

# 浅谈初中体育教学中体育游戏的应用

## 前言

素质教育的主要作用是培养学生的综合素质、体育意识、团队精神，增强学生的团队合作精神与对传统文化的理解。但目前我国初中体育还存在着一些亟待解决的问题，如对初中体育的重视不够、教学手段较为传统等，本文针对这些问题提出相关解决措施。

## 关键词

初中体育；体育游戏；教学方法

现阶段中国学生身体素质存在的问题已经受到社会的广泛关注，初中体育教师要不断提高自身专业素质，积极优化课堂设计，通过激发学生的运动兴趣培养学生的运动习惯，达到提高学生身体素质并提高学生核心素养的教育目标。

## 1 初中体育教学中存在的问题

### 1.1 重视程度不足

目前我国初中体育教育存在着严重的问题，如学校、教师、家长、学生等对体育教育的关注不够，导致体育教育效果不佳、学生体质差、体育意识不强、体育习惯不强等。首先表现为，目前阶段的学校对体育的重视程度不够。尽管在素质教育的背景下，学校逐渐意识到了要对学生进行全方面的培养，但是在中考之前，学校还是把更多的时间放在了中考的科目上，因此体育在初中课程占比并不高，大多数学校一周只有一节体育课，因为天气和季节的关系，有时体育课也不适宜进行室外活动。

其次，初中体育作为“副科”，不参加中考，经常被边缘化。因此目前我国初中生在体育活动中缺乏对体育的重视，在课余时间内要求学生做好功课，而忽略了体育活动对学生的好处，导致初中生体育活动不多、身体素质普遍较低，严重影响了体育教学的效果。

### 1.2 学生运动兴趣不足

在体育教学中，学生对体育活动缺乏兴趣是影响其有

效性的一个主要原因。初中生在考试的压力下，容易出现焦虑等不良情绪，从而将大部分时间和精力投入到学科学习中，大多数人会在空闲娱乐时间玩游戏、看短视频，忽略了体育锻炼的重要性，导致体质不佳，难以应付高强度的体育锻炼，逐步造成了学生对体育课缺乏兴趣，有的学生甚至出现了抗拒心理。

### 1.3 教学活动单一

由于学校对体育师资的关注不够，忽略了对体育师资的培养。目前，我国高校体育教师普遍采用传统的教学方法，学生在老师的引导下，进行田径、篮球等运动，传统的单调的教学方法难以引起学生的兴趣，也很难调动学生的学习热情，从而影响了体育教学的质量。

## 2 运用体育游戏开展教学活动的意义

### 2.1 提高教学效果

在初中体育教学中引入运动游戏，能有效地改善初中物理教学的效果。在初中阶段，学生喜爱多种运动，利用运动游戏进行教学，能提高学生的运动兴趣，集中注意力，调动学生的参与热情，并能促进学生的自主运动。兴趣是最好的教师，是提升教学质量的根本。体育游戏的类型很多，老师可以根据孩子的年龄特征和兴趣，在教学中加入一些很受欢迎的游戏，比如户外拓展、撕名牌等体育游戏。

在传统的体育教学中，由于学生的注意力不集中，老师们在练习动作的过程中会不断地重复练习动作要领。通过

对运动技能的掌握,使学生能更好地掌握动作技术,从而达到提高教学效果的目的,但这样的教学方式让体育课程失去了趣味性,较为单调乏味。例如,田径运动或球类项目可以在教学中引入运动游戏能活跃课堂气氛,也能有效地调动学生的学习兴趣。通过课外活动,培养学生对运动的强烈兴趣和正确的运动理念,能促使他们积极主动地参与到课外活动中来。

## 2.2 促进学生身心健康发展

把运动游戏与教学相结合,可以通过挫折教育等方式来促进学生的身心发展。现阶段初中生大都是独生子女,没有经历过家庭生活的挫折与打击,因而心理素质不高,抗挫折能力差,许多初中生在遭受一点挫折或批评后,就会出现不同程度的情感与心理问题。体育老师可以利用体育游戏来缓解学生的紧张,同时也可以通过游戏来培养学生的兴趣,让学生放松心情,锻炼自己的身体。通过运动游戏,加强学生的心理承受力,促进身心的发展。

## 2.3 提高学生综合素质

体育教学中的集体意识、团队精神、爱国情怀等是体育教学的重要内容。例如在趣味接力比赛中,老师可以将学生分成不同的小组,为了提高团体的成绩,每个人都会竭尽所能地参加比赛,而初中生则是有竞争意识的,老师可以利用学生的年龄特征来设计运动,提升他们的团队精神和对团体的热爱。

传统运动项目有很多种,比较简单的有丢沙包、跳皮筋、投壶、足球等,比较复杂的项目有踩高跷、秧歌等。老师们可以利用传统的运动项目,让孩子们认识到自己的民族文化。

# 3 运用体育游戏开展教学活动的方

## 3.1 通过传统体育游戏提高教学效果

教师可以利用传统的体育活动来激发学生对体育的兴趣,从而达到提高教学质量的目的。游戏能有效地调动学生的学习兴趣,丰富多彩的才艺表演能活跃教室的氛围,促进同学之间的和谐发展,老师们也能透过这种传统的运动游戏,加深对中国传统文化的认识,并自觉地培养起对中国传统文化的保护意识。

比如,掷壶这种起源于春秋战国时代的运动,是激发学生学习兴趣的重要手段。投壶是一种把箭头扔进壶里的运动,从射箭发展而来,老师可以让同学们围成一圈,把水壶放在圆心,然后把塑料箭头抛入壶中,投中的学生可以提出

问题,或者让没有通过的同学表现自己的才华。同时老师可以利用投壶来教育学生,加大投掷距离,减少壶嘴面积,提高投掷的难度,在投掷时,老师会给予技术指导与鼓励,在失败的时候,可以提升心理素质,积累失败的经验。

体操作为一种主要的身体锻炼方式,是体育教学中最常见的一种,它的难度和趣味性都较低,很难引起学生的运动兴趣。因此,老师可以把它作为一种体育游戏,引入到教学中去。五禽戏是华佗发明的一种健身体操,它的特点是模仿老虎的威猛、鹿的安舒、熊的沉稳、猿的灵活、鸟的轻快,早在2006年就被列入了省级非物质文化遗产名录。在体操课上,老师可以将五禽戏的表演方法和猜动物的动作来提高学生对五禽戏的兴趣,而五禽戏作为一种娱乐教学活动,既能提高学生的运动乐趣,又能提高学生的身体素质,使学生对中国传统文化的珍品有更深刻的认识。通过对五禽戏教学的指导,使其能够自觉地进行、熟练地掌握五禽戏,在平时的实践活动中,既能增强学员的体质,又能促进我国传统文化的传承。

## 3.2 通过趣味竞技游戏提高教学效果

教师可以利用竞赛活动来激发学生的竞争意识,提高体育教学的质量。在篮球运动教学中,大部分学生对篮球运动的掌握还不够娴熟,因此,教师可以利用体育竞赛来激发学生的学习兴趣,从而达到提高教学质量的目的。

教师可以根据实际情况将学生分成不同的小组,并在分组时充分考虑到男生和女生的比例、运动水平等方面的因素。老师们可以把传统的接力赛方法加以改进,把点击球、田径运动、长距离运球等项目有机地结合起来,并在赛前给学生一些时间进行训练。同学们可以根据自己的特长,自行选择接点,并进行反复的练习,初中生的竞争意识很强,多数同学都想靠自己的努力来提高团体得分,所以学生会非常积极地参加训练。趣味接力可以促进学生群体意识、团队精神和积极的竞争意识。教师可以利用体育游戏挖掘出学生在运动中存在的问题,并根据这些问题进行针对性的教学,比如有些学生在击球时,不是用手指击球,而是用手掌击球,这样不但降低了击球的速度,还会加重疼痛,导致毛细血管断裂。一些学生在跑步时姿势不当,不但影响了他们的奔跑速度,还可能导致他们的运动伤害;有些学生在运球时没有掌握好技术,不仅会影响运球的速度,而且会出现“走步”等犯规现象。通过趣味接力赛,教师能够清晰地发现问题,并对其进行正确的引导,从而达到提高体育素质、提高体育教学质量的目的。

### 3.3 通过流行元素游戏提高教学效果

近几年来,拓展训练发展如火如荼,初中体育老师可以把拓展训练的游戏形式融入到体育教学中,既能提高学生的运动兴趣,又能提高他们的团队精神。比如“毕业墙”,就是一个团队在没有设备的情况下,通过四米高的围墙来完成的。一般人不可能单独凭借自己的力量爬上高墙,所以必须要有团队的配合,才能将自己的想法付诸实施。拓展活动能促进学生的学习积极性,增强学生的团队合作意识,认识运动和体能的重要性,从而改善学生的学习成绩。

### 3.4 按照课程内容选择适合教学的体育游戏

体育是初中的一门必修课,具有一定的教学目的,教师指导学生进行游戏教学的同时,也要考虑到学生的实际情况。不同的教学内容,就必须要有不同的比赛。比如足球,老师要让学生们通过足球来完成传球,而学生们则可以互相传递。但是这样的方式太过单调,学生们会觉得无聊。所以老师可以采用竞争的方式,将学员分成不同的小组,每一组都要传递100次,错误最少的一方获胜。如果一场比赛之后,学员的传球还达不到要求,那么就可以进行更多的训练,直至合格。在不同的教学阶段,教师还可以选择不同的教学游戏,既能激发学生的学习兴趣,又能让学生的四肢得到充分的放松。

科学高效地组织相应的体育活动,首先是根据不同的年龄、体质、性别来选择游戏的难度。比如,对于初中生,

可以进行一些比较简单的游戏;高水平的同学可以选择比较复杂的比赛。在游戏开始前,老师会告诉学生游戏的名称、玩法、规则以及老师所选择的游戏的含义,有些游戏是需要一定的技能来完成的,老师会给他们演示游戏的玩法。在玩的过程中,老师一定要注意学生们的反应,了解他们的心情,了解他们的进度,如果他们对这个游戏不感兴趣的话,老师可以根据他们的实际情况来调整他们的游戏,如果他们对游戏感兴趣,那也可以提前完成安排内容结束游戏。

在初中体育教学中,不仅仅要注重游戏的快乐,更要注重在运动游戏中学习相关的技术,并将其应用于运动教学,以不同的方式来提高学生的运动能力。例如“老鹰抓小鸡”可以培养学生的团队精神,增强他们的责任心。把运动和游戏结合起来,让学生在比赛中获得更多的技巧,从而进一步帮助提高他们的学习能力。

## 4 结语

综上所述,在“体育强国”战略的指导思想下,体育教师应积极转变思想,重视培养学生的运动意识和行为习惯,把体育游戏与体育教学结合起来,这样既能增强学生的运动兴趣,又能培养他们的团队意识和集体意识;在全面实施素质教育的大背景下,初中体育教师必须充分认识到体育融入教育的重要意义,并从中帮助学生提高综合素质和培养锻炼习惯。

文/姚延平(甘肃省临夏市第一中学,甘肃临夏 731100)

作者简介:姚延平,男,甘肃临夏人,甘肃省临夏市第一中学高级教师,研究方向:初中体育教学。

参考文献:

- [1] 曹学霞. 浅谈体育游戏在初中体育教学中的应用策略[J]. 新课程, 2021(14):144.
- [2] 刘猛. 浅谈在初中体育教学中应用体育游戏的方法[J]. 天天爱科学(教育前沿), 2020(6):145.
- [3] 王海娟. 浅谈初中体育教学中体育游戏的应用[J]. 家长, 2020(2):17-18.
- [4] 许国玲. 浅谈初中体育教学中的体育游戏的应用[J]. 当代体育科技, 2020, 10(1):73-74.
- [5] 陈金创. 浅谈体育游戏在初中体育教学中的应用[J]. 当代家庭教育, 2019(35):93.
- [6] 刘其红. 初中体育课堂教学中体育游戏的应用[J]. 新课程(中), 2019(11):88-89.