

体育游戏在中职体育教学中的应用探究

刘 琴

重庆工商学校, 中国·重庆 402289

【摘要】 中职教育是我国教育体系的组成部分, 承担着为社会输送技能型人才的职责, 在素质教育的指引下, 中职院校的教育体系日益完善, 逐渐改变了传统的教学模式, 在注重培养学生专业能力的同时, 兼顾了对学生德智体美劳的全面培养。如今, 体育教学成为了中职学生的必修课程, 为了更好的锻炼学生的运动技能, 增强学生的身体素质, 中职体育教师也在不断探索新型的教学方式。本文主要以体育游戏在中职体育教学中的应用为主, 提出了几点教学建议, 以供参考。

【关键词】 中职院校; 体育教学; 体育游戏; 应用策略

引言

体育游戏在中职体育教学中的应用可有效激发学生的运动兴趣, 提高学生在体育教学活动的参与度, 符合中职学生的学习认知, 是学生乐于接受的教学方式。在实际的教学应用中, 体育教师要结合教学内容, 选择或创设与教学内容相呼应的体育游戏, 然后插入到体育活动中, 发挥体育游戏的作用, 营造活跃的体育教学氛围。使学生能够主动参与到体育活动中, 缓解学习压力的同时, 放送精神, 锻炼身体, 确保身心健康发展。

1 恰当选择体育游戏

在中职体育教学中, 教师要想发挥体育游戏的作用, 应该深入分析当前教学中存在的不足, 解决存在的教学问题, 进一步完善中职体育教学体系, 然后插入体育游戏, 促进体育教学质量的提升。教师可选择的体育游戏种类多种多样, 为了选出恰当的体育游戏, 教师需要考虑各方面的因素, 其中最主要的是根据教学内容, 结合学生的性格特点, 确保体育游戏与二者相贴近。一方面能够更好的激发学生的运动兴趣, 学生会主动配合教师, 提高中职体育教学效率; 另一方面, 与教学内容相贴近的体育游戏, 能够有效增强体育课堂效果^[1]。

例如, 在培养学生“速度素质”的教学中, 教师选择体育游戏时, 要注意结合教学内容与教学任务, 速度素质强调的是学生身体或身体某一部能够快速运动的能力, 因此教师可以从反应速度、动作速度这两方面出发, 选择恰当的游戏。以“反应速度”为例, 教师可以组织“听口令做相应反应”的游戏, 以此来锻炼学生的反映能力, 游戏过程中既能够让学生感受到体育锻炼的趣味, 又能有效锻炼学生的反应能力, 从而更好的培养学生的速度素质。

2 遵循寓教于乐的教学原则

中职体育教学任务不仅仅是培养学生锻炼身体的能力, 使学生能够掌握一定的体育知识、体育技术和体育技能, 增强学生锻炼身体的自主意识, 还要求在教学活动中, 发展学生的个性, 培养学生良好的心理品质, 提高学生对自然环境的适应能力, 让学生能够终身受益^[2]。因此, 为了实现全面锻炼学生身体, 促进学生身体形态、机能和素质的发展, 在中职体育教学中, 教师要遵循寓教于乐的教学原则, 借助体育游戏, 给予学生身体和心理上的启示, 为学生今后的工作、学习和劳动奠定基础。

例如, 在“武术的基本动作”教学中, 武术涉及了进攻和防御技巧, 考验学生的心理素质, 能够发展学生的灵敏性和耐力, 教师在示范和讲解武术的基本动作后, 让学生自主练习重点动作, 体会动作要领。然后组织学生进行“猜手型”游戏, 融合武术中

的相关动作, 游戏规则: 拳胜掌、掌胜勾、勾胜拳, 学生两两为一组, 输的同学成为第一轮淘汰者, 然后胜出的学生再行组队, 以此类推直至最后获胜的一人为冠军。在游戏过程中可以锻炼学生的心理素质, 引导学生树立正确的竞争意识, 弘扬和传承我国的体育精神, 培养学生端正的运动态度。

3 注意体育游戏的导入

在实际的体育教学中, 体育游戏的导入环节入较多, 如课前导入环节、课中导入环节、练习导入环节, 不同的导入缓解起到的作用效果不同, 但是都能够有效调动学生参与的积极性, 确保体育课堂教学效率。第一, 在课前导入环节, 体育游戏可起到“热身”的作用效果, 有利于学生迅速进入运动状态, 更好的集中学生在体育课堂的注意力^[3]。第二, 在课中导入环节, 体育游戏成为了与教学内容衔接的部分, 可以使学生在游戏过程中深化对知识内容的理解, 锻炼学生对运动技能的应用。第三, 在练习导入环节, 体育游戏能够维持学生的运动热情, 确保学生的练习效果, 进而有效提高学生的运动技能。

例如, 在“篮球”的教学中, 教师可以在练习导入环节, 组织学生开展体育游戏, 以“球性练习”为例, 要锻炼学生单手、双手弹拨球和绕球练习, 以及原地运球过渡到行进间运球练习, 这时教师可以组织学生参加“投准游戏”, 激发学生的联系兴趣, 使学生能够在身心放松、愉快的氛围中进行球性的练习, 锻炼学生运球和控球能力, 培养学生的篮球技能, 以便达到良好的教学效果。

4 结语

综上所述, 在中职体育教学中, 体育游戏的应用途径广泛, 不仅仅局限于上述内容, 还需要体育教师结合教学实际, 进行体育游戏的选择和应用, 立足于学生的全面发展, 培养学生良好的运动习惯, 促进学生身体素质的提升。另外, 还需要教师深入到教学研究中, 在教学改革的背景下, 更新教学理念, 创新教学模式, 将创新意识渗透到体育教学中, 培养学生的创新能力。在激发学生体育锻炼兴趣的同时, 发挥学生的主观能动性, 使学生深切意识到体育锻炼对于身心发展的重要性, 进一步增强学生的体育意识, 强化学生的体育精神。

参考文献:

- [1] 苏米. 游戏在中职体育教学中的应用探讨[J]. 当代体育科技, 2020, 10(01): 118+120.
- [2] 张小林. 体育游戏在中职体育教学中的应用分析[J]. 农家参谋, 2020(06): 264.
- [3] 王晓宇. 浅谈体育游戏在中职体育教学中的应用[J]. 试题与研究, 2020(33): 182-183.