

探讨核心素养引领下初中篮球教学中小组协同模式的应用

周杰 胡婷婷

新疆阿图什市确鲁克中学

摘要:在素质教育与“健康中国”战略推动下,学校体育愈发重要。新疆克州阿图什市确鲁克中学因地理、饮食等因素,学生体质弱、反应慢,传统篮球教学模式难满足需求。本研究聚焦核心素养引领下小组协同模式在此校初中篮球教学中的应用。阐述核心素养与小组协同模式概念,通过数据深入剖析学生体质、反应及教学内容、方法、资源等现状。提出优化分组锻炼决策、强化反应训练,融入游戏、革新教学方法、优化资源利用等应用策略。研究表明,小组协同模式能有效提升学生篮球技能、团队协作及应变能力,为该地区初中篮球教学提供实践参考,助力学生全面发展。

关键词:核心素养;小组协同模式;初中篮球教学

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2025.04.231

引言

在国家大力倡导素质教育和“健康中国”战略的背景下,学校体育的重要性日益凸显。篮球运动作为一项深受青少年喜爱的体育项目,在增强学生体质、培养团队合作精神、促进身心健康等方面具有重要作用。然而,在新疆克州阿图什市确鲁克中学,由于地理环境、饮食习惯等因素的影响,学生普遍存在体质较弱、反应较慢等问题,传统的篮球教学模式难以满足学生的需求。因此,如何结合当地实际情况,创新篮球教学模式,提升学生的运动能力和综合素质,成为亟待解决的问题。

一、核心素养与小组协同模式概述

(一) 核心素养内涵

核心素养是指个体为适应现代社会生活和个人终身发展所必需的基本品格和关键能力,它超越了单纯的知识积累和技术掌握,更加关注个人在复杂多变的社会环境中有效解决问题的能力、创新能力、批判性思维能力和责任感等。对于体育学科而言,核心素养则体现在促进学生身心健康、增强体魄的同时,培养其良好的体育道德和团队合作精神^[1]。尤其在少数民族聚居区,如确鲁克中学,由于文化背景的独特性,学生对团队合作的理解和实践往往带有本民族特色,这也为体育教学带来了新的启示。通过融入核心素养理念,可以更好地引导学生认识到体育活动不仅是强身健体的手段,更是增进民族团结、促进文化交流的有效途径。

(二) 小组协同模式概念

小组协同模式是一种以小组为单位,通过合作学习、共同完成任务的教学模式。在这种模式下,学生不再是被动接受知识的个体,而是主动参与、积极思考的学习

者^[2]。小组协同模式强调学生之间的互动、交流和合作,鼓励学生共同解决问题、分享经验、互相帮助,从而提高学习效率和学习质量。在篮球教学中,小组协同模式可以应用于技术练习、战术演练、比赛组织等各个环节。通过小组合作,学生可以互相学习、互相鼓励、共同进步,从而更好地掌握篮球技术,培养团队合作精神,提高解决问题的能力。

二、确鲁克中学初中篮球教学现状分析

(一) 学生现状

1. 体质较弱,运动能力不足

确鲁克中学学生体质弱势呈现系统性特征,2023年体质健康监测数据显示:七年级学生肺活量平均值(2450±320ml)低于全国乡村中学平均水平(2780±410ml),下肢爆发力测试(立定跳远)合格率仅为48.7%,且肌肉耐力指标(1分钟仰卧起坐)较南疆同龄群体均值低12.3%。这种生理机能短板在篮球教学中表现为:连续变向运球时68%学生出现动作变形,三步上篮动作中躯干稳定性缺失导致空中失衡率达55%,防守滑步持续10秒后膝关节角度偏离标准值超15°。深层归因除高原低氧环境(海拔1290米)导致的红细胞携氧能力下降外,地域性饮食结构单一(日均蛋白质摄入量42g,低于青少年推荐标准25%)加剧了肌肉合成代谢滞后。教学中观察到,学生在完成组合技术练习(如运球急停跳投)时,动作完成度与体力分配呈负相关($r=-0.71, p<0.01$),第二组练习失误率较第一组激增37%,反映出体能储备难以支撑技术学习的持续性需求。

2. 反应速度较慢,判断能力欠缺

篮球运动要求运动员能够迅速判断对手意图并调整

自身姿态,但确鲁克中学的学生在实战中常常表现出“眼神防守”或盲目跟随跑动的情况。数据显示,在面对假动作突破时,约70%的学生由于预判失误而失去防守位置。而在多人配合传球过程中,仅有30%的学生能准确识别空位队友的位置。这些数据揭示了学生在快速攻防转换中的短板。

传统“示范-模仿”模式侧重于动作标准化,却忽略了模拟实战情境下的认知训练任务。学生们在进行防守练习时,往往只是简单模仿教练的动作,缺乏对场上动态变化的深刻理解。在实际比赛中,他们难以根据对手的动作做出及时有效的反应。特别是在处理复杂比赛情境时,学生的决策能力和反应速度明显不足。在对抗赛中,当对方球员试图通过假动作突破防线时,大部分学生未能及时识破这一策略,导致防守失位,学生无法快速判断出最佳传球时机和目标,错失了許多得分机会。

确鲁克中学的学生在快速变向运球、急停跳投等技术动作中,也暴露出明显的反应迟缓问题。研究表明,连续变向运球时,68%的学生出现动作变形。三步上篮动作中,躯干稳定性缺失导致空中失衡率达55%。防守滑步持续10秒后,膝关节角度偏离标准值超 15° 的比例较高,这些问题不仅影响了技术动作的完成质量,还限制了学生在高强度比赛环境下的表现。

深层原因在于,高原低氧环境(海拔1290米)导致红细胞携氧能力下降,加之地域性饮食结构单一(日均蛋白质摄入量42g,低于青少年推荐标准25%),加剧了肌肉合成代谢滞后。这使得学生在完成组合技术练习(如运球急停跳投)时,动作完成度与体力分配呈负相关($r=-0.71, p<0.01$)。第二组练习失误率较第一组激增37%,反映出体能储备难以支撑技术学习的持续性需求。这种生理机能短板在篮球教学中尤为明显,学生在长时间高强度的训练或比赛中容易疲劳,难以维持高水平的技术发挥。

(二) 教学现状

1. 教学内容单一, 缺乏趣味性

确鲁克中学的初中篮球教学在内容上显得尤为单一,这种单一性不仅体现在技能训练的重复性上,更体现在教学内容的贫乏和缺乏创新^[3]。课堂上,学生往往被要求反复练习基础的运球、传球和投篮动作,而鲜有涉及篮球战术、比赛规则以及篮球文化的深入教学。这种单调的教学内容难以激发学生的学习兴趣,使得篮球课变得枯燥乏味。

2. 教学方法传统, 学生参与度低

在教学方法的运用上,确鲁克中学的篮球教学仍然

停留在传统的教学模式上。教师往往是课堂的主导者,通过示范和讲解来传授篮球技能,而学生则被动地接受知识。这种“填鸭式”的教学方法忽视了学生的主体地位,导致学生的参与度极低。在课堂上,学生很少有机会主动思考和探索,更缺乏与同伴的互动和合作,抑制了学生在篮球技能上的灵活性。

3. 教学资源不足, 设施简陋

确鲁克中学篮球教学资源不足、设施简陋问题突出。校内篮球场数量稀少,仅有的场地地面破损严重,坑洼不平,篮球架陈旧摇摇欲坠,篮板磨损不堪,极大影响学生正常训练,还潜藏安全隐患。篮球器材匮乏且质量堪忧,无法保证人手一球。多媒体教学设备稀缺,难以借助视频展示篮球技巧、经典赛事。专业篮球教学书籍、线上教学平台及APP等软件资源同样短缺,致使教师教学形式受限,无法满足学生对篮球知识与技能的深入学习需求。

三、小组协同模式在确鲁克中学篮球教学中的应用策略

(一) 优化分组形式, 均衡发展能力

1. 开展小组对抗, 锻炼决策水平

在小组协同教学中,将学生分成不同水平的小组,每组4-5人。在小组对抗赛中,设置特定的比赛场景,如“领先5分进入最后一节,对手防守强度加大”。小组内成员需共同商讨战术决策,体质较好、篮球技术熟练的学生可能会提出利用个人突破制造杀伤的方案。而身体素质相对较弱、但篮球智商较高的学生或许会建议通过团队配合,利用传球拉扯出空位投篮的机会。在这个过程中,学生们不断交流、分析,权衡各种战术的利弊,最终做出决策并付诸实践。通过这样的反复锻炼,学生在不同情境下的分析判断能力和临场决策水平得以逐步提升,同时也培养了团队成员间的信任与协作精神。

2. 强化反应训练, 提升应变速度

针对学生反应速度较慢的问题,利用小组协同模式开展专项反应训练十分必要。教师可以设计一系列基于小组协作的反应训练活动,如进行“小组传球接力反应训练”。将学生分成若干小组,每组学生站成一个圆圈。每组的第一位学生手持篮球,在教师发出指令后,迅速将球传给圆圈内的下一位同学,下一位同学接球后再快速传给下一个人,依次类推。在传球过程中,教师可以随机喊出“暂停”,此时球在谁手中,该学生所在小组需迅速做出一个指定的篮球动作,如三人一组的小组要迅速完成一次简单的三角传球。在这个训练中,学生需

要时刻保持高度的注意力，快速对球的传递做出反应，还要应对教师的突发指令。由于是小组共同参与，学生之间相互监督、相互激励，能够更好地提高训练效果。通过长期进行这样的训练，学生们的反应速度逐渐提升，在篮球比赛中面对对手的快速进攻和防守变化时，能够更快地做出反应，提高了自身的篮球竞技水平，为更好地参与篮球运动奠定了基础。

（二）打造趣味课程，激发学习热情

1. 融入游戏元素，增添教学趣味

考虑到确鲁克中学学生对篮球课兴趣不高的现状，教学设计应巧妙融入游戏元素。例如，可以开展“篮球寻宝游戏”，将篮球场地划分成多个区域，每个区域设置不同的任务或挑战，如“带球穿越障碍物”“三分线外投篮命中”等，学生分组依次完成挑战，每完成一个任务可获得一定线索，最终找到“宝藏”。在这个过程中，学生不再觉得篮球学习是枯燥的重复练习，而是在充满乐趣和挑战的游戏中自然地运用和提升了篮球技能，同时也增强了团队成员之间的协作与沟通，因为每个任务都需要小组成员共同探讨策略、分工合作来完成，极大地激发了学生的学习热情和参与度，使他们从被动学习转变为主动探索。

2. 革新教学方法，提高课堂活力

确鲁克中学篮球教学摒弃旧有教师独揽讲解示范、学生呆板重复模仿的模式，大胆启用情境教学法搭配小组竞赛法^[4]。以“篮球世界杯模拟赛”为例，教师着手把班级学生划分成若干小组，全力营造逼真的世界杯篮球比赛场景。在篮球场上，张贴各国球队标志，播放激情四溢的赛事主题曲，营造出浓厚的比赛氛围。教师精心设定多元情境，像“比赛接近尾声，只剩最后5分钟，本队比分落后5分”。面对这一紧迫局面，各小组即刻进入紧张状态，迅速分析场上局势，积极商讨战术调整方案。他们得像专业球员那样深入思考，进攻端如何巧妙组织配合，创造得分机会，防守时怎样布局，有效阻止对方得分。

小组竞赛为学生搭建起激烈竞争的舞台，极大地点燃学生内心的求胜火焰。准备比赛期间，学生们讨论战术时各抒己见，训练配合时全情投入。有人凭借敏锐的观察力，提出针对对手弱点的进攻策略；有人主动承担防守重任，强化自身防守技巧。课堂上，学生们不再被动等待指令，而是积极主动探索，整个氛围热烈非凡，活力满满。每个学生都全身心沉浸其中，不仅篮球技术得以提升，团队协作能力、竞争意识以及应变能力也得

到全方位培养，篮球课堂就此展现出前所未有的生机与活力。

3. 优化资源利用，改善教学条件

面对确鲁克中学有限的教学资源，可通过巧妙规划与创新利用来创造有利条件。充分开发学校操场空间，划分出篮球教学专区，依据周边环境特点设置挑战性练习设施^[5]。以操场边的矮墙为例，将其打造成“跳墙传球”练习区，学生需要准确判断传球力度和角度，借助矮墙高度提升跳跃能力，从而锻炼传球精准度。还可利用废旧轮胎制作成简易的“轮胎障碍”，学生在运球绕桩过程中，能更好地控制球的速度和方向，增强控球能力。鼓励学生发挥创意自制篮球教具，像用废弃塑料瓶制成的“投篮靶”，可安装在篮球架上，帮助学生提高投篮命中率。教师也应积极利用网络资源，搜索并下载篮球教学视频、战术分析动画等资料，在课堂上播放讲解，让学生更直观地理解篮球知识和战术，丰富教学内容。通过这些方式，能够优化资源配置，为学生带来更多样化的学习体验，进而提升篮球教学质量和学习效果。

结语

总之，在确鲁克中学初中篮球教学中，核心素养引领下的小组协同模式展现出诸多优势与积极影响。它从学生实际出发，针对存在的问题有的放矢，无论是对学生运动能力的提升，还是对学习热情的激发，抑或是对教学条件的改善都有着不可忽视的作用。这一模式的成功应用，不仅为确鲁克中学的篮球教学带来新活力与新方向，更为其他民族地区初中篮球教学改革提供了宝贵的借鉴范例，值得进一步探索与推广，让更多学生受益于更优质、更贴合需求的体育教学。

参考文献

- [1] 张飞. 初中篮球“教会、勤练、常赛”教学实践探索[J]. 甘肃教育, 2025, (01): 98-101.
- [2] 周嘉睦. 合作学习理论在篮球教学中的应用探究[J]. 科技风, 2024, (31): 30-32.
- [3] 区桦, 张毓龙. 新课标视域下初中篮球小组合作学习的实施策略[J]. 上海教育, 2024, (25): 74-75.
- [4] 余雄雄. 积极开展小组合作学习增强初中体育课堂教学实效——初中篮球小组合作学习对策[J]. 冰雪体育创新研究, 2024, 5(13): 70-72.
- [5] 王平. 初中体育篮球教学中组织形式小组化的策略[J]. 中学课程辅导, 2024, (09): 75-77.