

基于一体化改革背景的高校篮球教学过程分析

卢才生

泰国格乐大学

摘要：一体化改革有助于实现跨学科之间的深度融合，对于人才的全面培养和综合发展有着积极作用。基于此，本文从一体化改革背景，针对高校篮球教学过程进行分析，从一体化改革的内涵与特点入手，分析了高校篮球教学存在的主要问题，包括课程目标不清晰、教学组织单一等多个方面，最后，基于一体化改革背景，有针对性地提出了高校篮球教学过程的优化对策，包括优化教学内容、丰富教学组织，以及加强体能训练等。

关键词：一体化改革；高校；篮球教学

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2022.10.012

引言：随着教育的不断深化，高等教育作为培养高素质人才的重要基地，教学模式与方法的创新显得尤为关键。近年来，一体化改革成为教育领域的热门话题，其核心理念在于打破学科壁垒，实现跨学科、跨领域的深度融合，以培养学生的综合素质和创新能力为核心目标。在这一背景下，高校篮球教学作为体育教育的重要组成部分，也面临着改革与创新的挑战。因此，加强对于一体化背景下，高校篮球教学过程的研究和分析是十分有必要的。

一、一体化改革的内涵与特点

一体化改革的主要内涵在于打破原有的条块分割和封闭状态，以此推动各种资源和要素的跨界融合与共享，这包括但不限于政策、制度、资源、技术、人才等多个方面，以此形成教育合力，共同推动改革进程，同时打破教育壁垒，实现高校人才的全面培养和综合发展^[1]。

在教育领域，一体化改革的特点主要表现在以下几个方面。第一，教育资源的优化配置，一体化改革致力于打破教育资源的地域分割和校际壁垒，实现教育资源的优化配置和共享，包括师资力量、教学设施、课程设置等多个方面，通过优化资源配置，可以提高教育资源的利用效率，缩小教育差距，促进教育公平，同时也有助于提升教学质量效果。第二，教育制度的创新与完善，一体化改革要求在教育领域进行制度创新与完善，以适应经济社会发展的需求，包括教育管理制度、招生考试制度、人才培养模式等多个方面，通过制度创新与完善，可以激发教育领域的活力，提高教育质量，培养更多符合社会需求的人才。第三，教育技术的创新与应用，一体化改革注重教育技术的创新与应用，以推动教育教学的现代化，包括在线教育、智慧课堂、虚拟现实等多个方面，通过教育技术的创新与应用，可以丰富教学手段，激发学生学习兴趣，从而提高教学效果，为学生创造更加优质的学习环境。第四，教育人才的流动与共享，一体化改革强调教育人才的流动与共享，以打破

人才壁垒，促进人才的优化配置和高效利用，包括教师交流、学者互访、人才合作等多个方面，通过教育人才的流动与共享，可以提升教师的专业素养和教学能力，提高人才培养的质量。

二、高校篮球教学存在的主要问题

高校篮球教学作为体育教育的重要组成部分，对于培养学生的运动技能和健康生活习惯具有不可忽视的作用。然而，当前高校篮球教学仍存在一些亟待解决的问题，这些问题不仅影响了教学质量，也制约了学生篮球技能的提升。当前高校篮球教学存在的问题主要体现在以下几个方面。

（一）课程目标不清晰

在当前高校篮球教学过程中，课程目标设定往往显得过于宽泛和模糊，缺乏清晰、具体的指导性。这种现状不仅给教师带来了教学上的困扰，使得教师在教学过程中难以准确把握教学方向，无法有效评估学生的学习效果，也让学生在在学习过程中感到迷茫和缺乏动力。

（二）教学内容较简单

受到传统教育理念、模式等方面的影响，高校篮球教学内容相对简单，缺乏足够的深度和广度，在实际学习的过程中，学生仅仅通过简单的运球、投篮训练展开篮球运动，无法激发学生的学习兴趣 and 运动激情，导致学生在学习过程中难以接触到更高级别的技能和战术，限制了他们的篮球技能提升。因此，高校篮球教学应该丰富教学内容，引入更多元化的篮球技能和战术，以满足不同学生的需求^[2]。

（三）教学组织较单一

在教学组织方面，部分高校篮球教学受到传统课堂教学模式影响较深，并且一直沿用。教学过程中多是教师进行讲解、演示，然后由学生进行模仿、反复练习的方式展开学习，教学组织形式缺乏创新和多样性，导致学生在学习过程中容易感到枯燥和乏味，降低了学习效果。使得高校篮球教学浮于表面，变成了学生获得学分的“工具”，并未发挥出篮球运动培养学生运动兴趣、

强身健体的作用。

（四）体能练习不到位

篮球运动对体能的要求极高，不仅会影响学生的运动表现，还关乎着学生的运用体验，而部分高校篮球教学在体能练习方面存在明显不足。这导致学生在比赛或者运动过程中难以发挥出最佳水平，甚至可能因为体能问题而受伤，导致学生丧失对于篮球运动的兴趣和自信心。

（五）教学评价不充分

教学评价是检验教学效果的重要手段，然而部分高校篮球教学缺乏对于教学评价的重视，导致教师难以准确了解学生的学习状况和需求，也无法及时调整教学策略，严重影响了教学质量，篮球教学效果始终无法得到有效提升，一体化教育改革效果也难以得到良好保障^[3]。

三、基于一体化改革背景的高校篮球教学过程优化对策

（一）更新教学目标

在新的一体化改革背景下，高校篮球课程的目标不仅仅是培养学生的篮球技能，更重要的是通过篮球运动，全面提高学生的身体素质、团队协作能力和竞技精神。对此，高校篮球课程目标设定应明确、具体，并具有指导性，同时还需要确保其与一体化改革的总体目标相契合，除了提升学生的篮球技能和竞技水平，还应注重培养学生的团队协作、沟通能力、竞技精神和综合素质等。在具体制定篮球教学目标时，一方面，可以将课程目标细化为技能提升、体能训练、团队协作和竞技精神等多个方面，并针对每个方面制定具体的评价标准和教学方法。例如，在技能提升方面，可以设定具体的技能提升目标，如提高投篮命中率、增强运球能力等，并制定相应的训练计划和评估方法。在体能训练方面，可以根据学生的体能状况制定个性化的训练计划，并通过定期的体能测试来评估学生的进步。另一方面，可以通过引入实证研究来支持课程目标的设定，对此，教师可以参考国内外相关研究成果，了解不同年龄段、性别和篮球水平的学生在篮球课程中的学习需求和成长特点，从而更加科学地制定课程目标。除此之外，还可以定期收集学生的反馈意见，了解他们对课程目标的认同度和满意度，以便及时调整和优化课程目标。

（二）优化教学内容

教学内容的优化是实现教学目标的关键。基于一体化改革背景的高校篮球教学亟待丰富教学内容，在此过程中，可引入先进的篮球理念和训练方法，使教学内容更加贴近现代篮球运动的发展趋势。需要明确的是，篮球运动本身就是一个充满多样性和变化性的运动，从

简单的运球、投篮到复杂的战术配合、团队协作，每一个环节都蕴含着丰富的知识和技能。因此，高校篮球教学内容应积极引入更多元化的篮球技能和战术，这不仅可以激发学生的学习兴趣 and 动力，还能帮助他们更全面地掌握篮球运动的精髓。与此同时，教学内容的选择应注重实用性和前瞻性，实用性意味着所教授的技能 and 战术应该能够在实际比赛中得到应用，提高学生的竞技能力；前瞻性则要求教师关注篮球运动的发展趋势和潮流，引入先进的篮球理念和训练方法，使教学内容更加贴近现代篮球运动的发展需求。同时，还应结合学生的实际情况和兴趣爱好来安排理论和实践教学内容。例如，对于有一定基础的学生，可以教授他们高位进攻、区域联防等高级技能和战术；对于初学者，则可以从基础技能和战术入手，逐步培养他们的篮球意识和团队协作能力。此外，为了进一步提高教学效果，高校篮球教学还可以引入多媒体、网络技术等现代教学手段。通过视频、动画等形式展示篮球技能和战术的细节和要点，帮助学生更好地理解和掌握篮球技巧，形成良好的学习体验^[4]。

（三）丰富教学组织

在篮球教学中，丰富多样的教学组织形式不仅能满足不同学生的学习需求，更能有效激发学生的学习兴趣 and 积极性。通过尝试各种创新的教学方式，可以为学生创造一个更加生动、有趣的学习环境，使他们在享受篮球运动的同时，也能提升自我能力，做到寓教于乐。

首先，小组教学是一种有效的教学组织形式。通过将学生分成小组，可以培养他们的团队合作精神和沟通能力。在小组内，学生们可以相互学习、互相鼓励，共同面对挑战，也可以培养学生的协作能力和领导能力。在此过程中，教师需要根据不同小组的特点和需求，设计有针对性地教学内容和方法，使每个学生都能在小组中找到自己的位置，发挥自己的优势。

其次，游戏化教学也是一种颇受欢迎的教学方式。通过将篮球教学与游戏相结合，可以让学习变得更加有趣和轻松。例如，教师可以设计一些与篮球相关的趣味游戏，让学生在游戏中的学习篮球技巧、规则和战术。这种教学方式不仅可以激发学生的学习兴趣，还能帮助他们在轻松愉快的氛围中掌握篮球知识。除此之外，在教学过程中，还可以将游戏化教学模式与小组合作有机结合在一起，在实现篮球教学的同时，还可以提升学生的合作能力和沟通能力，实现对于学生能力素养的综合培养。

再次，线上线下结合的教学方式也为篮球教学带来了新的可能性。通过线上教学，教师可以利用丰富的网络资源和多媒体手段，为学生提供更多的教学资源，以

此满足不同学生的学习需求。通过线上线下相结合的方式,既能充分发挥网络技术的优势,又能保留传统教学的特点和价值。

最后,一体化教育背景下,还应加强篮球教学与其他学科的交叉和融合,探索篮球教学与其他学科的结合点。例如,可以将篮球教学与体育教育、心理学、社会学等学科相结合,从多个角度和层面来探讨篮球运动的价值和意义,以此既能够为学生提供更广阔的学习和发展空间,还能帮助他们更好地理解篮球运动的本质和内涵。

(四) 加强体能训练

篮球运动,作为一项充满激烈对抗和高速运动的体育项目,对学生的体能要求极高。体能训练作为篮球教学的重要支柱,对于提高学生的竞技水平和运动表现具有积极作用和重要影响。因此,在实际展开教学的过程中,应加强学生的体能训练,从多方面提升他们的体能储备和运动能力。

第一,需制定个性化的训练计划,每个学生的身体状况和篮球技术水平各不相同,因此体能训练计划应该因人而异,具有针对性和实效性,教师应根据学生的具体情况,制定科学合理的训练计划,合理安排训练强度和训练时间,确保学生在训练中能够充分发挥潜力,同时避免运动伤害。第二,注重训练的系统性和连续性,体能训练不是一蹴而就的过程,需要长期的积累和坚持,因此,应该注重训练的系统性和连续性,确保学生在整个训练过程中能够稳步提升体能水平,同时,教师还应定期评估学生的体能状况,及时调整训练计划,确保训练效果的最大化。第四,体能训练的同时,还要关注学生的身心健康,确保训练安全,体能训练是一项高强度的运动,对学生的身体健康和心理健康都有一定的影响。因此,在训练过程中,应密切关注学生的身体状况和心理变化,确保训练的科学性和安全性。教练应教授学生正确的运动技巧和方法,教育他们如何在训练中保护自己,预防运动损伤。在心理健康方面,教师应鼓励学生保持积极的心态,面对训练中的困难和挑战。最后,为确保体能训练效果,还可以结合实战,模拟比赛场景,让学生在接近真实的比赛环境中进行体能训练,在提高学生实战能力的同时,让他们更好地适应比赛节奏和强度,提高比赛表现。

(五) 完善教学评价

教学评价作为衡量教学质量效果的重要手段,对于高校篮球教学的改进与发展具有至关重要的作用。在一体化改革的浪潮中,篮球教学不仅要注重教学内容和方法的创新,还需要构建一个完善的教学评价体系,以确保评价过程的全面性和客观性。对此,可以采取多种评

价方式相结合的策略。首先,需要进行自我评价,篮球教师应该在教学结束后,应结合学生课堂表现,对教学过程进行深入地反思和总结,明确教学过程中存在的不足和问题,以此为下一步的教学改进提供依据。其次,展开教学互评,组织其他篮球教师进行旁听,并提出意见和建议,以促进彼此成长,通过互评机制不仅能够帮助教师发现自己的盲区,还能够加强教师之间的交流与合作,形成良好的教学氛围。再次,学生评价也是教学评价的重要组成部分,学生是教学过程的直接参与者,他们的反馈意见对于评价教学效果具有重要的参考价值,因此,高校可以通过设置问卷调查等方式,收集学生对篮球教学的意见和建议,以便及时调整教学策略,更好地满足学生学习和锻炼的需求^[5]。

结束语

综上所述,一体化改革背景下,高校篮球教学课程目标、教学内容和组织形式均存在不同程度的问题,对此,本文建议加强课程目标指导性,注重实用性和前瞻性,同时还需要引入多元化的篮球技能和战术,以此丰富教学内容,激发学生学习兴趣。在此过程中,还需要尝试多样化的教学组织形式,如小组合作、角色扮演、竞赛对抗等,以此活跃课堂氛围,达到寓教于乐的效果。此外,应加强体能练习,制定个性化训练计划,注重训练的系统性和连续性,关注学生身心健康。并根据教学目标,完善教学评价,采取多种评价方式相结合,以此全面提高教学质量。相信随着对一体化改革,以及篮球教学策略方法的深入研究和实践探索,高校篮球教学水平将会得到进一步提升。

参考文献

- [1] 于素梅. 从一体化谈新时代深化体育教学改革的着力点[J]. 体育教学, 2020, 40(12): 10-12.
- [2] 尹继林, 李乃琼, 王雨辰等. 课内外“学·练·赛一体化”体育俱乐部教学改革研究——基于“翻转课堂”教学理念[J]. 北部湾大学学报, 2020, 35(06): 80-84.
- [3] 李郁明. “互联网+”时代背景下一体化教学改革研究——以嘉兴学院财会专业为例[J]. 嘉兴学院学报, 2020, 32(03): 140-145.
- [4] 李碧华. 工业机器人背景下的机电一体化设计课程教学改革思路分析[J]. 装备维修技术, 2020, (02): 15.
- [5] 于素梅. 一体化背景下谈体育课程教学改革的四个“实有”[J]. 体育教学, 2020, 40(01): 16-18.

作者简介: 卢才生(1996年4月)男,黎族,海南省乐东黎族自治县人,在读研究生,研究方向:体育教育。