

体育游戏在中职排球教学中的应用

许斌

(昆明广播电视大学 云南昆明 650216)

【摘要】 本文主要研究的是体育游戏在中职排球教学中的应用,通过提出一些具体的应用策略来提高中职排球教学的质量与效率,进而增强学生的身体素质,促使体育事业获得更高的成就。排球教学始终受到学生的喜爱与青睐,它能够增强学生的身体素质,但也存在一定的教学难度,需要教师运用体育游戏的方式来开展技术训练、团队练习以及技能技巧等。通过对当前体育游戏对中职排球教学的作用等提出几点建议,在一定程度上提高学生的综合能力以及肢体协调能力,促进体育素养的提高。

【关键词】 体育游戏; 中职; 排球教学; 应用

DOI: 10.18686/jyfzj.v3i8.51166

随着我国体育事业的不断发展与创新,排球教学逐渐受到学生与教师的关注,大部分中职学校在体育教学设置了与排球相关的教学内容,排球教学已经成为体育教学中重要的组成部分。排球教学不仅可以锻炼学生的身体,而且还可以增强学生的集体荣誉感,使学生之间相互合作、共同进步,因此,中职体育教师需要将排球教学的作用发挥到极致,将体育游戏与排球教学进行有机结合,改变传统的教学理念,创新教学模式,挖掘学生内在的潜力,从而实现最佳效果的目标。

1、体育游戏的特点与内涵

1.1 体育游戏的内涵

从各个方面进行考虑的话,体育游戏属于一种新型的教学模式,此种教学模式不仅可以活跃教学氛围,还具有强烈的教育作用。体育游戏对学生的身心娱乐方面以及学生体力与智力的发展具有促进作用。在过去的教学当中,大部分人对体育游戏产生错误的意识,一度认为教育教学无法与游戏混为一谈,二者之间需要有一个明确的界限,防止游戏对学生的学学习造成不利的影响。但在不断变化与发展的背景下,人们开始改变了自己的思想,也对体育游戏进行重新的审视,开始在体育教学中重视体育游戏。体育游戏的融入不仅可以让学生们的思维变得更加活跃,还可以使学生养成锻炼的好习惯。

1.2 体育游戏的特点

1.2.1 体育游戏具有明显的目的性

在体育教学中,体育游戏是按照教学的实际内容进行设计的,因此,目的性尤为明显。在对体育游戏进行设计时,教师应该根据教学的特点以及学生的学习能力、个性特点等来设计体育游戏,注重其中的细小环节,通过新颖的教学手段来吸引学生的注意力,使学生获得更多的锻炼空间,激发内心的无限潜能,开发智力以及提高体育技巧。因此,在体育教学的过程中,中职教师应该合理的优化体育游戏的优点与缺点,改善与健全其中的各个环节,使体育游戏与中职学生的实际情况相符合。

1.2.2 体育游戏具有集体性的特点

从目前的情况来看,体育游戏中都是比较简单的动作,是一种大众化的体育游戏,不需要提前进行专业性的训练。因此,在现实生活中,体育游戏受到广大学生的喜爱与推崇。体育游戏需要多人的配合才可以完成的,一个是难以进行游戏的,因此,体育游戏有着相对较强的集体性,在游戏中,教师可以与学生相互配合、共同合作^[2]。对于中职院校的学生来说,体育游戏与体育教学的融合不仅可以使学生深刻的认识到团队协作的重要性,还可以使学生积极的参与到教学中。

2、体育游戏在中职排球教学中的作用

2.1 培养学生的道德情操

排球运动具有较强的思想性以及较强的集体性特点。在排球教学中应用体育游戏可以促进学生与教育教学的发展,能够增强学生的体能训练,为学生提供一个良好的教学环境,使其更好的学习知识与技能技巧。在开展体育游戏的过程中,竞赛因素与对抗因素是无可避免的,需要学生注重自身的责任意识。在不断练习的情况下,可以提高学生判断是非的能力,以积极乐观的态度参加比赛,促进学生道德情操的培养。体育游戏与排球教学的结合,不仅可以促进学生机智、果断、沉着以及冷静心理品质培养,还可以促进学生团结合作、关心集体品质的提升,能够有效培养学生的良好品德^[3]。

2.2 培养学生的心理素质

强大的心理素质可以保障体育教学的顺利开展。在排球教学中,心理素质的训练是其中的重中之重,对学生的排球战术与技术的发挥产生直接影响,由于体育游戏具有一定的规则,在一定程度上可以限制排球活动,这样就可以让学生积极的融入教学当中,增强学生的学习动力,例如,在进行躲避击球游戏时,学生能够充分的表现出学生自我的能力,在不同的场景变化中,让学生感受不同的情感,例如,获得成功喜悦与激动的情感;遭受困难时努力、坚持不懈的情感;受到阻碍与挫折时沮丧、难过的情感等,这样不仅丰富了学生的情感体验,而且还提高了学生对排球教学的心理负荷,进一步增强了学生的心理素质。

2.3 启发学生的思维活动

体育游戏就是一个条件反射的过程,可以让大脑思维变得更加活跃,在排球教学的过程中,通过体育游戏的方式来带动学生的思维,将手势击球游戏渗透到排球教学当中,既可以丰富学生的想象力,还可以提高学生的创造性思维,使学生的运动能力能够不断的增强。^[4]此外,体育游戏对学生的观察能力、判断能力以及记忆力有着一定的正面影响,不断活跃学生的体育思维,增加学生运动器官与感觉器官的敏捷度,在一定程度上提高了学生的接受能力以及知识运用能力。

2.4 调动学生学习兴趣

体育游戏具有趣味性、新颖性的突出特点,能够不断突破与创新传统枯燥、单一的教学模式,进而激发学生参与体育学习的兴趣,提高学生参与体育学习的积极性与主动性。兴趣是学习最好的老师,它可以大大的提升教学效果与学习效率,让学生在更加广泛而又自由的学习空间不断的进行自我完善,促进排球能力与水平的提升。在中职体育教学的过程中,除了能够让学生掌握一定的排球运动技能与技巧之外,还可以让学生学会互相配合,相互协作,大部分体育游戏是需要学生与学生之间共同合作来完成的。因此,体育游戏在一定程度上促进学生团队意识的培养,提高整个班级的荣誉感与合作意识,使学生之

间的关系变得更加和谐与融洽,促进学生之间、师生之间的交流与互动,养成良好的集体主义精神。

2.5 提高排球教学的质量与效率

中职学校教师通过体育游戏开展排球教学,能够逐渐提高排球教学的效果与水平,体育游戏的融入大大增强了学生与教师之间的互动性,与此同时,还可以训练学生的排球技巧与技能。例如,在练习排球传球时,教师可以将“接龙传球”的游戏融入其中,如果学生接球与垫球失败的话,就要接受小小的惩罚。此种体育游戏的引入有助于学生对传球、发球和接球基本技巧的掌握与学习,进而调动学生参与教学活动的主动能动性,有效提升排球教学的质量与效率^[5]。

3、体育游戏在中职排球教学中的运用

3.1 体育游戏应用到课堂准备教学中

由于排球有着较大的运动量,要求学生具有较高的学生身体素质。在开展排球教学之前,教师需要提前做好环节准备工作,在准备活动的过程中将一些有趣的体育游戏融入其中,让学生进行身体预热活动,缓解紧张的肌肉,促进血液循环,防止在排球训练中因身体无法适应带来的损伤。在准备排球教学的环节中,教师可以利用体育游戏来增强学生的积极性与主动性,做一些预热活动,放松学生的身体。其次,体育游戏应该选择一些“同心圆、贴膏药”等简单操作的游戏方式,这样不仅可以活动一下身体机能,还可以调动学生的学习动力,减少学生的运动量,如果运动量过大就会对接下来的课程造成一定的影响。

3.2 体育游戏应用到排球技能教学中

在中职排球教学的过程中,体育游戏能够提升与训练排球的技能与技巧,促进学生运动能力以及理解能力的有效增强。例如,体育教师可以利用“越网传球”的游戏方式来训练学生的排球与传球的技巧,在一定程度上促进学生的传球水平与技能的提高;通过“定点发球”的游戏方式来训练学生排球、发球的技巧,提高学生发球水平;将“愚公移山”的游戏方式融入排球运动中,能够让学生快速的学会步伐移动的技巧。从现实角度出发可发现,将一些新奇而又有趣的游戏方式合理巧妙

的融入排球教学中,不仅可以让学生进一步掌握排球的技能与技巧,还可以促进排球教学水平的提升,提高学生的排球运动能力,从而达到理想的效果^[6]。

3.3 将体育游戏应用到体能训练中

排球运动要求学生具有较高的身体素质。在排球教学的过程中,学生需要具有较强的身体素质以及良好的体能,才可以保证排球运动的学习与训练顺利开展。因此,中职体育教师应该根据教学发展的特点以及学生的实际情况制定一些相应的综合策略,锻炼学生的学生身体素质。在实际教学中,教师采用枯燥而又无趣的体能训练方式,极易让学生产生厌烦的心理,而体育游戏正好可以解决这一问题,不仅可以提高学生的体能训练效果,还可以使学生积极主动的参与到教学活动中。例如,“推人出圈”的游戏方式对学生身体素质的训练有着一定的推动作用,促进学生体能的增强,使学生身体变得更加协调与灵活,从而保证,为排球运动有序顺利的进行。

3.4 下课前应用放松性游戏

在排球教学结束之后,教师需要利用强度较小的游戏进行积极的恢复。通常情况下,积极的恢复比平静的恢复有着更好的恢复效果,再短时间内就可以恢复的很好,因此,在排球课程教学结束之后,体育教师应该通过负荷小、简单的轻松的游戏进行恢复,放松学生的紧张心理与紧张机体,缓解学生的情绪,让学生兴奋的状态逐渐恢复到平稳、安静的状态,让排球教学有一个完美的收场。

4、结论

通过文章的分析与探讨得知,体育游戏在中职排球教学中的应用有利于引导学生的学习兴趣,使学生始终保持着高度的学习热情,能够积极的投入到排球教学中。体育游戏作为一种新型的教学模式,它可以有效的提升学生的学习效果与学习质量,同时也缓解了学生的紧张状态,使其更好的投入到排球教学中。因此,中职体育教师需要重视体育游戏的运用,充分发挥其中的作用与教学价值,尊重学生的主体地位,转变传统的教育理念,不断创新与优化教学模式,锻炼学生的排球技能技巧,从而促进整个教学水平与教学质量的有效提升。

参考文献

- [1] 周列. 体育游戏在中职排球教学中的应用[J]. 发明与创新(职业教育),2021, 15(06):103+105.
- [2] 麻绍春. 体育游戏在中职体育教学中的应用[J]. 现代职业教育,2021,23(16):148-149.
- [3] 王涛. 体育游戏在中职体育教学中的应用研究[J]. 武当,2021, 45(02):84-85.
- [4] 薛莎. 浅谈体育游戏在中职体育教学中的应用[J]. 科技风,2020,36(34):51-52.
- [5] 石炜. 体育游戏在中职体育教学中的应用[J]. 科幻画报,2020,45(09):79.
- [6] 潘铁夫,李岩. 浅谈体育游戏在中学排球教学中的应用[J]. 西部皮革,2020,42(04):158.