

浅谈高中篮球教学质量提升对策

胡明

(重庆市永川北山中学 重庆 402160)

[摘要] 对于目前的各大高中学校的体育课程来说, 篮球的课程要求大多停留在选修课程的主要阶段。对于篮球课程的各个方面并没有特别大的要求。包括学生的衣着、技术动作等多个方面。包括专业的篮球教师对每个学校的配备都是很难满足。因此要针对这种现象做出相应对策改革来改变现状。

[关键词] 高中体育; 篮球; 教学策略探究

高中体育课是非常重要的, 不仅能帮助同学们学习一些体育技能, 还会使其在繁忙的学业中得到放松。“快乐体育”理念就符合高中体育教学的目标, 可以使很多体育运动都具有乐趣, 提高同学们学习体育的兴趣, 促进他们健康快乐的成长。在“快乐体育”理念指导下, 可以为学生营造和谐愉悦的教学氛围, 高中体育教师在篮球教学中也要注重这一理念的渗透, 调动学生参与篮球运动的热情, 从而让他们以快乐的心情参与锻炼, 提高篮球技能。

1. 高中体育篮球课堂教学存在的问题

1.1 师资力量单薄

对于目前学校的发展来说, 大多数高中的体育教师都是各大体校的毕业生, 他们并不是只精于某一方面的体育教学活动, 这样就大大地降低了老师对学生篮球课程的要求, 换句话说, 就是可能连老师的技术动作等方面都不达标, 那么老师又该以何种姿态来要求学生的技术动作过关呢。

1.2 教学内容的丰富程度不够

高中的体育课程中的篮球被当成选修内容, 也可以理解成大多数学生喜欢篮球运动, 而少许部分的同学的兴趣爱好并不在这里。所以, 体育课中篮球项目的魅力无处散发, 以至于小部分学生对体育课篮球项目产生抵触情绪。没有办法使学生主动了解篮球, 积极学习篮球。使篮球丧失了它本身独有的魅力等, 使其枯燥无味, 不能带给学生身心愉悦的感觉, 这对篮球教学的开展产生了极大的阻碍作用。

1.3 教学目标设定的不确定性

高中时期的每一个学校都有艺考考生之类的学生, 而体校的学生又只占一小部分, 明确地说, 除了准备报考体校的学生之外的大部分学生都对体育课程的锻炼没有太大的兴趣。他们只是简单地认为体育考试要考, 这是国家要求的, 体育达标就成, 并不需要太多的高素质体育。体育不像高考中所要求的其他学科, 越高越好, 而是只要达到某一个标准就可以了, 这也是教学目标设定不合理所造成的问题。

1.4 体育教学的时间的限制

在我国的教育观念中就是人生中的一大出路就是读书、读书、再读书。因此我国的每个学校的办学都主要是以文化课的教学为主, 体育课的教学为辅。因此中国的教学方式下的学生都被外国看作是“高分低能”的学生。高中时期的体育教学只有一周一到两节课程, 更别算上被其他科目占据的体育课的时间了。体育课程的时间骤减也是高中体育篮球教学的一大难题。

2. 解决篮球课程所存在的问题的对策

2.1 提升体育篮球课程在学生心中的地位

中国的大多数学生是按教学中的固定思维所思、所想的, 因此, 当他们看到其他学生在为文化课程而手忙脚乱的时候, 会大大激起同学们的“随大流”的思想。因此, 需要老师和家长都正确清楚地认识到高中体育课程的重要性。而相对于一些学生, 可以开讲座讲下篮球课程的魅力所在、打篮球对学生身心健康发展的益处。人们所说的打篮球会长高的说法也一定不是空穴来风。

2.2 篮球教师的专业程度的培养

在让学生以端正的态度正视篮球课程后, 并不可以让学生在教师方面的专业程度感到失望。因此篮球教师的专业性还是需要注意和培养的。包括高中体育篮球教师的培训、言谈、技术动作、得分率等多方面进行考察。包括个人赛、小组赛、团队赛的各种打法, 篮球教师更要提前做好基本了解。

2.3 篮球课程的教学目标的制定

在篮球教师不掉链子的情况之下, 要让学生有明确的课堂目标, 甚至细分到每节课的教学目标。这样可以使学生正确地面对每一节体育课。教学目标可以分为篮球个人赛、篮球小组赛、篮球车轮赛、篮球技术动作考核等多方面的篮球活动。包括一个学期的篮球教学的目标, 学校或者老师想要学生的学习达到某种程度。这样就使大家的教学都清晰明了了。

2.4 高中体育篮球课时安排

由于高中课时的安排确实很紧张, 所以更应该注重高中体育篮球的课时安排。应该根据学生对篮球技术的掌握适时调节教学计划。其中可以从最基本的理论知识讲起, 随之深入自主学习, 紧接着是老师调整教学, 最后根据自己所学情况做出反馈。这种教学方式可以极好地利用同学们的课余时间与课上时间, 让同学们更清楚地了解篮球课程, 往往这种做法会使同学的感悟更深刻, 学习理解更多, 篮球上手的熟练程度更大, 使学生应对起篮球以更好的方式去认识篮球的魅力所在。

2.5 通过篮球训练来培养学生的运动意识

高中篮球训练应从学生的主观意识出发, 从训练内容、训练手段、训练科学性、训练目标等内容着手, 充分的发挥篮球训练的指向性、强化性、稳定性等训练特性, 增强学生主观的运动意识。同时, 高中体育教师要加强对篮球知识和历史的讲解, 通过具体事例来调动学生的学习积极性, 激发高中学生的运动热情。

2.6 篮球训练中的合作学习

篮球运动是多人参与的团队项目, 在高中篮球训练时也要加强合作学习。在开展篮球训练过程中, 教师要对学生进行分组, 通过团队训练和比赛来增加小组的默契度, 并适时的调整队伍人员, 使之保持训练水平的均衡, 加强小组的凝聚力和合作意识。同时, 多开展训练比赛, 让学生充分地认识到每一个队员的重要作用, 以此来提高学生的竞技水平和运动智商。

3. 总结

篮球运动是参与者的脑力与体力及身体灵活性同时的比拼, 它可以很好地放松人的身体, 也可以使参与者更好地锻炼身体素质, 同时锻炼参与者的小脑, 使其平衡力、反应的灵敏性都可以得到很好的锻炼。尤其在国家更加重视国民身体素质的同时, 高中体育篮球必须改革。因此, 高中体育篮球教学的顺利开展势在必行。

参考文献

- [1] 牛国防. 浅议提高高中体育篮球教学质量的几点措施[J]. 才智, 2014(20): 70.
- [2] 庞宇. 提高高中体育篮球教学质量的策略浅析[J]. 读写算(教育教学研究), 2015(40): 230.