

基于游戏教学法融入小学短跑教学的研究

王伟杰

(南京市六合区双语小学雄州分校 江苏省南京市 211599)

摘要:小学阶段的学生由于年龄较小,身体正处于发育的阶段,因此,在这一时期学校为学生安排适当的体育训练,有助于学生的生长发育和心理素质的提升。而短跑在小学体育教学中,是一项非常基础的运动,也是每个学生体育课程中必不可少的一个项目。基于此,本文首先将对在小学短跑教学中融入游戏教学法的意义进行探究,其次将分析现阶段小学短跑教学存在的问题,最后根据问题提出策略,以期更好的将游戏教学法融入到小学短跑教学中,为小学短跑教学质量的提升提出有效性建议。

关键词:游戏教学法;小学;短跑教学

引言:现阶段,小学体育教师在较为传统的小学体育短跑教学中,只是通过讲解短跑的理论知识,为学生示范动作等方式对学生进行短跑教学。但由于短跑这项运动相对剧烈,练习起来又非常枯燥,很难让学生提起兴趣,因此,在小学短跑教学中融入游戏,就可以很好的改善课堂氛围,激发学生对短跑运动的兴趣,提升体育课堂的有效性,达到让学生强健体魄的目的。

一、游戏教学法融入小学短跑教学的意义

(一) 促进学生健康成长

小学阶段的体育教学,主要以增强学生体质、促进学生身体健康发展为目标。这个阶段的学生,其骨骼生长、肌肉发育,以及身体各部位器官都处于发育的关键时期。因此,学校应重视对小学生的体育锻炼。适当的短跑训练,可以培养学生在运动中的爆发力。教师通过将游戏融合到学校体育短跑教学中,既能够在快乐运动的过程中,促进学生身体各部位机能的发育。同时,也能使学生在短跑过程中锻炼坚强的意志力,让学生学会坚持的重要性,通过短跑这项运动,教会学生重要的人生哲理,让学生在以后的人道路途中,即使遇到困难,也不会轻易半途而废。

(二) 激发学生对短跑的兴趣

小学生兴趣爱好广泛,其容易被新鲜的、具有挑战性的事物所吸引。目前一些小学的体育课堂教学质量不高,小学生参与体育教学活动的积极性不强,特别是对于短跑这项运动,对于学生的吸引力不大。分析其原因,主要是因为,一些小学体育教师在对小学生进行短跑教学时,仍采用传统的“灌输式”的讲授、示范、练习为主,而对小学生的兴趣爱好,和对小学生学习需求关注较少。教师在短跑教学中引入游戏教学法,就能让体育课堂发生转变,由传统的枯燥乏味,变得有趣味性、多样性、健身性和交互性。在短跑游戏中,各类游戏道具,更有挑战性,更能满足小学生的学习需求,进而促进学生在短跑运动方面的兴趣与发展^[1]。

(三) 培养学生体育意识

小学短跑的教学,既要培养学生小学阶段的体育能力为目标,也要注重训练学生养成终身运动的体育意识。小学阶段的学生正是习惯养成的黄金期,因此,想要让学生养成终身运动的习惯,首先应在体育教学中挖掘学生的运动天赋、培养学生运动热情,通过游戏的形式,让学生爱上短跑这项运动。在小学短跑教学中,教师应根据学生年龄段设置游戏,一般对于低年级的学生来说,设置的游戏比较简单,让学生都能够轻松的掌握游戏的方法,让每一个学生都参与进来,以此来激发学生热情、培养学生兴趣,并能够更好的引导学生养成终身运动的意识。

(四) 促进学生心理健康发展

由于网络科技的不断发展,现阶段小学生放松的方式由从前的

户外运动转变成了现在的网上娱乐。学生通过网络进行电子游戏、观看视频、阅读小说等娱乐项目,但小学阶段的学生不具备辨识能力,网络的发达也会导致信息内容繁杂,并伴有暴力、负能量等不健康的因素。小学生无法对这些信息进行筛选,因此常常出现有学生沉迷网络,或被网络影响而犯错误的现象。学生沉迷网络的原因,一方面是由于互联网发展至今可以满足绝大部分人的需求,迎合使用者的爱好,另一方面,也是由于没有从小养成运动的习惯。因此,在小学短跑教学中,有效的融入游戏教学法,既助于帮助学生身体的各项发展,也有助于促进学生心理健康的发展。短跑运动是一项可以帮助学生养成良好的生活习惯的运动,还能够在户外运动过程中培养学生的社交能力,长此以往,有助于学生养成正确的价值观,让学生保持良好的心理状态和生活状态^[2]。

二、现阶段小学短跑教学中存在的问题

(一) 学校不重视对学生的体育教育

现阶段,我国大部分小学,仍旧对学生的体育教育不够重视,学生体育课学习的内容全部由教师自己决定,由于学校对体育课的忽视,导致部分体育教师对自己所教的学科也不加以重视,认为只要在体育课上带领同学做做简单的运动即可,甚至有些年龄加大的体育教师,受传统教育思想影响严重,只要在课堂上,保证学生安全即可。这种错误的观念导致了学生得不到专业的体育训练,致使体育课对学生来说,就是自由活动和放松的一节课。这样做不利于学生体育意识的养成和身心的健康发展。

(二) 师生间缺乏互动

在小学短跑课堂教学中,教师缺乏对短跑课程的精心设计,在课堂教学中,只注重对学生耐力的培养,很少与学生进行互动。在进行短跑教学和训练时,部分年龄较大的教师认为短跑不需要什么技巧,学生想要练好短跑只需要不停的练习即可,故而,这类教师在对小学生进行短跑教学时,只是让学生在操场上不停地跑步,学生和教师之间除了喊口号,基本上处于零互动、零交流的状态。这种做法导致教师不能及时了解学生的需求,以及学生对于体育学科的态度,致使课堂效率低下,学生学习热情也不高。

(三) 学生对短跑运动缺乏兴趣

由于短跑这项运动强度较大,比较锻炼学生的爆发力和意志力,导致现阶段小学生普遍对于短跑这项运动热情不高,认为短跑课程枯燥无趣,这也主要归因于教师的授课方式不够新颖,教学观念落后,不能够将游戏教学法融合到实际教学中^[3]。部分教师虽然能够在教学中运用到游戏教学法,但自身游戏储备不足,导致设计的内容较为单一。一些教师在进行游戏教学时,选择的游戏比较生硬,如让学生围成一个圆圈,让学生进行“丢手绢”的游戏,虽然达到了游戏的效果,但并没有达到对学生短跑教学的目的,而且这

种游戏学生的参与性不强,导致教学一开始确实可以达到通过游戏来激发学生热情的目的,然而,由于小学生年龄教小,很容易三分钟热度,如果长时间不更换游戏,那么就会导致学生再次对短跑课程产生厌倦的心理。

(四) 训练不当引发的安全问题

短跑项目看似简单,但也存在着一定的安全隐患。部分教师在对小学生进行短跑教学时,省略了拉伸和热身的步骤,在课程开始时,教师就直接让学生开始跑步训练,这样做对学生的骨骼、肌肉、韧带以及心肺等部位都会造成损害。除此之外,一些教师在设计游戏时,游戏难度过高,强度过大,并不符合所教年龄段的学生,游戏中出现大量的碰撞、推搡等身体接触,轻者会导致学生皮肤擦伤,严重的甚至会引起学生骨折,而且这种游戏也容易激化矛盾,不利于学生之间的和平相处^[4]。

三、将游戏教学法有效融入小学短跑教学的策略

(一) 重视对体育教育,培养健康体魄

学校教育是为了学生更好的发展,强健的体魄是学生发展的前提,因此,学校应高度重视对学生的体育教育。首先,学校应重视体育设施的建设,保证体育设施的安全性。其次,学校应在课时分配上,为体育课进行合理分配课时,保证学生能得到充足的体育锻炼。最后学校应该重视对体育教学内容的把控,强化师资力量,统一教学内容,布置教学任务。学校应定期对体育教师的教学质量进行考核。除此之外,学校应该积极开展体育运动,提高学生运动意识。如,学校可以与其他学校进行联赛,以学校为单位,分年龄段进行接力比赛,以此促进学校之间的相互合作,在对小学生进行短跑训练的同时,还能够培养学生的集体精神,和团队意识。

(二) 合理设计游戏,加强师生互动

作为小学体育教师,应在日常教学中,对课程不断钻研,更新教学观念,把枯燥无味的短跑教学课堂变得生动起来。这就要求教师要具备创新意识,能有效的将游戏与短跑教学相融合,既能达到让学生放松娱乐的目的,又能保证教学质量,让学生得到短跑上的训练^[5]。除此之外,教师在对小学生进行短跑教学中,应注意自己的授课方式和说话的语气,多与学生进行沟通,了解学生的需求,在游戏环节,积极参与到游戏中去,通过拉近与学生间的距离,让学生能够主动在游戏中展示自己,与此同时,在游戏中,教师也能为学生起到示范带头作用。营造良好体育课堂氛围,在游戏中观察学生对短跑技巧的掌握程度,以及在短跑运动中的不足之处,针对性的为学生设计训练内容,以此来更好的提高短跑教学的效率。如,教师可以在短跑教学中,为学生设计“喜羊羊与灰太狼”的游戏,教师扮演灰太狼的角色,学生们扮演小羊,设置一个标记地点为羊村,教师通过吹哨的方式来代表白天与夜晚的交替,在白天小羊可以自由活动出来吃草,晚上灰太狼出来抓羊,小羊就必须回到羊村,被抓的小羊可以在白天被同伴解救,但必须躲过灰太狼的追击,不然就会一起被抓。学生通过对小羊的扮演,在躲避灰太狼的追击时,就能很好的利用到短跑这项运动,这种游戏可以增进师生间的感情,让每个学生都有参与感。让学生在娱乐的过程中提升短跑的速度。

(三) 鼓励学生积极参与游戏,激发学生兴趣

相对于其他年龄段的学生,注意力很难集中,而且小学生的坚持能力也不如初中高的学生,这就导致了在小学短跑教学中,因为短跑训练的高强度,学生很难提起兴趣^[6]。这就要求教师在小学短跑教学中,根据学生年龄段的不同,为学生设计不同的游戏,以此

来激发学生的学习兴趣。如,教师在对低年级的学生进行短跑教学时,可以采用“小马过河”的游戏方式进行教学,教师用两根绳子作为河的两岸,用粉笔在绳子中间画圆圈来充当河水中的岩石,圆圈间的距离要符合学生短跑的步幅。教师将学生分为两组,每组认识均等学生扮演小马的角色,教师扮演河水中的鳄鱼,游戏开始时小马必须依次踩着石头才能顺利过河,一旦踩空就会被水中的鳄鱼抓走,最后过河人数最多的一组获胜。通过这个游戏,教师可以教会低年级的学生在短跑中应注意的步幅问题,学生也通过教师所画的圆圈的距离更标准的掌握短跑的步幅。而对于高年级的学生,教师在进行小学短跑教学时,应设计更有难度的游戏,教师可以将学生分为几组进行不同赛程的接力比赛,模拟运动会的场景,让学生通过接力比赛的游戏形式,提升在短跑运动中的爆发力和耐力,通过竞争的方式,提升游戏难度,让学生可以挑战自己、超越自己。在小学短跑教学中,教师通过丰富的游戏模式,对学生进行教学,可以更好的激发学生的运动热情,和学习兴趣。

(四) 合理把控训练强度

短跑是一项具有强度的运动,对于小学阶段的学生来说,过强的训练可能会对学生的身体造成一定的损伤,这就要求小学体育教师在日常教学中,根据学生身体状况的不同,设计不同强度的训练和游戏^[7]。教师在对小学生进行短跑教学时,要时刻把学生的安全放在第一位。在保证学生安全的前提下,合理把控训练强度,主队让学生劳逸结合。教师在带领学生进行游戏活动前,应首先教会学生热身和拉伸运动,避免肌肉和韧带遭受到损伤。在进行训练或者游戏活动时,教师可以将学生分成两大组进行交替活动,一组在进行运动时,另一组原地休息观察另一组的运动,以此来保证学生有充足的体力进行下节课的学习。除此之外,教师在进行队伍分配时,要注意学生搭配的均衡,保证每个队伍的男女生人数、运动能力强弱、学生身高比例等分配合理,以此来保证游戏的公平性,在游戏过程中,教师应注意调节学生间的矛盾,避免发生磕碰等问题,确保学生安全高效的完成一节短跑课程的学习。

结论:小学生由于缺乏社会经历,对身边的各种事物都充满着好奇心,作为一名小学体育教师,应紧紧把握住学生这一时期的心理特征,在小学体育短跑教学中,对课程内容进行精心设计,培养学生自主学习、终身运动的意识。让学生通过学习,爱上短跑这项运动,培养学生坚强的意志力,为学生健康成长保驾护航,也为祖国未来体育事业人才的培养打好坚实的基础。

参考文献:

- [1]赵文杰.体育游戏在小学体育教学中的运用研究[J].青少年体育,2022(03):106-107+78.
- [2]王素萍.浅析体育游戏在小学田径教学中的运用[J].科学咨询(教育科研),2021(12):171-173.
- [3]赵百胜.游戏教学法融入小学短跑教学的探讨[J].田径,2022(05):12-13.
- [4]万丽丽.体育游戏在小学短跑教学中的运用探究[J].田径,2021(01):17-18.
- [5]陈岩.小学体育田径教学中如何有效应用体育游戏[J].田径,2021(01):57-58+45.
- [6]蒋琳.小学体育短跑教学中游戏教学法的应用[J].田径,2020(12):10-11.
- [7]吴俊杰.提高小学体育课短跑教学效果的手段[J].内江科技,2020,41(02):145-146.