

游戏教学法在网球教学中的应用研究

杜昭萱

西南民族大学体育学院

DOI:10.32629/jief.v2i1.411

[摘要] 随着我国教育体制的改革,对学校的体育教育也提出了新的要求,网球作为一项高雅的运动项目,受欢迎程度不断增加,更是体育课程中的重要内容。目前传统的教学方法已经不能够更好的满足网球课技术的教学要求,抑制了学生对网球运动的学习兴趣,将游戏教学法融入网球教学中是满足网球教学的需要,具有积极作用,本文主要对游戏法在网球教学中的应用方法以及积极作用进行阐释,最后根据实际情况提出游戏教学法在网球教学中的应用措施。

[关键词] 游戏法;网球教学;应用效果

1 游戏法在网球教学的应用方法

1.1 游戏法在准备活动中的应用

准备活动是重要的部分,充分的准备活动能够避免不必要的受伤,在准备活动中加入游戏,使得学生做好准备活动是极其重要的。在网球课的准备部分加入游戏,能够激发学生的学习兴趣和,达到热身目的的同时,能够让学生快速进入体育课的状态,将网球一些基本技术加入到游戏中,包括基本步伐的练习、球感的练习、挥拍动作的练习等设计成热身活动小游戏,主要游戏有环周跳网球拍(并步、双脚跳、跨步)、颠球拍球接力赛、颠球抢答等。学生在游戏中互相合作,相互配合,能够在游戏中不断提高球感,并且达到热身的效果。

1.2 游戏法在基本部分中的应用

网球是一项对技术动作要求较高的项目,学习起来枯燥乏味,学生缺乏兴趣,^[1]网球课的组织 and 教学方法的使用对学生技术的掌握起到关键性的作用,将学生的练习和对练习效果的检验设计为小游戏,激励学生主动学生技术动作,提高学生自信心和获得成就感,以比赛的形式检验课堂练习效果,有利于创造良好的学习氛围,主要的游戏包括隔网击掌步伐移动、正手击球轮转击球、敏捷跳、“神枪手”等,在掌握基本技术的同时加强同学之间的交流合作,集思广益更好的掌握技术动作,最后展示各组的练习成果,教师进行点评以及总结。

1.3 游戏法在放松活动中的应用

放松活动中适当的运用游戏,帮助学生放松肌肉缓解疲劳,简单的关节拉伸已经提不起学生的兴趣,甚至当作一种负担,将放松活动带入游戏中,能够增加学生的参与度和练习兴趣,选择一些负荷较小的运动缓解学生的酸痛感,减少课上练习后的疲劳感,比如“你追我跑”、齐心协力、跳步抢球等,多人合作完成的拉伸动作,提高学生的注意力和专注力,达到较好的放松效果。

2 游戏法在网球教学的作用

2.1 活跃课堂氛围,激发学生兴趣

兴趣是学习一个运动项目的重要基础,兴趣是激发学生学习的巨大动力,对网球运动有兴趣才能够去认真学习,那么在网球的教学中与训练中激发学生的兴趣就尤为重要,游戏法是通过活跃课堂气氛的形式将学生快速带入学习状态,激发学生兴趣,网球基本技术的学习单一枯燥,需要长时间多次练习,学生容易产生疲劳失去耐心,没有成就感就会失去信心和兴趣,但是将基本技术的学习融入到游戏中或者游戏比赛中,能够使得学生积极参与,在娱乐中练习动作,使得课堂气氛活跃,激发学生对网球运动的热爱。

2.2 强化技术动作,增强练习效率

游戏具有较大的竞赛性,能够培养学生的竞争意识和团队合作精神,同时能够在愉快的游戏中强化技术动作,游戏主要以比赛和多人合作的方式,学生的参与到高、积极主动练习、动脑筋练习动作等,在每次的比赛与游戏中巩固网球基本技术动作,加深对动作要领的理解与体会,以分组练习形式组织,最终小组展示,学生积极组织各小组的成员练习,团结合作完成任务,展示后教师总结并作做出评价,整个过程学生积极参与游戏活动,

掌握网球运动的知识和技能,提高网球专项技术,提高网球教学效果。

3 游戏法在网球教学中的应用措施

3.1 改进教学方法,提高教师教学能力

教师的教学能力对学生学习能力提高起到直接的作用,教师要与与时俱进不断提高自身的教学本领,创新的开展教学活动,促进教学方法的改革与创新,学校积极开展教学经验交流会,组织相关的讲座,为教师提供良好的学习和交流平台,在网球教学中应用游戏教学法是一个长期的过程,需要教师深入了解存在的问题,不断改进授课模式,抓住学生的兴趣点设置高质量的活动,能够帮助学生更好的学习网球技术动作,并对网球运动充满学习的热情。

3.2 合理设置活动,完善学校体育器材

学校主管部门要加强完善体育器材,定期进行检查和修理,保证学生的使用安全性和及时性,根据学生的兴趣爱好和教师上课的需求购置体育器材,教师根据教学内容合理的设置游戏,优化课堂组织丰富课堂内容,能够让每一个学生都参与其中,教师在游戏前让明确游戏规则和惩罚制度,公平公正进行,游戏过程中发现错误动作要及时纠正,结束后师生共同总结问题并并提出解决办法,这种教学模式借助游戏市学生在竞争的氛围中融入课堂的学习中,实现了合理设置活动的最佳教学效果。

3.3 把握课堂节奏,发挥学生主体地位

教师要把握应用游戏的阶段和运动负荷,严格控制课堂的节奏,热身阶段选择能够充分达到热身效果的中等负荷游戏,时间较短的活动为主,在基本部分要根据教学内容设计游戏,保证学生的参与度和练习的有效性,放松活动要选择负荷较小的游戏,使学生的身心得到真正的放松,同时也要考虑学生的主体地位,教师站在学生的角度选择难易度合适、负荷强度适中的游戏,也要考虑到学生的兴趣性,把握整节课的课堂节奏,充分发挥学生的主体地位。

4 结语

总而言之,在网球教学中应用游戏教学法,是提高学生学习兴趣、强化技术动作、增强心理素质的重要方法手段,通过游戏的形式组织教学有效提高学生主动练习意识竞争意识、增强对网球运动的自信获得成就感、巩固基本技术动作等。此次对游戏法在网球教学中的应用研究,为网球教学提供新思路,促进网球教学改革,激发学生对网球运动的热爱,真正做到以学生为主体,增强网球课的教学效果。

[参考文献]

- [1]谢昊霖,李忆湘.体育游戏在业余网球教学中的应用研究[J].文体用品与科技,2015(18):114.
- [2]王宝良,郝明宇.高校网球教学方法的创新改革[J].文体用品与科技,2014(8):139.
- [3]于海生,赵宇飞.高校网球教学中学生学习兴趣丧失现象研究[J].当代体育科技,2014(31):134.

作者简介:杜昭萱(1999-),女,汉族,河北唐山人,大学本科,西南民族大学体育学院,研究方向:社会体育指导与管理。