

游戏教学法在高中体育教学中的应用

沈旭宸

(江苏省丹阳高级中学, 江苏 丹阳 212399)

摘要: 随着“阳光体育”行动计划的全面推进,体育教育的重要性不断提高,成为当前高中体育教学改革的关键动力。在高中体育教学中,教师应关注学生的运动兴趣、每日运动锻炼时长、运动技能水平、健康意识与体育品德等各个方面综合素养的发展。但现阶段高中体育教学中面临着诸多问题,不仅影响着学生的运动兴趣,而且对学生的运动能力发展产生了长期影响。本文即以游戏教学法的教学应用展开研究,通过分析当前体育教学中面临的现实问题,进而提出游戏教学法在高中体育教学中的应用路径。

关键词: 高中体育; 游戏教学法; 教学改革; 应用

高中体育具备多方面的教育价值和功能,不仅可以促进学生终身体育意识的建设,而且还能提升学生的运动技能、健康意识与体育品德,对学生的体能健康、生活娱乐、心理品质、生活态度等方面有着重要的引导作用。针对现阶段学生参与体育运动较少、体育课程积极性不足的问题,教师则要充分掌握游戏教学法,通过游戏载体提升体育课程的趣味性,进而让学生能够回归户外体育,拥抱新生活。

一、现阶段高中体育教学中面临的问题

(一) 未能落实以生为本原则

以生为本是现代教育下教师教学的基本原则,是提高课程质量与效率的基础所在。现阶段高中体育教学中,教师所采用的教学方式对于生本原则的落实不足,问题主要体现在两个层面:第一,以生为本要求教师以学生视角切入教学设计,确保教学内容与课程活动符合学生的兴趣与需求,进而能够达成良好的教学效果。但目前教师的体育课程设计并没有从学生视角出发,一方面教师根据自身的教学经验选择课程活动,另一方面设计的体育活动形式和训练方案也不符合高中学生的需求,比如在篮球教学中,很多训练活动枯燥无聊且难度较低,不符合高中阶段学生的运动需求。第二,以生为本要求教师为学生提供自主表达和实践探究的平台,以此强调学生“学”的过程和成果。但当前体育课程中学生自主能力发挥的机会不足,主要跟随教师的指导与示范进行被动学习,对学生的学习积极性与探索能力造成了打击。

(二) 未能关注学生综合素养

关注学生的综合素养全面发展是现代素质教育的基本要求,是确保学生核心素养与可持续发展能力培育的关键所在。现阶段高中体育课程对学生的能力关注比较片面,主要集中在学生身体锻炼与体能成长方面,因此课程设计以体魄训练为主,进而对学生心理健康问题、集体意识、合作能力、胜败观念、安全意识、意志力等方面的培育不足,使得学生的发展呈现出片面化特征。比如在足球教学中,教师更关注通过足球运动强化学生的身体素质,却忽视了足球运动为学生带来的其他层面的能力变化,比如拼搏意志、团队合作能力等,这就需要全面改进体育课程设计目标指向,突出多元化目标与综合素养培育的基本特征。

(三) 体育课程设计缺乏变化

随着新课程标准的持续推进,体育教学方法在不断升级与变化,成为引导学生参与体育活动的重要因素之一。但现阶段高中教师采用的教学方式比较单一,由于重视程度较低,或者缺乏改变现状的认知与意识,进而使得课程内容缺乏引导性、趣味性与新鲜感。多数教师仍以经验作为教学活动设计的依据,进而通过理论讲解、动作演示、动作训练、课堂检测等环节进行教学,不仅难以引起学生的持续关注,而且还会削弱学生参与体育活动的

积极性,由此导致体育课程的质量水平不断下降。

二、游戏教学法在高中体育教学中的应用路径

(一) 趣味热身, 强化学生运动兴趣

在体育教学中,热身运动是必不可少的环节。热身运动不仅可以帮助学生做好运动准备,进而有效避免因突然剧烈运动而造成的安全威胁;而且能够快速吸引学生的注意力,让学生保持专注的学习态度。但是传统的体育热身环节单调无趣,学生只能像做操一样跟随教师做动作,甚至还有部分学生存在敷衍的意识与行为,进而使得热身效果不佳。对此,教师即可融入游戏教学法,以此通过趣味化设计,提高学生参与热身运动的积极性。

在常规体育课程中,教师可以通过“舞蹈创编”游戏组织学生进行热身运动。首先,教师可以根据学生的兴趣爱好选择当前流传比较广泛的歌曲作为背景音乐,在课上播放的同时随机选择学生根据该音乐的节奏或风格做出一个体操动作或舞蹈动作。在该学生之后选择另一名同学接续其动作,由此凑齐8个动作,构成两个小节。其次,重新播放音乐,并要求该八名学生按照自己设计的动作依次完成表演,并要求其他学生跟随模仿、学习甚至改进,并逐步将这些动作组成一段流畅的舞蹈。当学生都能熟练跳出动作后,重新播放音乐,并引导全体学生列队跳舞。同时教师还可以将学生跳舞的片段拍摄记录,并将其发布在校园网或学校新媒体平台之上。通过这样的游戏形式,不仅可以有效强化学生的锻炼效果,而且还能开发学生的创新意识,同时对于学生的运动积极性也有重要激励作用,具备良好的教学效果。

在不同项目的体育教学中,教师则可以结合运动项目内容进行游戏化热身设计。例如在足球教学中,教师可以开展“我是搬运工”的趣味游戏。首先,教师可以将学生分为10-15人的小组,要求各小组排成纵队,每个学生之间间隔一步距离。其次,教师分别将足球传递给各个组最前端一名学生,同一时间开启游戏,前面的学生需要用双手抱住足球,通过后弯腰仰面的方式,将足球从头顶传递给后面的同学,由此依次传到最后一人,速度最快的队伍获胜。通过这样的游戏设计,可以有效锻炼学生的腰部、背部、颈部、腿部、手臂、手腕等部位,进而可以起到有效热身的作用。

(二) 游戏协作, 培养学生团队精神

在高中阶段的体育教学中,大多数体育项目或活动形式都需要学生采取合作的形式,因此团队精神成为教师关注的重点培育内容。不仅可以提升学生的运动水平,而且对学生的长期发展具有重要意义。在实际教学中,教师可以通过设计团队游戏,以此激发学生的集体意识与默契合作能力。

以篮球教学为例,每一个班级中学生对篮球的喜好、运动能力各有不同,为充分发挥出每一个学生在运动中的作用,教师可

以组织“篮球全能接力赛”游戏，以此提升学生的团队意识。首先，根据学生的能力差异分为5人小组，通过抽签的方式进行两两对抗。该游戏共三个阶段，第一阶段由擅长运球的学生带球从篮下出发，通过运球绕柱的方式将球带到中场，并将球传给同伴。第二阶段由不擅长篮球运动的两名学生负责，一般可以选择女生。两名队员需要将篮球放在背后并通过背靠背夹紧，双方不能互相接触的前提下将球运到后场，进而将球传给最后两名队员。第三阶段交给擅长传球和投篮的两名队员，其中一人要带球突进到篮下后，以障碍柱为对手并将球回传到外线的另一名同学手中，该学生可以采取三分球、后仰跳投、罚球线投球、三步上篮等方式投篮，进而完成游戏接力。其次，组织学生按照该游戏展开活动，各小组在赛前需要提前讨论，并有效分配每个队员的职责与任务，以此通过提高合作的默契度，进而缩短时长获得胜利。

（三）趣味情境，提升学生参与体验

强化学生的运动能力与身体素质是高中体育课程的重要目标之一，但身体素质的提升需要学生进行持续性、重复性、机械化的训练，进而才能达到理想效果。但这一过程往往会引起学生的反感情绪与厌学态度，尤其在田径类运动中，学生很难感受到运动的乐趣，进而参与训练的积极性也比较差，更难以获得正面的学习体验。因此教师可以通过趣味情境设计，将枯燥的田径活动游戏化呈现。

例如在接力跑运动中，教师可以设计“保安抓小偷”的游戏情境。首先，教师可以为学生创造一个趣味故事情境：在某大型商场广场上，一个小偷成功从一名女士手中抢到挎包，然后开始逃跑。广场上距离5米处的保安发现并第一时间进行追赶，广场为分流每一百米设置了一道栏杆，当小偷达到栏杆处时将挎包交给自己的同伴，保安也会叫出自己的同伴继续追击。此过程中一共三道栏杆，最后一百米外是一个人流涌动的车站，小偷混入其中就会消失不见，如果在此过程中保安未能追到小偷，则小偷成功逃脱，反之则保安获胜。其次，依据该故事情境，将接力跑运动与情境进行对照，要求学生分为两组追击的形式，第一组相隔5米，以此按照故事情境展开跑步。在分组过程中，教师则要合理分配学生，确保各个小组中学生能力的均衡性，以此展现出追击的紧张感，让学生具有角色扮演的学习体验。通过这样的设计，可以将枯燥的训练活动趣味化，进而提升学生的运动体验。

（四）深化技能，提高学生运动水平

在高中体育教学中，教师还需要关注学生的运动技能发展，尤其在足球篮球等项目运动中，学生的技战术水平不仅影响其团队能力，而且还会直接影响学生的运动体验与成就感。因此教师可以设计针对学生技能训练的游戏活动，以此弱化训练过程的疲惫感与重复性。

以足球教学为例，教师可以针对不同的足球技能设计不同的游戏活动。首先，在培养学生传球技巧时，可以设计“邈猴儿”游戏。该游戏可以选择10-15人为一组，要求全体学生围成一个圈，相互之间保持2米到3米之间的距离。围成圈的学生需要相互传球，传球目标至少要与自己相隔三人以上，以此确保球会经过圆圈靠近中间的位置。随机选择一名学生扮演“猴儿”，站在圆圈中央并通过奔跑和预判，尽快拦截足球。成功拦截或有学生传球与接球失误时，则需要与圈中的“猴儿”互换位置。通过这样的游戏过程，不仅可以提升学生的传球技巧，而且对于学生的反应能力、快速判断意识与身体协调能力有着良好的训练效果。其次，在提升学生射门技巧时，教师则可以设计“射门打靶”游戏。教师可

以在一面墙壁上绘制九宫格或十六宫格，每个格子中随机填写数字，进而要求学生一定距离外的固定点进行推射或者内脚面搓球射门训练，足球击中格子中央且并不压线，则获得格子中对应数字的分数，三轮比赛后累计分数最高的学生获胜。通过这样的游戏设计，可以进一步提升学生对腿部力量的控制效果，进而提升射门精准度。

（五）场地优化，提高学生综合素养

除了对体育活动的形式与内容进行游戏化设计外，教师还可以对学生的体育运动场地进行优化设计，以此凸显出游戏性或趣味性，进而达到提高学生体育意识与运动积极性的目的。

例如在拓展训练课程中，教师可以设计“丛林穿越”主题游戏。首先，教师应根据学校现有的场地进行优化设计，呈现出“丛林”的主题特征。在环境创设中，教师可以与学生形成互助关系，互相提出可靠的建议与想法，进而通过实践行动进行落实。比如学生提出可以利用羽毛球场地创设匍匐前进的“荆棘区”，而教师可以将羽毛球场地上的球网作为“荆棘障碍物”，由此创造符合学生需求的场地特征。又比如利用绳索与单杠可以制作“攀藤区”和“飞跃区”，或者利用呼啦圈摆出的位置设计“跳跃区”与“沼泽区”。通过这样的方式，不仅可以创造出模拟“丛林”的主题体育活动，让学生留下全新的学习体验，而且还能转变学生对传统体育课程的认知，形成新的课程理解。

（六）拓展资源，培养学生体育文化

在游戏化教学应用中，教师还可以进一步发挥传统民间体育游戏的辅助教学功能，以此既可以丰富体育课程资源与内容，又可以强化学生的传统文化和民间文化传承意识，进而达到更好的教学效果。

首先，教师要积极挖掘乡土文化与民间体育游戏资源。例如在春秋两季中，教师可以组织学生开展放风筝活动，通过讲述风筝的制作方法、历史文化背景、放风筝技巧等内容，让学生感受体育文化与游戏活动之间的内在联系。其次，教师还可以利用节日文化，引导学生设计专题游戏活动。例如在端午节，教师可以开展“模拟赛龙舟”游戏活动。学生可以利用硬纸板、塑料瓶等生活用品与道具制作出龙舟的边框模型，学生需要竖直一排站在龙舟框架之中。同时可以使用塑料板制作“联排鞋”，将同一个龙舟中学生的两排鞋子绑在一个长塑料板上。进而开启赛龙舟模拟游戏，学生们不需要敲鼓划桨，而是要喊出统一口号并迈出统一步伐，最快将龙舟“划”到终点的小组获胜。通过这样的方式，不仅强化了学生的文化认知，而且还提高了其动手能力与团队精神。

三、结语

综上所述，在新课程改革背景下，高中体育教学面临着诸多困境与问题。对此，教师应深化游戏教学法的应用策略，进而在热身运动、团队运动、情境创设、技能训练、场地设置、文化传承等各个环节中渗透游戏导向，以此提升体育课程的趣味性、丰富性，进而实现终身体育意识与体育学科素养的培育目标。

参考文献：

- [1] 高婷婷. 游戏教学法在高中体育教学中的合理运用探析[J]. 学周刊, 2022(01): 158-159.
- [2] 严本光. 简析游戏教学法在高中体育教学中的应用[J]. 体育风尚, 2018(12): 118.
- [3] 陈兆义. 浅析游戏教学法在高中体育教学中的应用[J]. 新课程(下), 2019(01): 107.