

在高中体育教学中应用体育游戏的策略

徐丽华

(甘肃省定西市临洮县第二中学, 甘肃 定西 730500)

摘要: 教学是在教师的指导下, 组织学生进行积极探索的一个互动过程, 体育教学更多的是注重学生身体素质的训练。体育游戏教学是在体育教学过程中, 以体育运动作为基本的教学内容, 而以游戏作为教学方法来达到增强学生身体素质的教学目标的一种教学形式。本文, 笔者根据教学经验提出了几点改善高中体育教学的方法。希望通过这几种方法能够提升高中体育教学的趣味性, 激发学生学习体育的兴趣, 读者能够从本文之中有所借鉴。

关键词: 高中体育; 体育游戏; 应用策略

教学活动中, 体育教学的目的是帮助学生提升身体素质。在当前教育体制下, 高中学生的学习压力比较大, 体育课对他们而言既能加强身体锻炼, 也能缓解压力, 呼吸一下室外的新鲜空气。在教学活动中, 运用游戏能有效达成教育目标。将游戏引入体育教学中, 教师和学生成为双边活动者, 教师负责组织和引导整个活动, 学生重在享受学习过程。引入体育游戏的体育教学和平时的体育教学有所不同, 下文将对体育课中融入体育游戏的教学策略展开探讨。

一、体育游戏的概念

体育游戏是体育运动与游戏的结合, 它比普通的游戏更能锻炼人, 也比传统的体育运动更有趣。总体而言, 体育游戏具有快乐性和竞争性两大特点。体育游戏可根据教学对象和教学条件进行不同的设计, 高年级和低年级可以设置不同的体育游戏, 男生女生也可以分别设置不同的体育游戏。许多受欢迎的体育运动都会收录进体育游戏中做素材使用, 包括篮球, 网球, 足球, 橄榄球, 赛车等。学生在体育游戏中首先可以获得快乐, 增强身体的多巴胺分泌, 其次可以增强身体素质, 实现体育的教学目标。

二、体育游戏教学应用实践

(一) 根据教学条件合理设计游戏

在高中学校开展体育游戏要结合学校的教学条件, 根据教学硬件设施设计合适的游戏。在设计体育游戏时, 教师首先需要考虑天气条件、教学设备是否充足等问题, 根据天气情况选择合适的游戏。比如, 夏天太阳暴晒的条件就不适合开展户外游戏, 需要设计可以在室内体育馆开展的游戏。然后教师要分析学生身体素质, 针对学生身体素质设置合理的游戏, 在游戏过程中教师要把控好时间。

例如, 体育游戏的设置要求为室内场地, 并且没有很高的运动强度的体育游戏, 就可以设计一个名为“你追我赶”的游戏。游戏中, 学生按排分组, 每排为一组进行小组比拼, 两组之间互为竞争对手; 每个小组按排站好, 小组之间相距十米面对面站立, 一组命名A组, 另一组命名B组; 给A组设置1米, 2米, 3米三个距离层次, A组学生可以自由选择任一距离跑向距离的地标处并触摸地标然后再折回, 跑回原点; B组则直接在原地起跑, 没有距离设定和地标, 目标就是在A组学生跑回原点前能触摸到他, 触摸到则B组胜, 否则A组胜。

(二) 根据学生兴趣设计游戏

体育游戏教学是让学生在玩游戏过程中感受体育精神, 加强身体素质锻炼, 体育游戏丰富多样, 可以根据教学对象和教学场地随意变更游戏的开展形式。在引入体育游戏时, 要利用体育游戏的

灵活性和可变性, 设置符合学生身体、心理成长的游戏形式。高中学生学习压力大, 平时体育锻炼比较少, 开展体育游戏时应该选择运动强度相对较小的游戏形式, 并结合高中学生的兴趣爱好设置合理的体育运动。

例如, 球类运动比较受这个年龄段学生的欢迎, 很多男生只要看到球就有玩的兴致。因此, 体育教师可以以球类游戏为游戏素材设置体育游戏, 增加游戏的吸引力, 使学生更好地融入到游戏活动中。例如, 教学中可以引入“活动篮圈”的游戏, 以学生喜爱的篮球为素材, 游戏开始前将学生分成两大组, 每组选出两人做“活动篮圈”, 即两个人面对面站立, 手拉手形成一个环; 游戏过程中“活动篮圈”可以跑动组织对方进球, 但不能缩小, 防守队员可以在篮圈附近进行防守; 两组依次做投球组和篮圈组, 哪个组投中的次数多则哪组获胜。

(三) 游戏设定要突出主题

体育游戏既有快乐性又有竞争性, 竞技体育的一个重要作用就是发扬体育精神, 让人们在体育运动中感受到合作、拼搏、坚持等人类优秀品质。因此, 高中体育游戏设定要突出主题, 让学生不仅得到身体素质的提高, 还能学习体育精神, 在未来的生活中受益。

例如, 上文中, 名为“活动篮圈”的游戏, 游戏主题即“合作与竞争”, 因为在游戏过程中, 小组间有竞争, 小组内必须相互合作才能获胜; 再如上文中名为“你追我赶”的游戏, 主题就是“学会舍弃”, 在A组选择奔跑目标时, 必须结合自身实力, 选择的目标太低, 会浪费机会, 而选择的目标太高, 会被B组成员追上而输了比赛。

三、结语

总之, 体育游戏应用在高中体育教学中可以发挥巨大的作用, 高中院校的体育游戏设计要结合教学场地、体育硬件设施设计合适的游戏, 还要根据突出游戏的主题, 让学生在游戏过程中体验体育精神, 塑造良好的人格。如此, 才能达到比较好的体育教学成果。

参考文献:

- [1] 李聪. 试论体育游戏在中学体育教学中的应用[J]. 课程教育研究, 2015(9).
- [2] 杨上峰. 试论体育游戏在中学体育教学中的作用[J]. 文理导航·教育研究与实践, 2012(006):41.
- [3] 周润启. 试论在高中体育教学中应用体育游戏的策略[J]. 天天爱科学(教育前沿), 2020(10).