

善用小游戏激发小学生体育锻炼的兴趣

◆谢爱华

(广东省河源市龙川县老隆镇第二小学)

摘要: 现在的社会,发胖的学生越来越多。他们发胖的原因之一就是运动量太少。所以,体育老师可以想办法让学生爱上运动,坚持锻炼。要想他们多运动,就要激发他们的兴趣。广大学生都很喜欢游戏,如果能巧妙地把游戏融入体育锻炼中,肯定能激发学生的兴趣。

关键词: 巧妙;哈哈大笑;其乐融融

前言: 现在小学生,很多是小皇帝,无论老师和家长怎么说,他五分钟一过,就是要玩。新加坡教育学家苏启祯博士说过一句很经典的话:“小孩子你不让他玩,他就不让你上课”。笔者教了8年一二年级,发现有的学生就是这样,而且绝对不是傻的学生,你不耐烦地大声呵斥,他可能静了五分钟,五分钟一过,还是蹦蹦跳跳的。回到家还会跟家长说老师吓死宝宝了。接下来老师就有麻烦了。放眼现在的社会,发胖的学生越来越多。他们发胖的原因之一就是运动量太少。所以,我们老师一定要想办法让学生喜欢运动,多锻炼。要想他们多运动,就要激发他们的兴趣。

好的游戏有知识、教育、健身、强技和娱乐功能,很适合小朋友玩。各种各样的体育小游戏丰富多彩,气氛活跃,对同学之间增加感情,锻炼团结合作精神有一定的帮助。广大学生都很喜欢游戏,如果能巧妙地把游戏融入体育锻炼中,肯定能激发学生的兴趣。

一、小游戏符合小学生好玩的天性

鲁迅说过:游戏是儿童最正当的行为,玩具是儿童的天使。好玩的游戏,会让小朋友欢笑不已。这笑声,有魔力,会吸引人,诱惑性很强。笑声的魔力,会促使小朋友大脑亢奋。这笑声,仿佛天使,让小朋友忘掉烦恼,忘掉苦累。

在游戏中,小朋友常常会有磕磕碰碰,没关系,接着玩,谁也不怪谁。在游戏中偶尔跌倒了,没关系,爬起来照跑。在游戏中,偶尔有一点点受伤了,也不影响继续玩游戏,回家也不会在家长面前大惊小怪或抱怨。

二、民间小游戏

民间有许多好玩的游戏,包括体育老师在小时候也玩过,是童年的一大美好记忆,伴随着一代代人成长。这些小游戏很有特色,具有浓厚的生活气息。如踢毽子、翻花绳、丢沙包、跳海、弹珠子等,丰富多彩。发明这些游戏的前辈,初心在很大程度上是为了锻炼孩子的各种技能。如,跳海可以训练学生的平衡力。因为这个游戏要求的是孩子们一条腿来玩,进退有度,转身灵巧。弹珠子这游戏可以锻炼孩子们的手指的准确度。有些游戏教会了学生,学生回到家跟家长一说。没想到爸爸妈妈说他们也会玩,而且还玩到一起,其乐融融。

三、善于制作小器材来玩游戏

巧媳妇难为无米之炊。特别是不发达的我们这些地区,如果按照教材的内容来教很多器材都没有。根本没办法上课。一般的小游戏。没有用到什么器材的话,玩了几次学生就不想玩了。我们体育老师,如果能够别出心裁地制作一些小器材,往往会非常有趣。三年前,我从电视上看到一个游戏叫“踏踏板”,是几个人将脚套在木板上一起走路。这种游戏的目的是训练平衡感、沟通、合作能力等。特别是比赛过程中表现出来的那种滑稽感,给大家一种非常开心的感觉。当时我一看就觉得很好玩。然后,我自己动手做了几块踏板。然后在网上找来图片,教学生怎样穿和游戏规则。在声明了要注意安全之后,学生玩起来了。玩的人兴致勃勃,看的人哈哈大笑,全场热闹非凡。类似制作的游戏器材还有:特殊呼啦圈、淘气的气球、排山倒海等。近三年来,我先后制作和改良了8款游戏器材,学生们都觉得挺有趣。精心制作的器材和特色游戏,形成了我们学校的一道亮丽的风景线。

四、善用游戏

(一) 不同年龄阶段的学生用不同的游戏。

游戏种类繁多,但不是每一样游戏都适合每一个年级的学生。我们一直提倡因材施教,所以老师首先要了解学生的特点,

再结合教学内容来开展游戏。

(二) 合理安排游戏的时间。

游戏该放在课堂的前面,中间,还是后面的多余时间?要结合教材,合理运用。放在前面,可以有趣地导入课堂,活跃气氛。放在中间,可以结合教材内容,加强锻炼。放在后面,可以有效地利用多余时间,劳逸结合,在快乐中锻炼身体。

(三) 引导学生正确对待输赢。

玩游戏往往论输赢,有赢才有吸引力,有赢才高兴。但是玩游戏不能老是分输赢。很多学生怎么说都输不起,输了就不高兴,不高兴就没戏。下次再组织也难了。某些好胜心强的孩子输多了,会对心理成长很不利。有心的老师如果能记得住某些同学比较小气的,加以开导和教育,是很有必要的。有心的老师在组织游戏的时候,会把水平相近的孩子分开来对阵,这样有一定的公平性,孩子输了也愿了。对待输的孩子,给予关心,多引导孩子,输赢无所谓,大家开心就好。如果能帮忙分析输了的原因,有待改进,失败乃成功之母,下次来过,定有赢的时候。

去年,我在四年级12个班中的4个班里挑选了32位同学来排练节目《花式篮球》。在练拍球这个动作时,我看同学们有点不耐烦了,我就组织他们来个小游戏小比赛:以班为单位,比三轮,每轮每班派出一人来比,看谁一口气拍最多。在对孩子们说了正确对待输赢之外,告诉他们,积极练是为了把这个节目一起搞好,现在不要太在乎输赢。同时,告诉他们一个小故事《田忌赛马》,让他们动动脑子,派谁先出场也是一种智慧。通过正确的引导,孩子们都玩得很高兴,之后的很多动作训练中,也来个小组赛,大家输赢都那么高兴。

后来,我深深地感觉到,要让小朋友玩,才玩了一会就觉得累而不玩的话,我还不答应,总想办法让他继续玩,玩到他真的很累为止(当然不能伤害身体)。不要怕他累,你不知道,那些多动症的学生精力不知有多旺盛呢,小游戏可以让他们在不知不觉中锻炼到身体。

参考文献:

- [1]宗树国. 游戏在小学体育教学中的运用[J]. 小学时代: 教师, 2013.
- [2]张枝花. 浅谈体育游戏在体育教学中的几点作用[J]. 教育, 2016(5)

