

核心素养理念下小学“水平三”篮球教学分析

高帅

辽宁省盘锦市辽河油田迎宾小学

摘要:对于小学生角度而言,由于其身心发育尚未成熟,大多注意力集中时间夹断,难以持续用心学习篮球技术,导致篮球教学效果并不是很理想。在篮球的教学目标设计中,可以按照核心素养培养目标、课时目标和环节目标三个层面来建构。如何利用已有的条件,激发学生参与篮球学习的兴趣成为重要课题。本文简要分析小学体育现状,提出小学“水平三”篮球教学策略。

关键词:核心素养;水平三;小学;篮球教学

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2024.02.043

引言

篮球项目是具备对抗性的集体活动,深受小学生喜欢。小学生参与篮球活动的热情较高。因此,教师应当有意识地利用学生的兴趣方向,开展趣味篮球教学,进一步提升学生的积极性,创新教学模式,释放文化课程学习的压力,促进学生身心全面发展。

一、小学体育教学现状

首先是教学资源紧张。教学器材不足、破损的情况都直接影响到篮球教学的质量。一部分小学甚至操场路面都未进行必要的硬化平整处理,制约篮球教学的高质量开展。

其次是教学思想和模式陈旧落后,部分教师对新时代的教学思想和模式缺乏了解认识,长期缺乏更新,导致学生逐渐对单一枯燥的教学模式丧失兴趣,甚至陈旧的教学模式影响到学生健康参与篮球活动。

最后是小学生缺乏对篮球运动的正确认识。对于小学生而言,由于受到信息来源渠道的限制,许多学生虽然对篮球运动具有较强的兴趣,但对于具体的比赛规则、运动技巧等缺乏必要的认识,影响篮球运动的有效开展。

在六年级的时候,学生们的独立性和叛逆心理开始显现,他们的知识和技巧也在逐步的提高,他们更多地关注自己感兴趣的人和事。在学习篮球的过程中,喜欢对抗。在竞技水平不断提升的同时,也出现了对高水平比赛的重视,模仿职业选手的动作,注重裁判的公正性;一个人的技术,一场比赛的胜负。生理发展特征:进入六年级后,人体进入了第二个快速成长的时期,骨骼、心脏、心脏等器官都在快速地生长,肌肉也在迅速地增长。动作越来越精确,越来越灵活,越来越多样。他们正值青春发育期,好奇心旺盛,渴望表现。学生的自主性日益增强,他们倾向于以批判的目光审视问题,并在某些情况下对老师的合理干预表示抵抗。记忆力提高,注意力也更容易集中,但是因为他们的意志还不够

坚定,他们的分析问题的能力还在发展之中,因此,他们在面对困难和挫折的时候,就会变得沮丧,或者是理性无法控制自己的情绪。从一到五年级的篮球教学,就为学生提供了一些基本的篮球知识和技术,所以,在六年级的时候,他们就已经掌握了很好的传接球、行进间运球、投篮等方面的能力,并能主动将其应用到篮球游戏和比赛之中。但是,在个人水平上,学生的能力存在着显著的差异。这一节课,既要加强学生原有的知识和技能,又要把单项的动作技能结合起来,通过比赛运用到实践中去,更好地提升了学生的水平。

二、小学体育“水平三”篮球教学策略

(一)结合游戏教学,提升教学趣味性

绝大多数体育项目和游戏活动都具有较强的互动性,能够帮助小学生快速接触了解篮球运动,激发参与篮球活动项目的新区。对于小学生而言,复杂难懂的篮球比赛规则并非教学实践中的重点,体验篮球活动打来的快乐才是最重要的目的。篮球运动的规则性虽然是篮球运动开展的基础,如若教师忽视教学的内在规律,必然影响教学的效果和趣味性^[1]。因此,教师为学生讲解篮球运动的规则时,可以融入游戏活动开展教学。使学生能从实际游戏运动中了解各种规则,强化对篮球运动基础规则的掌握程度。

运动参与目的:可以让学生体会到小篮球运动与竞赛的快乐与成就,培养主动地参加体育运动的意识,并且能够在一定程度上欣赏与评判游戏的过程。

体育技能目标:使学生对篮球运动的发展有一定的认识,理解比赛的规律和战术特征,并能运用跑、跳、滑步等基本技术动作;将专业技术如传球、投掷等应用于游戏及3VS3、4VS4、5VS5等赛事中,并可担任裁判。

体能目标:认识到篮球在身体和心理上的好处,全面发展身体素质,如灵敏度、速度、空间等。

心理卫生和社会适应目标:通过学习、练习、比赛等方式,提高团队合作能力,培养学生的意志品质和体

育伦理。

在单元目标的引导下，课程的目标与四个维度的目标相连。根据小篮球的项目特征和技术特征，制定了多样化的目标，但是主要还是要把身体控制、移动技术、传球技术、投篮技术等5个方面的技能目标进行确定。在教学过程中，教师应尽量设定可量化的、明确的学习目标。课堂教学目标是实现课堂教学目标的切入点，它通过学生实践和教师的引导活动来实现。以此为基础，以课时目标为框架，以单元目标为主线，通过对每一个层次进行合理的构建，从而生成一个目标链，以此来掌握篮球教学的系统性、完整性和连贯性。在篮球的教学中，除了要进行基本运动技能、专项运动技能的设计之外，还要着重训练学生的实战能力和运动技能的综合运用。在大单元期末，通过教学竞赛、成果展示或测验等方式，对其实现情况进行检验，凸显教学目标的实用性。

例如：开展三三篮球对抗活动的过程中，教师可以邀请不同的同学轮流担任裁判，强化学生对篮球运动规则的把握程度，教师有必要构建篮球运动的具体游戏情境，并借助多媒体技术为学生播放视频，示范引导学生模仿职业运动员的正确运球、传接球的动作，掌握必要的动作技术，进而掌握篮球运动的具体技能。教师还可以根据教学进行实际的篮球运动比赛，如踩线追逐赛比赛，先要求学校在篮球上零点五场进行对应的游戏活动，由学生二十人一队选择其中一人名担任捕捉者，其他同学则在篮球馆里踏线奔跑，捕捉者追上的人就成为下一位的捉者。而老师也应当反复强调保证每一位同学都掌握了正确的游戏规则，踏线奔跑，避免跨线，也不要反过来去捉捕捉者。通过类似的游戏活动，教师帮助学生收获成功的体验，强化学生的运动自信。设计游戏时，也要做到因人而异，一部分小学生发育程度好，身体基础素质优秀，具有较强的弹跳能力，教师可以为其设计摸篮筐的游戏活动，从而在促进学生身体素养的同时，强化对篮球运动的兴趣。面对发育程度不一，身体素质差距较大的学生时，教师也可以分层开展游戏活动，为学生合理规划队伍，按照学生的身高和能力等基础身体素养开展对抗训练。帮助学生从不同的游戏体验中获得相应的成就感。在运动过程中不断地穿插各种游戏活动，也可以将游戏活动应用于热身准备阶段，将具体的运动项目或内容游戏化，使游戏活动贯穿于运动的全过程，进而产生参与篮球学习的内在驱动力，产生优秀的学习效果。

（二）开展竞赛，激发竞争意识

小学篮球教学中，教师有必要开展丰富多彩的竞赛

活动，激发学生的竞争意识，使其能够在比赛活动中充分证明自身实力，也能从中获得不同师生的认可。教师应当立足于小学生身心发展的具体特点，开展多样化的篮球竞赛。包括运球赛、接力赛、拍球赛等等。并为差异较大的小学生按照身体素质、兴趣方向和性别等不同特质进行科学的分组，使每个运动小组的实力相当^[2]。比赛正式开始前，各小组还可以分组进行相应的训练，大家相互帮助、相互分享，大幅度提升对篮球的掌控能力。帮助学生在比赛过程中充分发挥自身潜能。此外，对于不同年级段的学生，教师也应当设计不同的比赛项目，适应学生身心发展特点的同时，充分调动学生参与篮球比赛活动的兴趣。低年级的同学主要训练目标在于提升对篮球的掌握能力，教师可以针对性的组织开展拍球比赛。而对于中年级学生，则需要训练定点投射能力，教师可以为学生设置不同的圆圈，划分为相应的投篮区和接球区，要求学生进行投篮练习。而对于高年级的同学，应当有意识地提升训练难度，帮助学生参与到更加正规标准的篮球活动之中。因此教师可以安排高年级小学生按照不同的小组进行相应的篮球对抗活动。

为提倡学习与实践相结合，在课堂上营造竞赛气氛，学习使用所学技能，在竞赛中提高学员的实战能力；通过“练赛结合”，达到全员参与、提高的目的，使学生的技术水平持续提高：使学生们对篮球运动的发展有所认识，理解篮球运动对身心健康发展的益处，理解规则和技战术特征，可以参加3VS3、4VS4、VS5的比赛，并担任裁判，对比赛的进程有一定的欣赏和评判，通过小篮球运动的学练赛，对比赛的进程有一定的欣赏和评判能力；增进体能，增进团体配合。基础运动技术是以身体素质为基础的，强调身体素质对篮球比赛的重要作用和使用方法。专业技术在篮球项目中占有重要地位，在各个层次有不同的训练目的。篮球赛事学习是指在战术和战术的学练基础上，对比赛进行有目的的设计（对规则进行修订和简化），注重将所学的技战术在对抗情况下的灵活应用，以及战术意识、团队协作、体育品德的培养。

课时的安排是对教学内容的安排，把“运用”的“赛”、“学、练”的结果展示出来，这两个方面既体现在课堂教学中，又体现在整个单元的设计之中。在核心素养教学中，将移动，运球，传接球三种方法结合起来，使学生能更好的参加竞赛；投篮、防守等技术都被纳入了课程之中，并且根据不同的年级，将他们需要掌握的技战术都设置在了不同的年级之中。而且，随着年级的提高，技战术的发展也会出现由简单到复杂的变化。按照这种逻辑关系，在水平三期要具备的主要技术

内容有：身体素质好，技术组合灵活，团队协作能力强，防守与得分能力强。

（三）播放音乐，舒缓身心

音乐能够愉悦学生身心，充分调动学生的情绪，使之积极投身于运动之中。体育教学活动中，学生经过对应一段时间的高强度训练，往往会处于身心俱疲的状态。也会丧失对篮球运动的兴趣，积极性也会有所下降。教师可以适当引入音乐环节，根据教学活动的具体需求，融入学生的篮球训练之中，使学生感受音乐魅力的同时促进技能提升。当学生完成一段时间的训练活动后，可以为其播放节奏舒缓的音乐，从而放松学生紧张的身心，走入修整阶段。久而久之，学生也对音乐形成对应的条件反射，听到不同的音乐，自觉的进入对应的活动阶段^[3]。

（四）优化课堂导入和教学语言

课堂教学的趣味性不仅要贯穿于课堂教学中，更要在课堂的起始环节帮助能够以较强的趣味性吸引学生注意力，抓住眼球，产生参与学习活动的内在冲动。基于此，提升篮球课堂教学趣味性的首要环节在于优化课堂导入的趣味性，从而吸引学生注意力。通常情况下，教师运用简单小游戏的方式，作为篮球教学的导入能够取得良好的教学效果。学生游戏活动中保持积极的态度和情感，能够取得良好的导入效果。设计导入游戏时，教师还应当与篮球教学的自身特点有机融合，帮助学生熟悉篮球知识的同时，起到良好的热身效果，能从游戏活动中塑造活跃的课堂氛围，感染学生具体的学习情绪。教师利用游戏法为学生导入篮球课时，还应当注意控制导入环节的具体时长，保持在一分钟左右即可，不可影响课堂主要内容的教学。

教学实践中的语言艺术运用也是十分重要的，直接影响学生课堂参与的学习体验。从篮球活动本身的角度而言，一些篮球技巧相对比较细致，有的篮球技巧学习掌握也相对比较艰苦，篮球运动也涉及了比较激烈的审题比赛。对身心发育并不完善的他们来说，都是影响掌握篮球运动的主要原因。一些同学会对此产生恐惧心理。此时，教师要充分利用语言的力量，给予学生积极的鼓励，激发勇气，学会依靠自己战胜困难，应对挫折。不仅帮助学生掌握必要的篮球活动技术，也促进其形成良好的性格品质。

（五）实现教学内容整合，培养学生核心素养

在核心素养教学过程中，对教学内容进行了最优整合，是实现教学目标的载体。在“教会、勤练、常赛”的教育思想指导下，青岛市市南区体育科教研组提出了篮球的教学设计，旨在使学生对篮球基础运动技能、专项运动技能、比赛能力等进行系统化的结构化、系统化

的学习。“水平三”篮球的教学内容的选取，以学生对篮球运动的发展、规则和技战术特征的理解为依据，可以参加3VS3、4VS4、5VS5等游戏，并担任裁判，可以在一定程度上对比赛的进程进行观察与评判。篮球课程核心素养教学内容结构及重点由三个方面构成：基础运动技能、专项运动技能以及有关篮球比赛的知识。

在篮球核心素养教学中，提倡按技术层次、动作能力分层次进行训练。如：教学中，对于能在短期内迅速掌握已学习的篮球技术的同学，可在课程中加入篮球技巧的结合训练，或组织一场篮球比赛。对于已经学习过的篮球技术不够熟练的学员，可通过加大训练次数，循序渐进地提高技术层次。通过不同层次的训练，使各层次的学员在原有的基础上得到极大的提高，从而达到“双促进”、“双提高”的目的。

培养学生的创造性思维，是改变教与学方法的一个先决条件，也是一种促进学生自身发展的一种有效途径和方法，为了使自主探究学习的效果得到最大限度地发挥，老师必须掌握好时间、数量和条件。将学生的合作练习以及合作表演的时间等因素进行合理的分配。通常以4-6人为一个小组，保证每个小组成员的任务分工及训练强度，使每个角色都能得到最大限度地发挥。在教学过程中，教师要对提出明确的、具体的要求，以保证学生能够按照规定的方式进行学习。同时也要考虑到练习的难易程度是否超出了他们的最近发展区域，还是太简单了，让他们丧失了学习的兴趣。

结语

总而言之，小学“水平三”篮球教学，需要教师充分了解学生的身心发展规律，根据具体的情况丰富教学方式，通过游戏活动、集体竞赛等多种不同的方式，充分调动学生参与篮球运动的兴趣，完成体育教学，促进学生身心全面发展。

参考文献

- [1] 杨艳莉. 少儿篮球趣味篮球训练法的实践[J]. 体育视野, 2022, (15): 131-133.
- [2] 卢良. 趣味篮球教学方案在小学高年级篮球课中的应用研究[J]. 当代家庭教育, 2021, (17): 19-20.
- [3] 郑腾鹏. 趣味篮球教学模式在小学体育教学中的实践分析[J]. 冰雪体育创新研究, 2021, (07): 111-112.
- [4] 李源发. 小篮球运动教学对小学生体质影响的实验研究[D]. 广州体育学院, 2022.
- [5] 张培欣, 邢中辰, 王钦呈, 蔡新民, 洛圆博. 小学体育大单元教学的思与行——以水平三（六年级）《小篮球》大单元教学为例[J]. 中国学校体育, 2021, 40(10): 46-56.