

# 中小学体育教学中体育游戏设计与选择

冯 猛

天津师范大学体育科学学院, 天津

收稿日期: 2023年5月7日; 录用日期: 2023年6月7日; 发布日期: 2023年6月14日

## 摘 要

体育游戏作为一种有效的教学方法, 它对全面发展学生的身体素质、提高基本活动能力、掌握知识技能等有着积极的作用。通过文献资料法、经验总结法、逻辑归纳法等研究方法, 探讨在教学中选择体育游戏进行教学的因素与原则, 教师应该以健康第一, 促进学生健康发展、调动学生的积极性, 增强免疫力、培养兴趣, 传授运动技能、立德树人, 增强学生的道德观念为原则, 用提高学生的兴趣、帮助学生树立终身体育的意识等方法, 来积极地调动学生参与体育活动, 为体育教师的有效教学提供了一定的参考。

## 关键词

中小学, 体育游戏, 设计与选择

# Design and Selection of Sports Games in Sports Teaching in Primary and Secondary Schools

Meng Feng

School of Sports Science, Tianjin Normal University, Tianjin

Received: May 7<sup>th</sup>, 2023; accepted: Jun. 7<sup>th</sup>, 2023; published: Jun. 14<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

As an effective teaching method, sports games play a positive role in the comprehensive development of students' physical quality, improving their basic activity ability and mastering knowledge and skills. Through the literature method, experience summary, logic induction research method, discuss the selection of sports games in teaching factors and principles, teachers should take the health first, promote the healthy development of students, arouse the enthusiasm of students, enhance immunity, cultivate interest, teach sports skills, establish morality and cultivate people,

enhance students' moral concept as the principle, improve the students' interest to help students set up the consciousness of lifelong sports, to actively mobilize students to participate in sports activities, providing a certain reference for the physical education teachers' effective teaching.

## Keywords

Primary and Secondary Schools, Sports Games, Design and Selection

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

通过对一些学者的研究进行总结, 体育游戏作为一种有效的教学方法, 积极地采用游戏教学法, 可以提高教学的效果, 它对全面发展学生的身体素质、提高基本活动能力、掌握知识技能等有着积极的作用[1] [2]。通过体育游戏, 不仅能促进教学与训练任务的完成, 还能培养学生遵守纪律、团结友爱的集体主义精神等优良品质。在教学过程中把游戏引入教学中, 提高教学的质量、丰富自己的教学手段、有效调动学生参加体育的积极性。

## 2. 体育游戏的分类

按照人体的基本活动分类。人的基本功能能力主要是指步行, 奔跑, 跳跃, 投掷等。根据基本功能能力的分类, 根据特定基本功能能力的发展选择特定的游戏, 以使人们了解和理解活动过程中动作的一些基本特征。如: 追逐跑等。

按照身体素质的作用分类。体质是人体在活动中所具备的各种功能能力。体育的游戏是根据的身体素质进行分类, 体育的游戏的重点是活动的过程, 从而有效地提高一定的身体素质。可分为速度类、敏感类、弹跳类、弹性类等。

按运动项目分类。有一些的运动项目都是从追逐、跑等相关的游戏中发展而来, 在一些体育游戏的组织活动的形式, 使用场地等都与其相对应的运动项目有关。根据一些运动的分类, 可以分为篮球、排球、足球、田径等。

按体育游戏活动场地分类根据游戏的地点进行的分类将反映出不同的体育游戏是否适合于不同的地点。按位置分类, 分为篮球场, 足球场, 田径场, 沙滩, 室内等。

## 3. 体育游戏设计的原则

### 3.1. 以健康第一, 促进学生健康发展为原则

21 世纪以来, 中小学生的体质健康得越来越受到社会的关注, 体育教育也成为社会的关注话题, 体育游戏作为一个可以同时身体发展与教育的教学方式, 因此在进行设计和选择时要从学生的健康角度出发, 在进行体育游戏的同时促进学生身心健康全面发展[3]。

### 3.2. 以调动学生的积极性, 增强免疫力为原则

体育与教育进行融合, 在育体的同时也要育人[4]。体育游戏作为一种教学方式, 可以很好地带动学

生的积极性,使学生积极地投入进行并愉悦了身心,由于在进行游戏时身体处于运动中,对增强自身的免疫力也有作用,在进行体育游戏的设计时不仅要有新鲜感,还要调动学生积极参与。

### 3.3. 以培养兴趣,传授运动技能为原则

体育游戏作为一种有效的教学方式,可以让学生感受到体育教育的魅力,也改变了传统的教育模式。在进行体育游戏的设计时不仅仅是满足学生的兴趣[5],还要在游戏中传授学生运动的技能,学生对运动技能有兴趣才去锻炼,身体素质也随之提高。

### 3.4. 以立德树人,增强学生的道德观念为原则

育人与育体对学生及其其他人的素质有着很高的要求并且在提高学生的素质方面有着重要的意义。在进行体育游戏的设计时要在游戏中向学生传达一种正确的价值观与世界观,培养学生积极向上的道德观念,做到育人也育体。

## 4. 选择体育游戏的路径

### 4.1. 根据教学对象的实际情况进行体育游戏的选择

在中小学的学生中由于各种原因如:自身的性格、运动的兴趣较差、家庭的教育方式等导致个人的体质存在许多方面的差异,所以在进行体育游戏的选择时要充分考虑教学对象的年龄、性别等实际情况,这样才能在增强体质的同时增强教育,获得共同的发展[6]。例如喜欢跑跳的学生可以进行两人的抛球跑步,发展学生的灵敏、协调还培养了学生之间的默契与合作;追逐跑锻炼学生的跑动能力的同时培养团队之间的良性竞争等;对一些反应能力较弱的学生可以进行名为看谁“反应快”的游戏即画两条间隔20米的线,学生在中间进行原地的小步跑,根据教师手指与语言一组做出反应进行跑,另一组进行追逐,发展学生的反应能力

### 4.2. 根据相关技能的传授和程度的把握进行体育游戏的选择

教学的首要任务是传授知识,教学任务是否完成是一堂好课的标准之一。任何练习形式的设计,都是以教学内容为前提。21世纪人们越来越重视去增强青少年的身体素质,促进青少年全面发展,因此在选择体育游戏时要考虑游戏能不能传授青少年相关技能,[7]让他们在游戏中有所收获,在此过程中要注意度的把握,坚持适量的原则。“雪耻”追拍游戏,被追拍得人在追拍别人时必须拍同一位置,可以发展学生快跑、躲闪速度技能,还可以进行平衡翻翻乐的游戏,但注意学生在翻滚时动作掌握的情况对一些学生必要时可以进行辅助。

### 4.3. 根据教学的内容进行体育游戏的选择

体育游戏作为体育课的一种有效的教学方式,不能根据自己所想地去进行游戏的设计与选择,要根据相关的教学内容来进行游戏的设计和选择[8],由于中小学的各个阶段的教学内容存在不同,因此在其教学过程中不能用一种体育游戏来进行调动学生的积极性,要采用多种的、具有新鲜感的教学游戏去进行教学。体育教师要根据不同的时间段的不同的教学内容选择不同的体育游戏[9],充分吸引学生的兴趣使课堂充满愉快的氛围,学生积极进行的参与运动中不仅增强了体质而且还促进了发展。在进行篮球传球的学时可以进行传球的如排队传球,成纵队站立每人间隔2米排头向转身并进行胸前传球,第二人接到后依次进行,进行比赛既增强了传球与转身的技术,也吸引力学生的兴趣;在进行足球的脚踢球时可以划定一段距离,两人一组进行脚踢球的接力,发展了技术也增强了学生的兴趣。

#### 4.4. 根据学生的心理情况，特别是“学困生”的心理进行体育游戏的选择

中小学处于一种特殊的阶段不仅要强调身体的发展，更要注重心理的发展。由于中小学生对比赛的结果非常重要。如果他们输掉比赛，他们会感到非常沮丧，相反他们会感到开心。因此，在作为体育比赛组织者的体育比赛中，应通过各种形式来表彰和鼓励他们，[10]以帮助他们树立正确的胜利与失败观和有意义的损益观，并表达这种“胜利”。对那些运动能力较弱和自尊心强的学生，应该受到鼓励和奖励，以防止这些学生产生负面情绪并对未来的学习进度产生不利影响。由于一些学生在面对比赛时有输赢的话兴趣参与度会降低，这时就可以进行数量的游戏[11]，不看时间的长短看每个人地完成的数量与质量，如进行排球垫球争霸的游戏，对一些数量多同学进行鼓励但也要看到数量少但动作标准的同学，避免降低学生参与的兴趣；小马过河的游戏三人一组，两人在前方放置“砖头”，一人进行“过河”，可以让“学困生”进行过河既满足了他的参与感也保护了其自信心，也让他们树立正确的观念。

#### 5. 结语

在中小学体育的教学中，运用一些体育的游戏可以让教学充满活力、提高效率，但是在运用的时候要注意体育游戏的合理、科学[12]。因此在进行体育教学中采用体育游戏要思考一些问题如选择的游戏内容、制定的规则是否有针对性，游戏组织的过程是否科学、合理，游戏的设计是否全员参与，游戏的竞争情境是否适度等，同时作为新时代的体育教师的我们要积极提高自己的知识水平；课前认真选择并准备游戏，必须充分考虑体育和教学内容，并且体育应与学生的性别、年龄、身体素质以及身心发展特征、位置、气候和其他因素联系在一起，以使难度相等；也要进行开发创新的体育游戏，以满足学生的最大利益；经常与学生一起参加体育运动，俗话说“例子比言语更重要”。这不仅将使师生关系更加紧密，而且还将有助于调动学生的热情；在选用体育游戏进行教学时应更加重视这项运动的安全性，以防止发生伤害事故。同时要注意学生的情绪。以正确的方式激励学生或按时完成游戏，在游戏中让学生体会到体育教学乐趣的同时也提升了身体的素质，增强其锻炼的兴趣，为培养新时代、全面发展的人才打下良好的基础，树立终身体育的意识。

#### 参考文献

- [1] 刘月新. 适合小学体育教学内容的体育游戏设计与应用[D]: [硕士学位论文]. 北京: 北京体育大学, 2018.
- [2] 吴芳. 体育游戏在小学体育教学中的运用研究[D]: [硕士学位论文]. 南昌: 南昌大学, 2013.
- [3] 李秀爱. 庄孝利. 体育游戏与学生心理健康浅探[J]. 成才之路, 2009(33): 64.
- [4] 杜敏. 体育游戏促进初中《体育与健康课程标准》目标实施价值的实验研究——以山西省沁县实验中学为例[D]: [硕士学位论文]. 成都: 成都体育学院, 2015.
- [5] 张纪伟. 河南省中学生体育兴趣现状调查的分析与对策[D]: [硕士学位论文]. 开封: 河南大学, 2010.
- [6] 郭一淳. 体育游戏在中学体育课中的运用技巧研究——以赣州市部分中学为例[D]: [硕士学位论文]. 南昌: 南昌大学, 2020.
- [7] 郝杰. 体育游戏在西安是幼儿跆拳道教学中的应用现状研究[D]: [硕士学位论文]. 西安: 西安体育学院, 2019.
- [8] 郭伟. 体育游戏在体育教学中的运用技巧研究——以南阳地区中学为例[D]: [硕士学位论文]. 武汉: 华中师范大学, 2017.
- [9] 宁静. 体育游戏教学法在初中体育教学中的对照研究[D]: [硕士学位论文]. 太原: 山西大学, 2019.
- [10] 周梦莹. 奥林匹克文化背景下青少年体育游戏教育价值的探析[D]: [硕士学位论文]. 长春: 吉林体育学院, 2013.
- [11] 陈美. 体育游戏促进 5-6 岁幼儿社会化发展的观察研究[D]: [硕士学位论文]. 长沙: 湖南大学, 2019.
- [12] Furley, P. (2021) The Nature and Culture of Physical Activity Play: Towards a Biocultural Model of Play, Practice, and Teaching in Sports. *Evolutionary Behavioral Sciences*, **15**, 208-229. <https://doi.org/10.1037/ebbs0000254>