

Application analysis of sports games in junior high school PE teaching

Zhongliang Zhu

Nanjing No.29 High School, Nanjing, Jiangsu, 210000, China

Abstract

At the present stage of junior high school physical education teaching, the traditional teaching mode has been difficult to meet the increasing diversified needs of students. Sports games in stimulating students' interest, improve the teaching effect showed unique value and profile, its application in junior high school sports teaching to not only provide students with relaxed and pleasant environment learning skills, and can enhance physical quality, cultivate team spirit, competition and rules consciousness, this for their physical and mental health development. In view of this, this paper analyzes the application value and strategy of sports games in junior middle school physical education teaching, hoping to provide some reference for improving the quality of physical education teaching and the comprehensive quality of students.

Keywords

sports games; junior high school physical education; teaching; application; value; strategy

体育游戏在初中体育教学中的应用分析

诸钟亮

南京第二十九中学, 中国·江苏 南京 210000

摘要

现阶段初中体育教学中, 传统的教学模式已经难以满足学生日益增长的多样化需求。体育游戏在激发学生兴趣、提高教学效果方面表现出独特的价值而备受瞩目, 其在初中体育教学的应用不仅为学生提供轻松愉快的环境学习运动技巧, 又能达到增强身体素质、培养团队合作精神和竞争和规则意识目的, 这对于他们身心健康发展大有裨益。有鉴于此, 文章就体育游戏在初中体育教学中的应用价值及其策略展开分析, 希望为提升体育教学质量及学生综合素质提供一定参考。

关键词

体育游戏; 初中体育; 教学; 应用; 价值; 策略

1 前言

体育游戏作为一种集运动、娱乐、教育为一体的活动形式, 近年来在中小学体育教学中得到了广泛的应用, 其具有多重含义: 一是依托游戏规则、比赛方式等要素组织开展的体育活动。体育游戏不仅包括篮球、足球等传统集体项目, 还涵盖了跳绳、接力赛等个人项目或小组项目。二是体育游戏的一个重要特点就是规则。体育游戏规则通常能够引导学生进行合理的互动和竞争, 无论是个人竞技还是团队合作同样如此。三是体育游戏往往结合娱乐性和竞技性, 核心在于参与到其中学习运动技能与增强身体素质, 并经此培育他们团队合作精神和竞争和规则意识。

2 体育游戏在初中体育教学中的应用价值

初中体育教学中体育游戏的应用价值体现在几个方面: 一是对学生的生长有明显的促进作用。作为身体发育关键阶段, 学生在初中时期积极参加体育游戏能促进其骨骼、肌肉和心肺功能的全面发展。在初中体育跑步、跳跃、球类运动等教学内容中应用丰富多样的体育游戏可以很好地吸引学生参与到其中, 在该过程中他们进行了大量的锻炼, 从而促进其生长。二是体育游戏对学生心理素质的培育作用也十分显著。随着年龄的增长, 初中生开始面临学业压力和社会适应问题, 而体育游戏则借助轻松有趣的方式帮助学生放松心情, 缓解心理压力, 并逐步增强他们情绪管理能力。同时参与体育游戏中的竞争与协作, 可以使学生特别是集体游戏中体会到合作解决问题, 以增强其自信心和团队协作成就感。三是体育游戏的应用对于学生增强社会交往本领也起到了积极作用。处于社交能力发展关键阶段的初中学生, 在体育游戏团队合作中锻炼同学之间相互配合、相互交流的能力的

【作者简介】诸钟亮(1975-), 男, 中国江苏南通人, 本科, 高级教师, 从事中学体育教学研究。

活动,这对他们社交能力发展大有帮助。比如在体育游戏团体活动中,学生需要相互协调行动,进行战术上的配合,既使学生的集体意识得到提高,又促进了同学间形成良好的社交互动。学生在体育游戏过程中,学会了怎样与人合作,化解矛盾以及共同达到目标,这为今后他们社会适应能力和团队协作能力的培养奠定坚实基础。

3 体育游戏在初中体育教学中的应用策略

3.1 在篮球教学中应用体育游戏

在初中篮球运球、投篮、传球、防守等内容教学中,教师可以借助于体育游戏的应用加强学生对这些基本技能的掌握。简单而言,篮球教学中教师应用体育游戏以寓教于乐的方式既提升了学生学习兴趣,又能让他们在轻松愉快的氛围下掌握篮球技能。在具体应用上,初中体育教师结合具体篮球教学内容以及学生兴趣喜好实际可以设计不同类型的体育游戏。常见的一种游戏是“运球接力赛”。这个游戏初中体育教师可以在篮球教学的早期阶段开展,目的在于让学生掌握并提高其运球与控球技能。在具体游戏中,体育教师可以把班级分成若干组,每组学生轮流进行运球,绕过障碍物后,将球传给等候着的下一个同学,直至小组中全部学生都完成,看哪组最快。学生通过该体育游戏增强与同学配合精神的同时,也能够在竞争和互动中提高自己运球和控球能力。另外,体育教师在运球接力赛中根据教学要求及学生学习情况可以设置不同类型或高(宽)度的障碍物,以进一步提升他们运球和控球能力。另外,初中体育教师篮球教学中还可以应用“投篮竞赛”这个游戏。在投篮竞赛游戏中,教师可以设置不同的投篮目标,如三分线、罚球线等,通过不同的投篮任务让学生锻炼投篮技能。为了增加趣味性和挑战性,初中体育教师可以设计“积分制投篮比赛”,每个学生在投中一个目标以后,根据完成投篮项目给出不同的分数,比如快速运球急停投射进计4分;三分线外投进计3分;三分线内定点投篮(除罚球线外)计2分;罚球线投进计1分,最终的成绩由积分的多少来决定。这样既可以帮助同学们提高投篮的准确性,又可以让同学们在游戏中体会到成就感,激发参与的兴趣。

3.2 在田径教学中应用体育游戏

体育游戏在初中田径教学也有很大的应用价值,特别是如跑步、投掷等基础田径技能教学上。体育教师通过对与田径有关的体育游戏进行设计应用,在激发学生学习兴趣的情况下积极参与到练习中对相关田径技巧予以掌握。为此,初中体育教师在田径教学中可采用以下两种游戏:第一,赛跑游戏“极速穿越”。该游戏旨在增强学生的短跑能力,尤其是起跑反应、中途加速以及冲刺等方面技巧。游戏中教师在跑道上可以设置若干障碍物,如:标志物、小阶梯等,让学生快速奔跑并越过障碍物。随后将学生分组以小组为单位开展比赛,看哪组学生可以在最短时间里跑完。为了增加该

游戏地趣味性,体育教师在实施时可以通过逐步增加障碍物数量来提高游戏难度,以此增强学生们短跑能力。学生通过该赛跑游戏的应用可以让他们在实际比赛中掌握到起跑反应、中途加速以及冲刺等方面技巧,同时短跑速度及协调性也会得到提高。第二,“远投挑战”投掷比赛。这个游戏是用来提高学生的投掷技巧的,特别是在投掷的准确度和力度上。该体育游戏中,教师先规定出具体的投掷距离,随后设置如环形靶标、桶或筐等多个不同的目标,然后让学生在投掷距离外用塑料实心球或铁饼向目标内投掷,每个人轮流投掷看谁能投中。随着学生们投掷水平提高,该游戏的难度也会逐渐加大,即体育教师可调整投掷距离或者是更换更小的目标,以此让他们更好地掌握投掷技巧。另外为增加该游戏的挑战性,体育教师也可以采取积分制,即在同一个投掷距离内投中由大至小的目标给出不同的分数,并设定最终的优胜标准(如投中最多目标或得分最高的学生获胜即为优胜)。通过在初中体育教学中应用“投远挑战”游戏可以较好地让学生掌握包括力量控制、角度判断、精度等方面的投掷技巧。

3.3 在足球教学中应用体育游戏

初中体育教学中,针对传球、控球、过人以及射门等足球基本功教学中也可以应用到体育游戏。学生通过游戏化的授课方式,在愉悦的气氛中提高自己的足球水平,同时也锻炼了团队协作的精神。第一,为让学生们掌握传球基本功,初中体育教师可以组织“传球接力”游戏。该游戏中教师将学生分几组,每组排成一个列,依次传球。球一定传给下一位同学,不能把球传到接过的学生。如果球被传失或传错,则该组就要重新开始。该体育游戏在锻炼了学生们的传球基本功的同时,又能提升他们团队配合能力。第二,针对足球控球基本功教学,体育教师可以组织“盘带障碍赛”游戏。学生需要在游戏中盘带着足球绕过场地中标志桶、锥形标等所设定的障碍物,待一个学生盘带完成后开始下一个。教师在学生盘带过程中对每个同学进行计时,时间最短者获胜。该体育游戏赛既锻炼了学生控球技巧,又增强了他们复杂球场环境下灵活运球能力。第三,在足球过人基本功教学上,初中体育教师可采用“过人挑战赛”。该游戏规则为将学生分成几组,每组一字排开,每人面对着一个防守球员,随后带球的同学在规定的时间内成功过人。若超时未通过,该同学需重新排队等候下一轮的挑战。该体育游戏在锻炼同学们过人技术的同时,也增强了同学们的应变能力和柔韧性。第四,针对足球射门基本功教学,体育教师则可以采用“射门得分赛”。在该游戏中体育教师先将选出两名同学作为门将守门,随后把剩余的学生分为2组,每组依次在点球点进行射门,每射入一球得一分,规定时间内分得多的球队获胜。为提升学生足球射门水平,体育教师可逐步将射门位置外移或调整。最后,在足球教学中初中体育教师要灵活地调整游戏规则和难度,以学生的实际水平和兴趣爱好为依据,以保证每一位学生都能主动参与以及足球基本功得到有

效锻炼。同时，教师们也要注意在体育游戏中的安全性，保证不让学生在运动中受到伤害。

3.4 在排球教学中应用体育游戏

针对初中体育排球传接球、扣球等基本功教学上，教师可以应用以下具有挑战性的体育游戏来增强学生的技术和体能。首先以分组的形式进行“三传接力赛”，由学生依次完成正传、反传、上手传等三种不同方式排球传递。体育教师要求每位学生做完上述传球后快速将球传给下一位学生，然后其继续做三传接力直至小组最后一名同学。这样的练习不仅可以加强学生们对不同传球技巧的掌握，同时也有助于培养他们传接球的应变能力。同时教师在该游戏过程中可设定时限，要求各组在规定时间内完成任务，先完成的队获胜，增加紧迫感以及游戏地竞争性。另外，为提升学生之间传接球的密切配合，体育教师在他们开展“三传接力赛”游戏过程中可以要求每一组成员之间进行眼神交流或手势配合。其次，初中体育教师可以应用“弹跳力扣击挑战赛”游戏针对学生在扣球技巧和弹跳力方面地培育。在该游戏中，教师可以通过分级设计来调节难度，同时还可以设置不同高度的网和扣杀目标区。游戏开始之前，教师要求学生以跳跃动作把球击打至目标区域，同时每位学生游戏中只能扣球一次。如此设置目的是防止学生过度进行扣球练习，以让他们都能集中精力在每一次扣球上提高精准度。在扣球动作教学上，为使学生的动作多样化与灵活性得到增加，教师可以设置诸如单臂扣球、双臂扣等各种不同的技术要求。通过这样的方式，学生在训练中既能提高扣球动作的规范性以及自控能力，又能在保证排球能准确扣进目标区域，尤其是培育他们面对不同球速或弹跳高度情况下可以调整力量和角度进行精准扣球的能力。另外，教师在设计这些游戏的时候

也要适当地调整难度，这需要基于学生的实际能力。比如，在“三次传球接力赛”游戏过程中传球距离和接球范围可以随着学生传接球水平提升而逐渐增加；在“弹跳扣球挑战赛”中，网的高可以随着学生的技术水平的提高而逐渐上升，或者根据学生的体能状态对扣球的次数和力度要求进行调整。通过这种递进式游戏设计，既能保证学生排球基本功学习不断扎实，又能激发学生的学习兴趣使他们在愉悦的气氛中技能水平上进一步提高。

4 结语

综上所述，体育游戏作为一种较为有效的教学手段，它应用于初中体育教学能够在提高学生的参与度情况下增强他们团队协作性与社会交往能力，同时还可以让其处于轻松愉悦的气氛里有效促进体能、运动技能的提高。对此，广大初中体育教师须结合具体的教学内容以及据学生的兴趣、能力设计出适宜的体育游戏，并对内容及难度进行弹性调整，使学生的学习动机得到进一步的激发，促进学生全面发展。未来，教师还应不断探索和运用更多的、更有趣或具有挑战性的体育游戏来提高教学效果以及培养学生的综合素质。

参考文献

- [1] 鞠虎.体育游戏在初中体育教学中的应用分析[J].田径, 2024(3): 4-6.
- [2] 王奇才.体育游戏在初中体育教学中的应用策略分析[J].电脑爱好者(电子刊), 2023(6):691-692.
- [3] 沈道峥.体育游戏在初中体育教学中的应用策略分析[J].进展:教学与科研, 2022(3):186-187.
- [4] 魏清军.体育游戏在初中体育教学中的应用策略分析[J].冰雪体育创新研究, 2022(1):118-120.