

# 初中体育教学中拓展训练应用探析

## ——浅谈初中体育课堂的游戏教学

韩建龙

山东威海经济技术开发区凤林学校

DOI:10.12238/jief.v2i12.3096

[摘要] 本文首先从游戏化拓展训练有利于提升初中体育教学趣味性、有利于激发学生体育训练主动性、有利于提升教师体育水平三个角度分析拓展训练在初中体育教学中的应用；其次从学生拓展训练参与度较低、游戏教学方式较少等角度分析当前初中体育拓展训练中存在的问题；最后，从结合拓展训练项目开展游戏式体育教学、利用学生运动需求开展拓展训练、提高体育教师游戏化教学意识等方面详细阐述，如何利用拓展训练开展游戏教学式体育教学策略。

[关键词] 初中体育；拓展训练；游戏化教学

中图分类号：G633.96 文献标识码：A

### 引言

当在体育教学过程中运用游戏化教学方法，对提升学生体育学习的积极性有着重要意义。在初中生的拓展训练过程中，应当有效的提高学生学习的积极性与主动性，采用游戏教学的方法，培养学生良好的体育运动习惯。拓展训练作为学生身体素质提升的重要方式，需要得到体育教师的重视。

### 1 运用拓展训练推进初中体育教学游戏化教学的原因

#### 1.1 拓展训练有利于提升初中体育趣味性

游戏教学方法在拓展训练当中的应用，有利于提升初中生体育拓展训练的积极性，为学生创设积极有趣的体育教学课堂，引领学生在有趣的课堂氛围当中学习体育，能有效的提高学生体育核心素养，培养学生良好的体育锻炼习惯。相较于传统的体育课教学方法，趣味性的游戏训练法是提高学生体育课学习积极性的关键方法。

#### 1.2 拓展训练有利于激发学生进行体育锻炼的主动性

学生在日常的拓展训练当中经常偷懒，究其原因是因为体育拓展训练强度较大，学生在体育拓展训练当中找不到体育学习的乐趣，由此引发学生对于拓展训练的厌恶，因此，利用游戏教学的方式进行有效的拓展训练，是提高学生训练主动性的关键方法。学生学习体育积极性和主动性的提高，有助于辅助教师的教学，提高体育课教师课堂教学的有序性，让体育拓展训练有序的开展。学生在主动学习的过程当中，养成良好的体育锻炼习惯，逐渐提升自身的身体素质。

#### 1.3 拓展训练有利于提高教师体育教学水平

游戏化的教学方法，在体育拓展训练当中十分适用，这种教学方式

有利于提高体育课教师拓展训练的水平，能够提升教师教学能力，让学生更加积极主动的参与到体育课学习中来，有助于体育教师开展有效的课堂教学。学生体育拓展训练主动性的提高，对教师教育教学有很大的帮助，能帮助教师完美的完成教学目标，提升学生学习体育的效率。

### 2 当前初中体育拓展训练中存在的问题

#### 2.1 学生拓展训练参与度较低

初中体育课拓展训练的过程当中，学生的参与度比较低，基于当代学生的身体特点，学生对体育运动关注度较低，学生在体育运动的过程当中，容易出现偷懒的状况，因此在当前的体育课拓展训练过程中，教师如何有效增强学生拓展训练参与的积极性，是初中体育课教育教学首先应当考虑的问题。此外，由于营养过剩，部分初中生出现了肥胖的状况，这也是导致学生体育课拓展训练参与主动性较低的原因。游戏化的教学理念是帮助教师创新拓展训练教学过程的关键，用游戏教学理念的教师才能高效进行拓展训练提高运动效率。

#### 2.2 游戏教学方式在拓展训练中应用较少

初中体育课拓展训练的过程当中，教师教育教学方法比较单一，尤其极少有教师采用游戏教学的方式开展体育教学，学生的积极性没有被充分调动起来，直接影响体育拓展训练的效果。游戏教学的方法是符合当前初中生发展实际情况的教学模式，为学生所喜爱，但是当前的初中体育课，仅仅通过简单的讲授法进行课堂教学，极少关注学生对游戏教学的需要。游戏教学方法的缺乏运用是导致学生体育课学习积极性较低、主动性较差的主要原因。此外，当前体育教师对于游戏化教育教学方式重视程度较低，在教师的教学理念当中，没有游戏教学的方式方法，因

此导致在体育拓展训练中极少采用游戏教学方法进行训练。

### 3 利用游戏教学开展初中体育拓展训练的方法策略

#### 3.1 结合拓展训练项目开展游戏教学

在当前初中体育拓展训练的过程当中,利用游戏教学的方式,有效开展拓展训练,能提高学生学习的积极性,结合拓展训练的项目开展游戏教学,是符合学生发展规律的教学方式。例如,在进行鲁教版七年级体育与健康《跨越式跳高》这一课教育教学时,教师可以结合拓展式教学的内容,运用游戏教学的方法,在本课的教育教学当中,拓展训练的主要方式是跨越式跳高。跳高作为学生熟悉的运动方式,对学生来说有一定的难度,跨越式相结合的跳高运动在日常生活当中极少接触,因此在本课的教育教学中,为了提高学生学习的主动性,减少学生跨越式跳高的恐惧心理,教师应当采用多种多样的游戏化教学方式提高学生较高的积极性。教师可以采用趣味性跳高比赛的游戏教学法,让学生通过完成跳高小目标,进行积分式比赛,利用小组合作竞赛的方式,提高学生提高学习的积极性。初中学生的年龄特点决定其对比赛式的教育教学方法十分感兴趣,因此教师可以利用竞赛式游戏教学的方式,提高学生比赛的积极性。

#### 3.2 利用学生运动需求开展游戏拓展训练

学生对运动的需求程度是教师有效开展游戏拓展训练的关键,因此在当前的初中生体育运动拓展训练的过程当中,教师首先应当了解学生的需要,从学生需要的角度出发,有效开展体育拓展训练。例如,在学习鲁教版初中七年级体育与健康《田径训练》这一课时,教师可以事先通过访谈式教学的方法了解学生的需求,对于部分初中生来说,体育拓展训练的最终目的是为了提升身体素质,促进生长发育,因此在田径训练当中,教师可以针对学生的需求有效开展体育课的教学。田径训练作为学生常见的运动方式,需要教师引导学生合理的进行体育运动锻炼。在拓展训练中加入田径运动方式,有利于锻炼学生的耐性和爆发力。学生在日常的体育运动过程当中容易产生各种安全问题,因此教师应当指导学生利用多方面的技能技巧,提高田径训练的安全性。学生在田径训练当中可以利用短跑、长跑以及耐力跑的方式,提高跑步的运动效果,促进学生身体素质的提升,为初中生的健康成长提供保障。此外对于部分初中生来说,体育拓展训练有助于身体塑形,尤其对于女生来说,田径运动能有效提高女生美丽健康程度,基于学生这方面的需求,教师可以为学生安排合理有效的拓展训练,让学生在有针对性的体育拓展指导之下开展有效的前进运动,提高运动的高效化。

#### 3.3 提高体育教师游戏化拓展训练教学意识

体育教师游戏化教学意识是提升拓展教学游戏化的关键方法。例如,在学习鲁教版初中七年级体育与健康《球类训练》这一课时,针对学生的特点,教师要有有效的开展球类拓展训练,应当结合创新化教育教学理念。教师首先应当树立游戏教学的教学意识,利用多种方式提高游戏教学的有效性。教师在日常的工作当中,应当积极主动探索游戏教学法的类别,利用多种多样的游戏,激发学生参与拓展训练的积极性,将球类训练列入拓展训练项目,教师可以利用球类游戏激发学生强烈学习的积极性,比如,在篮球的学习当中可以利用学生投篮数量的比拼,完成教学目标,学生在竞赛性的游戏教学当中,提升篮球学习的兴趣,培养篮球学习的主动性。篮球运动作为学生喜闻乐见的运动项目,是适合学生发展规律的体育运动教学方法。教师在开展篮球运动训练时,首先应当具备游戏化教学意识,能充分发挥游戏化教学的运用,在游戏化教学理念指引之下,教师有效利用游戏教学的方式开展高效球类拓展训练教学。球类拓展训练对学生身体素质的提升有很大的帮助,学生在拓展训练中提高身体素质,完成球类的教学内容,但是,用何种方式开展球类拓展训练,如何培养学生良好的球类拓展训练习惯,是当前初中体育教师首先应当考虑的重点问题。利用游戏教育的教育方式,充分发挥拓展训练的作用是符合学生发展规律的教学方法。

### 4 结束语

初中生体育课学习十分有必要,拓展训练作为提升学生身体素质的重要方式,它符合学生身心发展规律,在游戏化的教育教学理念指导下有效开展拓展训练,教师为学生身体素质的提升提供高效的指导,有利于提高学生体育运动的积极性;拓展训练的有效开展需要创新游戏化教学方式,在充分激发学生兴趣的同时提高拓展训练的有效性。

#### [参考文献]

- [1]汪健.初中体育教学中拓展训练应用探析——浅谈初中体育课堂的游戏教学[J].当代体育科技,2013,3(033):35-36.
- [2]张卫雪.初中体育教学中拓展训练的可行性[J].中国校外教育,2014,000(008):147-147.
- [3]胡鸿雁.关于在初中体育教学中引入拓展训练的思考[J].少年体育训练,2011(3):21-22.
- [4]赵传江.初中体育课程中拓展训练课的实践与思考[J].中学生作文指导,2019,000(017):P.105-105.