

# 小学低年级体育趣味游戏内容的模块化设计研究

郭彤彤

长春市二道区新太小学

**摘要:** 趣味游戏因其天然的吸引力,成为达成体育教学目标的有效手段。但在实际操作层面,针对小学低年级设计的游戏活动常常表现出内容零散、目标模糊、衔接不畅等局限,影响了教学效果的稳定性和发展性。模块化设计思想强调要素的整合与层级关联,将其引入小学低年级体育趣味游戏内容的设计,核心在于构建一个逻辑清晰、可灵活调整的内容体系。本文主要分析我国小学体育教学存在的问题,并提出小学低年级体育趣味游戏内容的模块化设计策略。

**关键词:** 小学; 低年级体育; 趣味游戏; 模块化设计

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6261.2026.01.390

## 引言

小学低年级是儿童身心发展的关键阶段,体育教育在这一时期承担着促进动作协调性、增强体质、培养合作意识等多重任务。然而,传统体育教学模式往往以技术训练为主,内容单一且缺乏趣味性,难以激发低龄学生的参与热情。如何将体育活动与儿童心理发展特点相结合,设计出既符合教育目标又充满吸引力的游戏内容成为当前小学体育教学改革的重要课题。

## 一、小学体育教学现存问题

### (一) 课程设置边缘化,实际教学质量偏低

近代著名教育家唐文治认为,学生只有拥有健康的体格才能达到“保身、保家、保民族”的目的,同时学生必须养成健康体魄和良好素质,进而为未来的学业发展奠定身体基础。在现行中小学教育体系中,体育课程长期处于边缘化状态,这种教学架构的失衡直接影响学生体质培育目标的实现。由于学科地位的差异化定位,基层学校在课时分配上往往优先保障主科教学,部分教育工作者将体育视为非核心课程,日常教学中频繁出现学科课时被占用的情况。这种现实困境不仅暴露课程管理的操作异化,更引发体育教师专业成长动力的持续弱化,最终导致育人目标的递进性流失。

### (二) 师资力量薄弱,专业性有待提升

城乡教育资源配置差异导致基层学校普遍难以稳定配备专职体育教师,多数体育课程由其他学科教师兼任。这种师资结构直接影响教学质量,使规范化教学难以落实。当前体育师范教育中,以传统理论讲授为主的教学方式未能适应中小学课改要求,毕业生进入工作岗位后常表现出实践经验不足,既缺乏对学生身体成长规律的

准确把握,也不具备科学组织体育活动及防范运动风险的基本能力,客观上影响着课堂教学效果与学生安全保障。

## 二、小学低年级体育趣味游戏内容的模块化设计策略

### (一) 创设情境,角色扮演闯关游戏模块设计

体育游戏在教学中的开展能够让学生带着积极、高涨的情感参与到体育学习活动当中,有助于学生快速掌握体育知识和技能,提高学生的学习效率。在小学低年级体育教学中,情境创设与角色扮演是激发学生运动兴趣、提升课堂参与度的有效手段。这一阶段的学生正处于具体形象思维向抽象逻辑思维过渡的关键期,对游戏化、故事化的活动形式具有天然的亲近感。将体育技能训练融入情境闯关游戏既能满足其身心发展需求,又能通过角色代入降低运动难度感知,实现“玩中学”的教育目标。

体育教师在开展立定跳远单元教学时,可设计“森林探险家”主题游戏。在操场划分出三个连续的区域,分别铺设不同颜色的泡沫垫,依次将其设定为“沼泽地”“荆棘丛”和“火山口”。同时,在每个区域前方设置带有动物形象的立牌,其中青蛙形象对应基础跳跃区(距离可自行设定),袋鼠形象对应提升区(距离可自行设定),猎豹形象对应挑战区(距离可自行设定)。教学活动开展前,教师引导学生探讨不同动物的跳跃特性,以模仿动物的热身操来调动身体机能。而到了正式练习阶段,学生需佩戴自制的探险家徽章,按要求依次完成三个区域的跳跃任务。

在基础区,学生需要完成立定跳远的规范动作,落

地时双脚务必同时触及绿色泡沫垫区域。成功完成者可获青蛙贴纸，随后进入提升区，在此区域要求学生腾空时做出摆臂动作，且落地后需保持身体平衡三秒钟。当学生累计集齐三枚不同动物贴纸后，便能开启“火山救援”这一终极任务：在挑战区完成跳跃动作后需迅速捡起预先设置的毛绒玩具（以此模拟拯救小动物），接着安全返回起点。教师专门设立动态奖励机制，针对首次未达标的学生设置“技能补给站”，即在特定区域展开摆臂幅度或蹬地力度的专项练习，借助对分解动作的针对性指导助力学生攻克难点。

这种把运动技能拆分成可实现的小目标，再凭借情节推动进行整合练习的设计思路，能让学生在不经意的训练过程中达成教学目标。后续教学反馈表明，学生不仅精准掌握了摆臂与蹬地的协调配合技巧，更在团队竞赛环节展现出主动观察、模仿改进的学习能力。

### （二）融入叙事，体能训练故事化游戏模块设计

良好的开端就是成功的一半。准备环节是小学体育的伊始阶段，在体育伊始阶段激发学生的学习兴趣，让学生保持高涨的学习态度，对于教师开展接下来的教学有着重要的意义。在小学低年级体育教学中，节奏与音乐元素的融入是激发儿童运动兴趣、提升身体协调性的有效手段。音乐指令互动游戏模块以“听觉-动作”联结为核心，通过节奏变化引导儿童感知身体运动规律，在趣味情境中完成基础动作技能的习得。

以“森林探险”实践活动为例，教师可将传统体能动作改造为连续的闯关游戏。在训练场地铺满绿色地垫模拟森林环境，场地四周错落放置不同颜色标志桶分别代表树木与野兽巢穴。每位学生需佩戴小鹿造型的头饰变身探险队员，在出发前领取绘制有神秘地图的任务卡，完成三个挑战才能取得“勇气勋章”。

在首关“跨越急流”环节中，学生需模仿小鹿跳跃动作连续完成30个规范开合跳，每当落地不稳触碰到两侧象征溪流的蓝色彩带即视为落水，需返回原点重新开始。第二关“躲避追击”设计成分组循环折返跑，每次跑到红色标志桶构成的危险区域时要迅速变换方向寻找安全路线，途中巧妙穿插同伴击掌接力环节增强团队协作。终极挑战的“拯救行动”依托仰卧起坐动作展开，训练垫变身魔法沼泽，学生需要在20秒内完成规定次数“魔法解除咒语”，当仰卧起坐达标后即可将预先放置在垫下的动物玩偶送回“森林之家”。

整个活动过程中，教师通过播放丛林音效和适时发布“野狼即将靠近”的提示持续营造代入感，学生们在角色扮演中自然完成不同强度的体能动作。教师特别设置的等级徽章系统，允许动作标准度高的学生率先获得附加道具，有效激励动作质量的提升。此类以完整叙事串联训练内容的设计使原本零散的体能项目转变为有目标、有悬念的冒险旅程，学生在相同训练时长下动作完成度较传统模式得以提升。

### （三）节奏引导，音乐指令互动游戏模块设计

体育教师应当重视体育游戏，为提高体育教学效率奠定坚实基础。在小学低年级体育教学中，趣味游戏的设计不仅要贴合儿童身心发展特点，更要注重教学目标的渗透与运动技能的隐性培养。节奏引导与音乐指令的融合能够通过听觉刺激激活儿童的运动神经，使其在动态节奏中自然完成动作模仿与协调性训练同时降低传统指令的机械感，增强课堂互动的趣味性。

在实际教学过程中，教师将传统热身操改编为具有音乐交互特征的训练模块。选用《运动员进行曲》当作起始背景音乐，要求学生依两拍一动的节奏做弓步压腿，且此时动作幅度控制在较小范围以作准备。待音乐切换成《兔子舞》旋律时，学生要马上调整为单脚连续跳跃模式，同时配合拍手动作形成节奏呼应。音乐类型的转换间隔设定为两分钟，如此既能确保运动强度，又可避免学生产生疲惫之感。需注意的是，在音乐转换的间隙随机插入“木头人”指令，当教师骤然暂停音乐，所有学生必须保持当下动作静止五秒，这既能检验学生的反应速度，又能为持续运动提供缓冲时间。

在教学的第三阶段，教师引入流行歌曲《青春修炼手册》的变速版本，把原曲节奏调整为每分钟120拍。此时，学生要以碎步跑动的方式环绕场地移动，并依据歌词里的特定词汇来完成击掌动作。比如，当歌词中出现“修炼”一词时，学生需迅速和身旁的同伴完成三次击掌对接。这样的教学设计能够强化学生的心肺功能训练，有助于培养他们的听觉专注力以及社交协作能力。在这一过程中，教师会密切留意学生的动作完成情况，对于那些在节奏把握上表现欠佳的学生，及时给予针对性的指导。如通过敲击手鼓来展示正确的节拍，或者调整其站位，使其靠近音乐播放区域。

这种教学方式充分表明，将音乐元素和游戏规则有机结合起来，能够有效打破传统体能训练那种枯燥乏味

的局面,实现学生运动能力与学习兴趣的同步提升。其成功的要点在于精准把握音乐节奏和运动强度之间的适配关系,借助渐进式的难度设计,让学生在愉悦的体验当中达成训练目标。

#### (四) 分组协作,团队互动竞技游戏模块设计

体育课程作为培养学生社会适应能力的重要载体,需通过结构化、情境化的活动设计帮助学生在运动中理解协作价值。分组协作型团队互动竞技游戏模块的设计正是基于这一发展需求,以动态平衡的分组策略为前提,通过具象化的任务情境引导学生在运动实践中感知团队力量。

以“彩虹桥运球接力”游戏为例,该活动针对小学二年级学生设计,场地布置为20米直道,两端分别设置起点与终点框。教师提前将学生按体能、性别、性格等因素均衡分为4组,每组6人,每组配备6个不同颜色的软式排球。游戏规则要求:每位队员需单手持球跑至终点框内,将球放入后快速返回起点,与下一位队员击掌完成接力,全组所有球均放入终点框且最后一名队员返回起点即为完成,用时最短组获胜。为强化协作要求,教师特别设置两条规则:其一,若途中球掉落,需在掉落处捡起后继续前进,不可抛接;其二,击掌时需大声喊出队友名字以确认交接。

在游戏实施过程中,教师首先带领学生进行10分钟的热身活动,重点活动手腕、脚踝与腰部关节,随后示范运球动作要领:手臂自然摆动,步伐轻快,眼睛注视前方而非球体。正式游戏时,各组队员迅速进入角色,第三组在首次尝试中因两名队员同时冲出导致混乱,教师暂停游戏引导其讨论“怎样才能让每个人都知道自己的顺序?”学生经过讨论决定用数字卡片标注顺序,并在起点处排成纵队。第二轮游戏中,第一组出现球频繁掉落的情况,队员小A主动观察后发现是因握球过紧导致失控,提出“用手指轻轻托住球底部”的建议,其他队员尝试后效果显著。最终,第四组以微弱优势获胜,但所有组员都围在一起分享经验,讨论如何帮助落后组改进动作。

在游戏结束后,教师组织学生进行反思讨论“为什么有的组虽然有人掉球,但最终还能获胜?”学生逐渐意识到掉球后快速捡回、队友间的鼓励提醒、交接时的默契配合比单纯跑得快更重要。教师进一步引导“如果下次

增加难度,比如要求必须用左手运球,或者设置障碍物,我们需要怎样调整策略?”学生提出可以提前练习非惯用手运球、分配擅长躲避的队员负责障碍路段等想法。此种设计不仅锻炼了学生的奔跑能力与手眼协调,更通过任务驱动的方式让学生在解决实际问题的过程中理解分工、沟通与支持的重要性,为后续更复杂的团队活动奠定基础。

#### 结语

综上所述,小学低年级体育趣味游戏内容的模块化设计,为提升该阶段体育教学质量开辟了一条富有建设性的路径。教师可通过角色扮演闯关游戏模块设计、体能训练故事化游戏模块设计、音乐指令互动游戏模块设计、团队互动竞技游戏模块设计等方式让体育课真正成为学生乐于投入、享受过程、收获成长的场所。

#### 参考文献

- [1] 田江龙.“红色趣味游戏”融入小学体育教学的路径[J].甘肃教育,2025(12):29-32.
- [2] 亓玉娟.趣味游戏乐享人生利用游戏打造小学网球训练快乐教学[J].网球天地,2025(03):107-109.
- [3] 田江龙.红色趣味游戏融入小学体育教学的实践与研究[J].冰雪体育创新研究,2025,6(04):116-118.
- [4] 严禹颀.小学体育游戏化教学提升学生体育素养的路径[J].家长,2025(02):10-12.
- [5] 焦强萍.趣味游戏在小学体育教学中的开展[J].文理导航(下旬),2024(12):82-84.
- [6] 庄伟坚.巧用体育游戏,落实核心素养——核心素养下小学体育游戏化教学的探讨[J].体育风尚,2024(02):116-118.
- [7] 米瑞瑞.巧用游戏化教学构建高效小学体育课堂——以“小篮球”教学为例[J].新课程,2023(26):43-45.
- [8] 张羽.趣味游戏魅力体育——体育游戏融入小学体育教学的思考[J].小学生(上旬刊),2023(09):154-156.
- [9] 孙明雷.趣味游戏在小学体育教学中的运用分析[J].学苑教育,2023(25):88-90.
- [10] 许文军.趣味游戏教学模式在小学体育教学中的应用研究[J].体育教学,2023,(S1):213.