

游戏教学法在亲子游泳教学中的应用

白艳武

广州体育学院运动训练学院, 广东 广州

收稿日期: 2025年9月19日; 录用日期: 2025年10月7日; 发布日期: 2025年10月15日

摘要

近年来, 诸多家长逐渐意识到游泳是较为有效的运动方式, 纷纷为子女报名参与亲子游泳课程。然而, 与国外在幼儿游泳教学应用领域研究相比, 国内亲子游泳研究起步较晚, 且缺乏深入探究。本研究主要运用教学实验、访谈、问卷调查等方法, 在教学过程中引入游戏教学法, 并对实验班和对照班学员实验前后的游泳技能、惧水心理等展开测试与分析。研究结果显示, 游戏教学法较传统教学方法具备更良好的教学成效。

关键词

游戏教学法, 亲子游泳

Application of Game Teaching Method in Parent-Child Swimming Teaching

Yanwu Bai

School of Sports Training, Guangzhou Sport University, Guangzhou Guangdong

Received: September 19, 2025; accepted: October 7, 2025; published: October 15, 2025

Abstract

In recent years, parents have increasingly recognized swimming as the most scientifically sound exercise for children, leading to a surge in parent-child swimming classes. However, compared to international research on early childhood aquatic education, domestic studies in this field started later and lack in-depth exploration. This study employed teaching experiments, interviews, and questionnaires to implement game-based instruction in swimming classes, analyzing participants' swimming skills and water anxiety levels before and after the program. The results demonstrated that game-based teaching methods outperformed traditional approaches in enhancing learning outcomes.

Keywords

Game Teaching Method, Parent-Child Swimming

Copyright © 2025 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

1.1. 选题背景

亲子游泳项目于 20 世纪 60 年代在俄罗斯逐渐兴起，一位产科医生采用“水中分娩法”助孕妇分娩或产后将婴儿置于适宜水中。此后传入我国，随着经济发展，人们生活条件改善，健康观念转变，为体育培训创造条件，国家也大力推广游泳运动，受从众效应影响，学游泳的人增多。儿科医生和运动教师倡导婴幼儿游泳，因其有助于心理和运动发展、增进亲子交流、强身健体。目前亲子游泳教学主要采用传统模式，虽能促进掌握技术，但对婴幼儿而言传统教学模式可能在维持幼儿学习兴趣方面面临挑战[1]。已知游戏教学法可改善这一状况，部分亲子游泳俱乐部已将体育游戏用于教学实践，但主要集中在课前热身和课后结束阶段，仅起热身和活跃气氛作用[2]。鉴于亲子游泳适合采用游戏教学法，本文拟对其在亲子游泳教学中的应用进行研究论证。

1.2. 研究目的与意义

随着人们对自身健康关注度提升，越来越多人选择科学锻炼，游泳作为全身性健身运动备受青睐。运动对儿童智慧发展重要，亲子游泳是适合婴幼儿的运动方式，但以往教学中存在宝宝注意力不集中、配合度低、趣味性不足等问题，过多机械练习，制约了宝宝游泳教育发展[3]。因此，需探寻合适的教学方法——游戏教学法，研究其能否改善宝宝学习状况、提高积极性，提升教学质量，促进宝宝健康成长。通过游戏让宝宝参与游泳，能培养其社交、团结、竞赛意识，塑造优良品质。将游戏与亲子游泳结合，有针对性引导宝宝锻炼，可为后续泳姿学习打基础[4]。期望本研究为亲子游泳教师提供便利和借鉴。

1.3. 研究方法

1.3.1. 文献资料法

依据本次论文研究的需求，通过对武汉体育学院图书馆杂志阅览室相关书籍、报纸的查阅，以及对网络平台中的中国知网、中国期刊网等数据库的利用，搜集了大量的文献资料，对游戏教学法、亲子游泳、教学方法等知识进行了梳理，为论文的撰写奠定了基础。

1.3.2. 访谈法

与溪河亲子游泳俱乐部的教学研发负责人及教学主管进行访谈，开展必要的沟通，随后进行整理归纳。

1.3.3. 问卷调查法

调查对象为拟实施实验的会员小朋友。针对会员在亲子游泳中的情况，严格遵循体育科研方法中间卷设计的相关要求，设计了亲子游泳相关问卷，对武汉溪河亲子游泳俱乐部会员开展了亲子游泳学习问卷调查。鉴于调查对象均为婴幼儿，无法完成书面问卷，本次调查采用指导老师提问、小朋友回答、家长填写的方式进行。首次发放问卷 40 份，回收率达 100%，其中有效问卷 36 份，有效率为 90%。对无效

问卷对应的会员再次发放该问卷，最终实现了 100%有效回收。具体情况如表 1 所示。

Table 1. Parent-child swimming learning questionnaire
表 1. 亲子游泳学习问卷调查表

	派发问卷	收回问卷	有效问卷
数量	40	40	36
百分比	100%	100%	90%

由于被调查的会员小朋友处于婴幼儿阶段，思想意识等各方面正处于发育时期，为确保调查问卷的有效性，采用重测法。实验前两次问卷发放间隔为 3 天，实验后两次问卷发放同样间隔 3 天，对学员进行相同问卷的调查。经数据整理分析，结果如表 2 所示。

Table 2. Test-retest questionnaire reliability and validity survey
表 2. 重测问卷信效度调查表

重测问卷	重测数量	间隔时间	P
亲子教学问卷	40	3	P > 0.05

通过对调查问卷的第二次重复调查，并依据数理统计 T 检验，两次问卷测试结果无显著差异(P > 0.05)，验证了实验问卷具有可靠的信效度。

1.3.4. 实验对比法

依据本文设计的亲子游泳游戏教学法开展教学实验。实验目的是将游戏教学法用于亲子游泳实验课教学，对比实验班和对照班学习效果，探究其在亲子游泳教学中的影响。实验对象选在溪河亲子游泳俱乐部(佰港城店)，随机抽取八个班级共 40 人(每班 5 人)，4 个实验班采用游戏教学法，4 个对照班沿用原教学方式。实验时间为 2019 年 1 月 5 日~2019 年 1 月 31 日。实验步骤如下：实验前，整理 40 名会员问卷调查结果并对比数据；实验中，对照班和实验班按教案教学，对照班用原教案，实验班用游戏教学法教案；实验后，再次发放问卷整理数据并分析得出结论。实验内容以溪河亲子游泳俱乐部会员考核标准为依据，结合会员实际，参考专家和老师建议，以练习为手段，以技能、方法为内容，注重亲子情感培养，开展亲子游泳课程。实验控制方面，为避免差异，对照班和实验班由同一位老师教学，教学环节、时间、场地和器材保持一致，采用单盲法，由第三者测试，实验前会员小朋友不知分班情况。实验评价包括实验前和实验后，均对会员的亲子游泳学习兴趣、恐惧心理、学习态度、潜水等能力及亲子关系等进行抽查测试获取指标。教学流程为自我介绍→热身→上下肢练习→闭气反射练习→仰漂练习→大浮板练习。

1.3.5. 数理统计法

运用 EXCEL 统计软件对数据进行统计，结合基本算法对本次教学试验的有效数据进行整理和统计。

1.3.6. 观察法

采用现场观察的形式，对每一位宝宝的状况开展跟踪记录工作。

2. 结果与分析

2.1. 教学实验前后会员游泳恐惧心理调查分析

通过对会员小朋友在教学实验前后开展问卷调查，并进行综合整理，得到表 3 中的数据。实验前，

对照班和实验班中喜欢玩水但害怕下水的人数相差 1 人，具体体现为多数人虽喜欢玩水，却害怕下水。实验后，实验班中喜欢玩水但害怕下水的人数减少至 1 人，不害怕水且享受玩水乐趣的人数变为 19 人；对照班喜欢玩水但害怕下水的人数减少至 11 人，不害怕水且喜欢玩水乐趣的人数增加至 9 人，其变化幅度不如实验班明显。由此可见，游戏教学法在亲子游泳教学中的应用成效显著。

Table 3. Changes in swimming fear before and after the teaching experiment
表 3. 教学实验前后游泳恐惧心理的变化

类型	班级	实验前	实验后
喜欢玩水，但是害怕下水	对照班	16	11
	实验班	15	1
不害怕水，喜欢玩水的乐趣	对照班	4	9
	实验班	5	19

2.2. 实验前后会员亲子游泳学习态度调查分析

Table 4. Changes in learning attitudes before and after the teaching experiment
表 4. 教学实验前后学习态度的变化

班级	下水原因	游戏实验前	游戏实验后
对照班	主动	4	6
	被动	12	4
	受到鼓励	4	10
实验班	主动	3	16
	被动	13	3
	受到鼓励	4	1

通过对会员小朋友在教学实验前后进行问卷调查并综合整理，得到表 4。其中，实验班主动下水的人数从 3 人增加到 16 人，被动下水的人数从 13 人减少到 3 人，受到鼓励才下水的人数从 4 人减少到 1 人，变化明显；对照班主动下水的人数从 4 人增加至 6 人，变化较小，仅被动下水的人数减少 8 人，而受到鼓励就愿意下水的人数增加到 10 人。对照组与实验组对比差异明显，实验班变得更为主动，对照班多数需要家长鼓励。因此，在亲子游泳教学中，游戏教学法明显优于原有的传统教学方式。

2.3. 实验后会员能力数据分析

通过为期一个月共八次课的教学实验，按照统一标准对实验班和对照班进行测试。考试办法与评分标准如下：实验班和对照班交叉进行测试。其一，潜水能力测试：能闭气达到 12 秒即为优秀，8~11 秒评判为良，6~7 秒评判为及格，不到 6 秒或放弃为不及格。其二，跳跃能力测试：能背对着泳池站着跳、面对泳池站着跳、面对泳池坐着跳以及面对泳池在家长辅助下牵引跳即为优秀；能面对泳池站着跳、面对泳池坐着跳、面对泳池在家长辅助下牵引跳视为良；能坐着跳且在家长辅助下牵引跳视为及格；只能在家长牵引下跳或不跳视为不及格。其三，漂浮能力测试：能无辅助、随意仰漂且无时间限制即为优秀；能无辅助仰漂 15 秒以上评判为良；借助漂浮棒随意仰漂评判为及格；在家长辅助下仰漂或不愿意仰漂视为不及格。

Table 5. Skill evaluation after the experiment
表 5. 实验后的技能评价

实验班				对照班			
项目	潜水	跳跃	漂浮	项目	潜水	跳跃	漂浮
男 1	优	优	良	男 1	良	优	良
男 2	良	良	良	男 2	及格	良	不及格
男 3	良	良	良	男 3	良	良	及格
男 4	良	优	优	男 4	良	良	良
男 5	及格	良	及格	男 5	良	优	良
男	优	良	良	男 6	良	良	优
男 7	及格	良	良	男 7	优	良	良
男 8	良	优	不及格	男 8	及格	良	优
男 9	优	优	良	男 9	良	良	良
男 10	良	优	优	男 10	及格	良	良
男 11	良	及格	及格	女 1	良	良	良
女 1	良	优	良	女 2	良	良	良
女 2	良	及格	良	女 3	不及格	良	及格
女 3	优	良	优	女 4	良	及格	良
女 4	及格	良	优	女 5	优	良	优
女 5	良	良	优	女 6	良	不及格	良
女 6	优	优	优	女 7	不及格	不及格	不及格
女 7	良	及格	良	女 8	良	良	不及格
女 8	优	良	良	女 9	良	及格	良
女 9	良	优	优	女 10	良	优	良

实验结果显示(见表 5), 实验班中潜水能力优秀人数为 6 人, 良的人数为 11 人, 及格的人数为 3 人, 无不及格人数; 对照班潜水能力优秀人数为 2 人, 良的人数为 13 人, 及格人数为 3 人, 2 人不及格。实验班跳跃能力优秀人数为 8 人, 良的人数为 9 人, 及格人数为 3 人, 无不及格人数; 对照班跳跃能力优秀人数为 3 人, 良的人数为 13 人, 及格人数为 2 人, 不及格人数为 2 人。实验班漂浮能力优秀的人数为 7 人, 良的人数为 10 人, 另有 1 人及格、1 人不及格; 对照班漂浮能力优秀的人数为 3 人, 良的人数为 12 人, 及格人数为 2 人, 不及格人数为 3 人。实验班潜水能力、跳跃能力及漂浮能力的考核成绩均优于对照班, 提升差异极为显著。实验表明, 采用游戏教学法进行教学更有助于促进技能提升, 提高学员各方面能力。

3. 结论与建议

3.1. 结论

1) 游戏教学法在亲子游泳教学中的应用, 显著优于传统教学方式。通过引入游戏教学, 充分调动了幼儿的学习积极性, 激发了学习兴趣, 提高了他们在课堂上的参与度。

2) 实验班与对照班在对水的恐惧方面, 初始阶段未呈现明显差异。实验结束后发现, 相较于传统教学法, 游戏教学法能更有效地改善幼儿对水的惧怕心理, 增强其对水的喜爱。

3) 游戏教学法对幼儿技能发展具有积极作用。在其他条件相同的情况下, 幼儿能够更快且更优质地掌握相关技能。

4) 实验班在团队合作能力方面优于采用传统教学法的对照班。合理运用游戏教学法能够增强幼儿的合作精神。

5) 实验班在社交能力方面优于采用传统教学法的对照班。合理运用游戏教学法能够提升幼儿的社交能力。

6) 实验班在竞争意识方面优于采用传统教学法的对照班。合理运用游戏教学法能够增强幼儿的竞争潜意识。

7) 实验班在亲子情感交流方面略优于采用传统教学法的对照班。合理运用游戏教学法在一定程度上能够增进幼儿与家长之间的亲子关系。

3.2. 建议

1) 鉴于幼儿既怕水又喜欢水的特点, 游戏教学法应循序渐进、循循善诱, 逐步培养幼儿对游泳的热爱, 使他们在每节课中都能收获愉悦体验。

2) 游戏教学法的引入有效活跃了课堂氛围, 提高了幼儿的参与度。但在教学过程中, 务必注重课堂安全, 清晰讲解游戏规则, 避免出现呛水、相撞等情况。

3) 在选择和运用亲子游泳游戏教学时, 必须依据幼儿的身体发育规律和当节课的状态合理选用[5], 避免影响学员的兴趣度和参与性, 防止造成运动损伤。

4) 游戏教学法需要持续创新。教师应积极开发科学的亲子游泳游戏, 也可鼓励会员家长建言献策, 使游戏更好地服务于亲子游泳教学, 让每位幼儿和家长都能体验到运动的乐趣, 形成良性循环。

5) 每节课都应对幼儿进行简要点评, 以夸奖鼓励为主, 严格指正为辅, 助力他们在更快乐、更自由的氛围中成长。

参考文献

- [1] 丛宁丽. “亲子游泳”的意义与注意事项[J]. 游泳, 2006(1): 22-24.
- [2] 戚明明. 游戏教学法对小学生体育学习影响的实验研究[D]: [硕士学位论文]. 上海: 华东师范大学, 2011.
- [3] 苏伟森. 游戏教学法在儿童游泳教学中的应用[J]. 广西教育, 2018(5): 71-72.
- [4] 阮美玉. “游戏教学法”在少儿游泳启蒙教学中的实验研究[J]. 福建体育科技, 2010, 29(1): 42-45.
- [5] 邹敏. 少儿游泳培训中对蛙泳教学方法的思考[J]. 宿州教育学院学报, 2014, 17(5): 180-181.