松和乐趣是游戏的两个不同方面, 体育教学更倾向于通过幽默的游戏来帮助学生达到身心放松。因为学生在体育活动的过程中经历了强烈的锻炼, 身心都非常疲惫, 所以这个时候开展的体育游戏应该是放松的。

例如, 在日常教学实践中应采用智力竞赛、舞蹈学习等方式。教师们可以根据学生的年龄特点, 制作一些带有舞蹈动作的游戏。通过播放一些舒缓的音乐和舞蹈, 为学生营造轻松愉快的氛围。学生不仅可以放松身心, 还可以进一步感受运动带来的快乐, 让学生在不知不觉中爱上运动。因此, 在体育教学中, 应积极加强科学的游戏应用, 合理组织活动, 帮助学生尽快消除这种疲劳, 有效预防各种运动损伤的发生。

综上所述, 体育游戏在初中体育教学中的有效应用, 对于提高初中体育教学效果、培养学生综合素质具有重要的作用和影响。因此, 在实际教学过程中, 教师需要注重游戏在体育教学课堂中的应用, 并根据学生的实际情况, 结合有效的应用策略, 提高初中体育教学的效果, 进而促进体育教学的发展, 提高学生的身体素质。

参考文献

- [1] 张新荣. 浅谈体育游戏在中学体育教学中的有效运用[J]. 学周刊, 2016, No. 285 (09): 236-236.
- [2] 管彦俊. 浅谈初中体育教学中体育游戏的作用及应用[J]. 数码设计: 下, 2019, 000 (004): 259.