

体育游戏在高职体育教学中的应用研究

前言

高职院校是培养具有丰富理论知识与实践素养的应用型、技能型人才的重要场所，在高职开设体育课程，有益于提升高职学生的身体素质、为其长远发展奠定坚实基础。体育课堂需要结合多种教学方式与教学手段，体育游戏具有一定的普及性、娱乐性和互动性，在教学中对之进行应用，有助于营造轻松愉悦的教学氛围，使学生在游戏中掌握体育知识，实现体质素养的有效提升，树立终身体育的观念。在教学实践中，如何将体育游戏与高职体育教学有效融合正是体育教师必须面对的最为重要的问题。本研究关注体育游戏在高职体育教学中的应用，采用文献资料法、专家访谈法，旨在为将体育游戏高效地融合到高职体育教学中的工作提供建设性意见。

关键词

体育游戏；高职院校；体育教学

1 体育游戏的特征

1.1 娱乐性

体育游戏具有娱乐性，可以使体育教学充满趣味、提升学生学习积极性。兴趣是学习的主要推动力，死板的灌输式教学是无法激发学生兴趣的。教师必须从学生的性格特征出发，灵活利用体育游戏等教学形式，以兴趣为主要切入点进行具体设置，充分发挥游戏的娱乐性，使学生的大脑在适度兴奋下集中注意力学习体育知识。体育游戏不仅与高职学生的身心发展需求相适应，还可以提升学生参与体育活动和课堂学习的积极性，从而实现体育教学的主要目的。

1.2 趣味性

传统体育教学的内容比较单一和陈旧，学生对之接受度不高，所以开展体育教学必须从学生的学习兴趣出发，发挥学生的主观能动性。体育游戏不仅是教学内容的组成部分，也是有针对性的教学方式，在充满趣味、紧张和快乐的游戏氛围下，学生的潜能得到激发，学习积极性得到有效提升。

1.3 合作性

大量的体育游戏都是有比较严格要求的集体性游戏，可以对参与者的团队协作能力进行考验。开展体育游戏的过程中，所有人都必须参与其中，且需要通力合作才能够完成任务，如此可以有效培养学生的沟通能力、协调能力和团队合作能力，实现游戏教学的目的，发挥体育积极的健康教育意义。

2 体育游戏的作用

2.1 提升学生思想修养

新时代高职院校学生的个性十分强烈，比较有主见，但是总体素养相对欠缺，学习积极性不足，在学习知识的过程中容易滋生厌倦和懈怠情绪。通过在职高体育教学之中应用体育游戏，尤其是对抗性、竞争性的游戏，可强化学生的探索精神和进取精神，使学生无论在体育运动还是在现实生活中，都能够做到吃苦耐劳、勇于拼搏。

2.2 强化学生身体素质

体育游戏作为一种关键性的教学方法,游戏内容与游戏规则必须从教学内容出发,合理地进行安排和设计。在体育游戏的进行中有大量的身体活动,学生在参与游戏的同时可以对自身身体机能进行锻炼。体育游戏不仅有助于培养学生的终身体育观念,还可以强化学生身体素质,发挥其强身健体的重要作用。

2.3 促进学生之间的关系

体育游戏的组织和参与,可以使同学之间更加了解,增进彼此之间的友谊。在高职院校的常规教学中,学生只能在相对固定的课堂上见面,缺少沟通交流的机会。但参与体育游戏之中时,学生必须不断进行肢体和语言的协同沟通,游戏为学生创设了更多的交流机会,可以拉近同学之间的距离。

3 体育游戏在高职体育教学中的实践策略

3.1 结合科学性与趣味性

体育教师需要结合教学大纲和科学的教学理念开展体育游戏,必须保障体育游戏能够帮助学生科学地锻炼身体素养、维系身体健康。教师在进行体育游戏的设计时,要将趣味性 with 科学性相结合。所谓科学性,指的是教师必须从高职院校学生的身体素质、参与体育锻炼的情况和人体力学理论知识等出发,结合教学目标,合理地进行体育游戏的设置。在游戏设计之前,必须对学生进行必要的体能测试,以科学合理的数据对体育教学过程进行指导。校方需要邀请通过资质审核的专业人员定量性地分析相关数据并出具书面报告,参考分析结果、在专家指导下进行游戏框架的制定,相关测试必须定期进行。

体育教师必须意识到,青少年生理和心理的变化发展速度较快,其对社会的认知水平也在不断提升,只有充分开展调查,才能设计与教学要求、学生需求相适应的游戏。教师要与学生进行深入的沟通交流,可以通过交友、短视频和游戏平台,对各年龄段学生的特点和爱好进行把握,将体育教学大纲、学生兴趣与社会主义核心价值观相结合,更好地开展体育游戏教学。教师必须明确,趣味性与科学性具有统一的特征,可以对游戏设计起到指导效用,科学性作为遵循依据、趣味性作为辅助条件,以此发挥体育游戏的实际效果。

3.2 基于教学目的合理设计游戏

教师必须提高对体育游戏设计的重视程度,从教学目

的出发更合理地进行设计。教师首先应深入地对教学大纲的内涵、逻辑等进行全面分析和整合,明确教学的目的,然后要基于学校现有的体育场地和设施,选择与教学目的相适应的体育游戏。如果大纲要求开展排球的发球训练,但学校的场地不足,此时拓展游戏场地面积并不现实,可以采用气球模拟对应动作开展游戏。教师准备绳子、打气筒和气球等,让学生打气球进行模拟训练,根据气球的漂浮距离的判断动作是否到位,利用简单的教学条件灵活地实现教学目标。在教学中教师还要不断总结经验,学习流行的游戏形式,把握体育游戏的娱乐性,以此丰富教学手段。

3.3 设置课前热身游戏

体育游戏会消耗大量精力,因此在开展之前要保障学生合理开展热身运动,减少活动中拉伤、扭伤及骨折等情况发生的风险。热身游戏可以调动起学生参与体育活动的积极性,使学生以更好的状态投入体育学习之中。体育教师必须合理地选择热身游戏,以对学生的身心状态进行调整,辅助学生在心理和精神上做好充分准备。例如,在体育教学前可以用几分钟的时间,把全班学生划分为3~4组,让每组在空旷的场地之中绕成一圈,随着音乐逐渐向外扩展,围绕圆圈进行慢跑训练、跳绳或踢毽子,以实现热身的目的,为体育课程教学的有效进行奠定基础。

3.4 关注体育技能训练

在实际教学中关注体育技能的训练,可以增加学生兴趣、提升学习动力,应该基于学生不同阶段的技能水平联系游戏本身进行合理的应用。教师可以通过不同的技能练习方式增加新鲜感,游戏和训练互相融合穿插,可以帮助学生更好地学习体育知识、掌握体育技能。比如,学生短跑的启动反应速度较慢,在教学中可以开展触球追人的游戏,让学生在操场中心围成正五边形,将实心球放置在五边形的中心位置,在五个顶角位置设置立柱。把学生划分为五个队伍,各个队伍面向中心点在立柱后2.5米处排列,教师发出口令后,各队按照规定路线向前跑动,触球超过前一队的学生可获得1分,进而排至队尾继续运动,得分最多的队伍获得胜利。这一游戏可以在提升学习积极性的同时,训练学生的奔跑能力、提高其反应速度。

3.5 合理安排游戏负荷

体育游戏一般会大量消耗学生的体力,所以教师要从教学任务量出发,合理设置体育游戏,以辅助学生消除疲劳感、减少负面情绪,

(下转 89 页)