

The reasonable use of sports games in primary school physical education

Jiangyuan Ou

Guzhen School, Zhongshan City Guangdong Province, Zhongshan, Guangdong, 052400, China

Abstract

In the context of the new curriculum reform, sports games serve as an effective teaching tool that plays a vital role in enhancing physical education quality in primary schools. This paper systematically explores practical strategies for implementing sports games based on the characteristics of elementary physical education. Research findings indicate that through goal-oriented game design, tiered activity organization, innovative game formats, deep integration of information technology, comprehensive teaching arrangements, and a multi-dimensional evaluation system, we can effectively stimulate students' interest in sports and promote their holistic development. The study establishes a complete framework for implementing sports game-based instruction, aiming to provide practical references for frontline teachers to optimize physical education classroom practices.

Keywords

primary school physical education; sports games; education and teaching; application path

体育游戏在小学体育教学中的合理运用

欧江源

广东省中山市古镇学校，中国·广东中山 528400

摘要

在新课程改革背景下，体育游戏作为一种有效的教学手段，对提升小学体育教学质量具有重要作用。本文基于小学体育教学特点，系统探讨了体育游戏的合理运用策略。研究表明，通过目标导向的游戏设计、分层递进的活动组织、形式多样的游戏创新、信息技术的深度融合、全程贯穿的教学安排以及多元立体的评价体系，可有效激发学生运动兴趣，促进其身心全面发展。本文构建了完整的体育游戏教学实施框架，以期为一线教师优化体育课堂教学提供参考。

关键词

小学体育；体育游戏；教育教学；运用路径

1 引言

体育作为立德树人的重要载体，在促进学生全面发展中扮演着不可替代的角色。传统小学体育教学中存在的教学内容单一、学生内在动机不足等问题，在一定程度上制约着其育人功能的充分发挥。体育游戏以其独特的趣味性、体验性和教育性，成为破解教学困境、激发课堂活力的关键切入点。探讨分析体育游戏在小学体育教学中的优化应用，对于提升教学效率，培养学生规则意识、协作精神和健全人格等具有深远意义。

2 体育游戏的应用现状

体育游戏是一种按特定规则进行的体育活动，其以身体练习为基本手段，以增强体质、娱乐身心、陶冶性情为目的，将竞技性、娱乐性与健身性巧妙融合，旨在将单调的技

能训练转化为富有趣味性和挑战性的实践活动。在体育教学中，教师需根据学生实际需求和教学目标，科学设计和组织游戏活动，使之成为一种有效的教学手段，从而有效构建高效课堂，辅助达成教学目标。近年来，国家教育主管部门高度重视体育游戏在实践中的应用创新，在体育游戏组织实施、科学管理与安全管控等方面制定并实施了诸多宏观政策，为新时期全面实现体育游戏的实际价值提供了重要基础遵循^[1]。同时，广大教育工作者同样在丰富体育优秀内容、创编系列性游戏活动、搭建数字体育平台等方面进行了诸多有益探索，成效显著。尽管如此，受限于诸多主客观要素，当前体育游戏设计与组织水平尚有较大提升空间，有必要总结相应的教学方法策略，全面提高体育教学质效。

3 体育游戏的多元价值分析

3.1 身体发展价值

小学阶段是人体动作模式形成的关键期，体育游戏可通过情境化任务，帮助学生在无意识中掌握基础动作。比如，

【作者简介】欧江源（1971—），男，从事广东云浮人，本科，小学一级教师，从事中小学体育教育研究。

“障碍跑”游戏可将攀爬、跳跃、平衡等动作融入“穿越丛林”等故事情境，学生在完成游戏中的相应任务时，自然形成正确的动作记忆，实现寓练于乐。研究表明，经常性参与体育游戏可有效促进少年儿童新陈代谢，改善心血管系统和呼吸系统功能，增强骨骼和肌肉发育，进而预防和改善“小胖墩”、“豆芽菜”等体质健康问题，为学生终身健康奠定坚实基石^[2]。

3.2 心理发展价值

游戏本身所具有的趣味性、新奇性和竞争性可极大地激发学生参与热情，将外部要求的“要我运动”转变为发自内心的“我要运动”。在游戏过程中，学生体验到的是紧张、兴奋、喜悦与成就感等积极情绪，而这种愉悦的体验有助于释放学习压力，形成乐观开朗的性格，并最终培养起对体育运动的持久兴趣和终身锻炼的意识。同时，体育游戏通常伴随着规则、挑战和胜负结果，学生为赢得游戏，需付出努力、克服困难、坚持到底，这本身正是对毅力和自制力的绝佳锻炼。

3.3 社会适应价值

体育游戏，特别是集体性游戏，可使学生在真实互动中学习如何与人相处，如何融入集体。在体育游戏中，学生必须学会控制自己的行为，在规则框架内进行活动，违反规则会受到相应的“惩罚”或导致团队失利，该种经历有助于学生深刻体会到规则的严肃性和必要性，从而潜移默化地建立起内在的规则意识和纪律观念。此外，游戏过程本身就是一个人际交往的过程，教师通过引导学生学习如何表达自己、如何理解他人、如何通过协商解决问题，从而社会交往技能。

4 小学体育教学中体育游戏的应用策略

4.1 紧扣教学目标，科学设计游戏内容

体育游戏在课堂中的应用，首要原则是服务于教学，而非为了游戏而游戏。因此，游戏的设计与选择必须紧密围绕课时的具体教学目标展开，确保游戏的趣味性能够有效导向教学的有效性，使学生在愉快的体验中，潜移默化地掌握知识、提升技能、发展体能。合理融合“逆向设计”理念，先明确本节课学生需要掌握的核心技能，再据此去寻找或创编能够承载此教学目标的游戏载体^[3]。以一节以“发展学生跳跃与平衡能力”为目标的体育课为例，若教学目标仅仅是让学生重复练习立定跳远和单脚站立，学生参与兴趣必然不高。对此，可创设一个“小青蛙过荷塘”的情境游戏，将体操垫散点放置作为“荷叶”，学生扮演“小青蛙”，并用双脚起跳、双脚落地的方式从一片“荷叶”跳到另一片“荷叶”。到达“荷叶”后，做出一个标准的“金鸡独立”姿势并保持3秒钟，才能继续前进，如果中途脚落地则需退回起点重新开始；最终以安全、快速到达对岸的小组为胜。

4.2 结合学生特点，分层实施游戏活动

不同年龄段的学生在认知水平、身体素质和兴趣偏好上存在显著差异，体育游戏的应用必须遵循因材施教的原

则，根据学生实际进行分层设计，确保游戏活动既能满足所有学生的需求，又能为每个学生提供在其“最近发展区”内的适当挑战。低年级学生注意力持续时间短，以具体形象思维为主，模仿能力强，游戏设计应侧重于情境简单、角色鲜明、规则单一的活动，如“老狼老狼几点了”“小动物模仿赛”等，重在激发兴趣和培养基本活动能力。中年级学生规则意识萌芽，合作需求增强，可引入“十字接力”“攻防堡垒”等规则稍复杂、需要初步战术配合的团队游戏，在提升技能的同时发展其社会性。高年级学生具备一定的抽象思维能力，竞争意识和表现欲强，可设计策略性更强、技能要求更高的球类战术游戏或挑战性体能游戏，以满足其心理需求。

4.3 创新游戏形式，激发学生参与热情

体育游戏的活力源于其持续的吸引力，而创新游戏形式的本质在于以学生兴趣为引擎，重构体育学习体验。对于新时代成长起来的新一代学生，传统游戏形式容易因重复使用而失去新鲜感，降低学生参与度。因此，教师应担当“游戏设计师”的角色，通过持续创新游戏的形式、内容与载体，为学生制造惊喜，不断点燃其参与热情，使体育课堂始终保持强大的向心力。一方面，可探索对常见器材的非常规使用。比如，一条普通的跳绳，除了用来跳，还可以作为“电网”让学生匍匐前进，作为“边界线”划定区域，或作为“传送绳”进行团队接力。另一方面，对规则进行微小调整也能带来全新体验，比如可在接力赛中引入“任务卡”，要求队员在折返点完成一个模仿动作或解答一个简单问题，将单纯的速度竞争变为智力与体力的综合较量。

4.4 融入信息技术，拓展游戏教学空间

在数字化教育背景下，信息技术与体育游戏的深度融合可有效突破传统教学局限、提升课堂效能。通过多媒体、智能设备、AI算法等技术的介入，体育游戏得以突破时空限制，构建“虚实结合”的沉浸式体验，同时对体育动作进行精准分析，辅助开展个性化训练，并渗透跨学科知识，从而全面提升学生运动能力与综合素养。以“AI智能跳绳挑战赛”为例，可由学生佩戴运动手环，实时记录跳绳次数、频率、中断次数等数据，并通过蓝牙传输至教师端平板。根据学生历史表现，系统自动划分基础组、进阶组和挑战组，并生成个性化训练计划。以游戏化竞争机制为依托，在课堂设置“跳绳能量站”，学生通过完成指定次数为小组积累“能量值”，能量值最高的小组可解锁“虚拟奖杯”并在校园电子屏展示。通过上述方式，培养学生信息素养、问题解决能力与终身运动意识，为小学体育教学的数字化转型提供支撑^[4]。

4.5 贯穿教学全程，优化课堂结构安排

体育游戏的价值不应仅局限于课堂的某个环节，而应作为一条主线，有机贯穿于体育教学的始终。将游戏化思维融入课堂导入、展开与结束全过程，可深度优化课堂结构，使整堂课形成一个目标明确、节奏流畅、张弛有度的有机整体，从而最大化地维持学生学习兴趣与参与度。以“小小消

“消防员”全流程游戏教学为例，可在情境导入中播放消防员灭火视频，提出任务“消防队要快速通过障碍区到达火场，你们能设计出最省时路线吗”，学生分组讨论并绘制路线图。在技能探索中，设置包含平衡木、跨栏架和软垫等在内的“消防训练场”，学生尝试通过障碍，教师引导观察动作。在竞赛巩固环节，则可开展“消防接力赛”，每组学生依次通过障碍区，并将“水枪”传递给下一位队员，最快完成的小组获胜。游戏后，展示真实消防员训练数据，引导学生计算本组与专业水平的差距，并讨论“如何通过日常锻炼提升体能”。

4.6 注重实际效果，建立多元评价机制

传统以“技能测试成绩”或“教师主观评分”为主的评价模式，易忽略学生在游戏中的参与态度、合作能力、创新表现等隐性素养，使评价结果与实际发展需求脱节。对此，应建立多元评价机制，以过程性评价为核心，融合量化指标与质性描述，动态追踪学生在体育游戏中的成长轨迹，使评价真正成为改进教学、促进发展的工具。体育游戏的价值是多元的，一个完整的评价应至少包含运动技能、体能表现、参与态度、社会合作等内容，以更全面地反映学生在游戏中成长，避免“唯结果论”。同时，改变教师作为唯一评价者的局面，将学生自评、生生互评纳入评价体系，引导学生回顾自己在游戏中的表现，并学习观察和欣赏同伴的优点，培养学生的主体意识和元认知能力。此外，注重发展性评价，建立运动成长档案，记录学生从期初到期末在运动能力、参与态度等方面的进步轨迹，让学生清晰地看到自我成长，赋予其持续努力的动力。

5 体育游戏运用的注意事项与优化建议

5.1 安全第一，严密组织

安全是体育游戏设计与实施的首要前提，直接关系到教学活动的可持续性与学生身心健康的保护。小学阶段学生身体发育尚未成熟，骨骼、肌肉及关节的稳定性较弱，且自我保护意识与风险判断能力有限，若游戏组织疏漏或安全措施不到位，易引发扭伤等运动损伤。因此，游戏前需全面检查场地平整度、器材稳固性及周边障碍物，并根据游戏类型动态调整保护措施。需制定应急预案，明确伤情处理流程，确保事故发生后能快速响应。将安全教育作为游戏教学的有机组成部分，通过情境模拟、案例分析等方式培养学生的风险识别与自我保护能力，构建完善的游戏安全保障体系。

5.2 规则明确，公平公正

小学阶段学生规则意识处于发展期，若规则表述模糊

或执行偏倚，易使游戏秩序混乱、学生矛盾激化，削弱游戏的教育价值。对此，体育游戏规则应细化至动作标准、胜负判定、违规处罚等细节，为游戏组织实施提供可靠保障。比如，在“十字接力”游戏中，需明确“接力棒必须手递手传递，掉落需在掉落处重新拾起”“违反规则的队伍扣除10秒时间”等条款^[5]。同时，游戏规则需对全体学生统一适用，避免因性别、体能差异调整标准。对于规则争议，应探索建立即时申诉和集体评议的解决机制，既维护教师的权威性，又尊重学生的主体地位，使规则成为保障游戏公平的有效工具。

5.3 把控运动负荷与课堂纪律

小学体育课程时间有限，若运动负荷过低，学生易产生疲劳感与厌倦情绪，而若负荷过高，则可能引发过度疲劳甚至运动损伤。教师应基于运动生理学原理，通过对游戏时间、强度、密度的精细化设计，实现运动负荷的合理分布。采用心率监测、主观疲劳量表等工具建立负荷评估体系，根据学生的个体差异实施相应的差异化方案。在课堂纪律管理方面，应超越简单的行为控制层面，建立清晰的行为边界与连贯的奖惩机制，培养学生的自我调控能力。注意游戏转换环节的衔接管理，采用明确的视觉或听觉信号，确保教学活动流畅过渡，实现活而不乱、动而有序的教学理想状态。

6 结语

综上所述，体育游戏的核心价值决定了其在小学体育教学中的关键价值。因此，教育工作者应宏观审视体育游戏的内涵特征，精准把握其在课堂教学中的应用目标、方法、路径，始终保持游戏与教学目标同频共振，辅以现代化的信息技术与多元的发展性评价，构建体育游戏科学化、体系化的教学路径，体育课堂便能真正成为学生向往的“活力场”，推动小学体育教学迈向一个更加生动、高效且富有生命力的新阶段。

参考文献

- [1] 张霞.民间体育游戏在小学体育课堂中的实施与效果[J].冰雪体育创新研究,2025,6(15):26-28.
- [2] 张桥玲.信息技术支持下游戏化学习模式在小学体育教学中的应用与反思[J].文体用品与科技,2025,(09):88-90.
- [3] 黎周勇.游戏化教学在小学体育体能训练中的模式研究[J].当代教育家(下半月),2025,(05):73-74.
- [4] 吴俊伟.体能游戏在小学体育教学中的价值体现与实施策略[J].田径,2025,(07):34-36.
- [5] 王中坤.体育游戏在小学体育教学中实施现状与作用[J].天津教育,2025,(16):113-115.