

初中体育之小游戏大运用

◆郑晓萍

(汕头市潮阳区后溪中学 广东汕头 515100)

摘要:现如今,新教育体制下,要求学生全面发展,对学生身体素质提出了更高的要求,体育学科受重视程度越来越高。初中生正处于叛逆期,喜欢玩游戏,体育教师在设计教案时,可以设计一些小游戏来提高学生兴趣,让学生在玩游戏的过程中锻炼身体,培养学生的集体主义精神,提高学生的身心健康,推动学生全面发展。本文主要介绍了小游戏在初中体育中的有效运用。

关键词:初中体育;小游戏;运用

新教学改革浪潮下,初中体育教学也发生了很大变化,如笔者所在学校城市的中考体育考试,考试项目有中长跑、立定跳远、原地实心球投掷。日常教学除了教材上的内容外,还需要把教学重点放在中长跑、立定跳远、原地实心球投掷等项目上,导致学生产生较大的学习压力。体育游戏可以锻炼学生的身体素质,对大部分初中生来说,小游戏有较强的娱乐性,压力小,有趣不乏味,容易调动起学生积极性,在锻炼的同时,有助减轻学生的学习压力,提高学生学习体育的兴趣。因此,小游戏教学的模式越来越受到重视,体育游戏内容丰富、形式活泼,对强化学生体质、提高学生参与兴趣等起到很大作用。我们要充分发挥小游戏在初中体育中的运用,让学生在寓教于乐中身体得到锻炼,进而提高学生体育素养。

一、小游戏在体育教学中的主要作用

(一)激发学生参与体育的兴趣

在体育教学中融入小游戏,学生不仅在玩游戏的过程中锻炼身体,还能激发学生学习体育的兴趣,提高教学效率。体育课开始锻炼前,常常会有热身活动,传统的热身运动,单调乏味,学生们往往提不起兴趣,也不愿意活动。这时候体育教师可以让学生做一些小游戏,让学生身体活动起来,这些极具趣味性的游戏不但起到了热身作用,还有效激发了学生的学习兴趣,学生的积极性被调动起来了,进而提高了学生的学习主观能动性。

(二)培养学生的集体主义精神

体育教学中许多小游戏都需要分小组进行,每位学生都是这个集体的一员,在进行游戏时每位小组成员都会想着小组获胜,都会想着为小组争取到荣誉。因此,学生在游戏中就会不由自主的相互配合、团结协作,进而提高学生的凝聚力,培养了学生集体主义精神。同时,学生在做游戏的过程中,也可以体验到集体活动带来的欢乐,初中生的交际能力也得到了提升,便于学生将来走入社会,能够快速适应社会。

(三)培养学生的创新能力

体育教师在设计小游戏时,会制定一个游戏胜利目标。学生们积极玩游戏的过程中,想要获取最终的胜利,就需要思考及变通,需要有创新能力。在游戏的设计上,还可以考虑让学生参与设计,这样便能更大幅度提高学生的兴趣,激发他们乐于设计游戏的创新能力。因此,游戏教学对于学生思维能力的提高有着很大的推动作用,在游戏教学中教师引导学生获取胜利,引导学生参与设计游戏,加大了师生、生生之间的交流沟通,激发了学生主观能动性,培养了学生的创新能力。

二、初中体育教学中小游戏的有效运用

(一)准备活动中的小游戏

传统体育教学在做热身准备时,大多数体育教师会采取慢跑,或做操形式。这种热身方法单一无趣,很难调动起学生的参与热情。慢跑与做操只是热身运动,与体育教材内容没多大关联,没法顺其自然引入新体育教学内容。这时,初中体育教师可以制定一些小游戏来替代慢跑与做操来热身,吸引学生参与其中。有趣的小游戏很容易吸引住学生,可以调动学生积极参与其中,并能够与新体育教材相结合,为新体育知识的学习奠定基础。如“足球”一课,笔者根据足球技术内容,在做准备活动时,将学生划

分为几个小组,组织学生进行运球接力小游戏,引导各个小组站在操场不同位置,在听到哨声第一位学生将足球传递到下一位学生脚下,以此类推,哪一组用时最短,即为胜利。这个小游戏具备竞争性,需要依托于学生之间的团结协作才能完成,对于培养了学生合作意识非常有利。同时,还能有效调动学生的积极性,学生们会积极的参与其中,在玩游戏的过程中加深了学生对新知识的理解,也进行了充分地热身,提高了身体机能及柔韧性,为新课学习做好了准备。

(二)教学过程的小游戏

在初中体育教学活动中要强调学生的主体地位,小游戏在初中体育教学活动中的应用,丰富了体育教学教学内容,新颖有趣的形式让学生积极主动的参与其中,亲自参与到游戏当中,学生们会切实了解新知识,并理解新知识,进而大大提高了体育教学效率。笔者在体育教学活动中,尝试将一些基本体育锻炼动作与技能编制成小游戏,吸引学生参与到游戏中,在玩的过程中锻炼身体,并获取体育知识。引导过程笔者发现,在掌握动作环节,要避免游戏模式,在巩固与运用体育动作的时期可以采用游戏模式,避免体育锻炼高强度让学生产生厌烦心理。以“篮球”教学为例,在讲授学生单手运球技巧时,为了加深学生理解,笔者先将学生划分为三个小组,引导学生在笔者讲授篮球单手运球技巧中总结各个知识点。然后笔者提出问题,各小组根据总结的知识点,抢答问题,一题一分,并进行累计。然后,笔者制定的运球小游戏,可以引导学生将所学知识转换为体育技能,在做小游戏过程时候,划分好的三个小组每组派一个人,三个人同时单手运球向前走,运球中要保证篮球不会被别拦截,同时也可以尝试拦截别人的篮球,谁能把篮球顺利运到终点,获一分。最终累计分数最多的小组获胜,这样刺激有趣的小游戏,不仅加深了学生对单手运球理论上的理解,还提高了学生单手运球动作上的灵活性,进而大大提高了体育教学效率。

(三)课堂结束时的小游戏

初中体育活动的训练强度往往比较高,会带给学生精神上的压力,学生的心情也会非常紧张,情绪会产生激烈的波动,很难平复,带着这样的心情参与到下节课其他学科的学习当中,会严重影响到其他学科学习的开展。基于此,笔者认为在高强度的体育练习课堂即将结束时,可根据学生情绪,制定一些小游戏,体育教师可以借助一些小游戏,使学生在做游戏的过程中,放松身心,学生情绪得以平复。例如,在讲授“弯道跑”中,学生经历“感受离心力、克服离心力、体验螺旋跑、体验直道进弯道和弯道进直道技术”等高强度体育锻炼后,往往会感受到身心疲惫,部分平时较少运动的学生可能还会产生情绪波动。这时,笔者利用手机播放一些柔和、轻松的乐曲,引导学生在舒缓的乐曲中玩“多米诺骨牌”游戏:学生朝同一方向一字排开躺下,双脚并拢,膝关节不弯曲,仰卧举腿做到90°,队头学生快上慢下依次向后传,形成多米诺骨牌效应。在此游戏中,学生借此放松大腿肌肉,调节气息,平复情绪,让学生整个身心平和、轻松,为接下来其他学科的学习创造积极良好的情趣。

三、总结

总之,在初中体育教学中应用小游戏这种新颖有趣的教学模式,不仅有效激发学生参与到体育教学活动中的兴趣,还提高学生自主学习的能力。我们要充分发挥小游戏在初中体育中的运用,让学生在寓教于乐中身体得到锻炼,进而提高学生体育素养。

参考文献:

- [1]曾红玲.体育游戏与初中体育教学探究[J].当代科技教育,2018,04(19):134-134.
- [2]林小华.论体育游戏在初中体育教学中的应用[J].教学思考,2018,26(17):142-142.