

篮球游戏在高校篮球教学中的应用探究

王麒舒

(信阳农林学院体育学院, 河南 信阳 464000)

[摘要]随着素质教育的发展, 篮球已经纳入高校的体育教学体系中, 不仅有利于学生学习和掌握基本的篮球知识和技能, 而且可以有效增强学生的体质和心理素质。篮球教学对高校学生而言, 具有一定的难度, 实际教学效果并不理想。体育教师可以将篮球游戏融合到实践教学, 展现游戏化教学优势, 推动高职篮球教学的发展。

[关键词]高校篮球; 篮球教学; 篮球游戏; 应用

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2021.07.568

随着社会的发展, 传统的、单一的教学模式和教学方法已经难以适应现代教育的发展, 特别是在高校的篮球教学中。在以往的篮球教学中, 教师往往将教学的重点放在了基本理论知识和篮球的技能上, 教学过程比较枯燥、乏味, 学生只能被动地接受传输来的知识, 这种教学方式的弊端明显。而篮球游戏融入篮球教学中, 兼具了教学和游戏的功能, 让学生在趣味游戏中学习篮球知识和技能, 而且可以进一步提升教学的效率和效果, 实现篮球教学目标, 使篮球游戏在篮球教学中发挥更大的作用。

一、简述篮球游戏的主要特点

篮球游戏是最近几年新兴的教学方式, 其最大的特点是寓教于乐。其一, 集体性。篮球游戏常常是需要全体学生集体参与的活动, 学生参与篮球游戏需要具备较强的集体观念, 为了集体, 在游戏中尽力拼搏。正是篮球游戏具备较强的集体性, 在开展篮球游戏教学过程中, 能够有效地培养学生的团队意识和团队协作的精神。其二, 竞技性。在众多的体育运动项目中, 很多项目都具有较强的竞技性, 同样, 篮球运动也属于其中之一。在篮球比赛中, 双方队员努力拼搏, 有利于培养学生的奋发向上、努力进取的精神。其三, 趣味性。高校教育阶段, 很多学生已经进入青春期, 心理上具有较强的竞争意识和好胜意识。在篮球游戏中, 学生尽情地释放自己争先的心理需求, 并努力地满足, 而且有利于进一步提升篮球教学的效率和质量。其四, 受制约性较小。在实践中, 篮球游戏的开展, 受到制约的可能性较小, 无论是场地因素, 还是器材问题, 都很难对篮球游戏造成严重影响。在实际的教学过程中, 教师可以依据学校的实际教学资源, 进行教学设置, 尽量利用有限的资源达到最优的教学效果。

二、将篮球游戏融入高校篮球教学的重要价值

(一) 有利于提升学生对篮球学习的欲望

在实践教学中, 教师要注重调动学生参与篮球游戏的主观能动性, 并主动让学生参与到篮球学习中。篮球运动是一项竞技类的运动项目, 包含很多的理论知识和基本技能, 一些篮球动作与技巧具有一定的难度。在练习的过程中, 很多学生往往会感到枯燥、乏味, 学习的动力被一点一点消磨掉。教师在开展实际篮球游戏教学过程中, 要全面、深刻地掌握学生的实际学习和兴趣爱好等情况, 对学生进行科学的小组划分, 让他们以小组为单位进行篮球游戏。每一小组实行一对一的运球比赛, 哪一个小组能够在最短的时间内运送最多的篮球, 即为胜

者。篮球的运球游戏, 一方面可以为学生营造宽松、愉悦的学习氛围; 另一方面, 教师将篮球的运球知识和技能融入该篮球游戏当中, 在游戏中, 学生强化了篮球知识学习, 培养了良好的运球能力。

(二) 有利于提升篮球教学的质量

随着网络技术和信息技术的快速发展, 网络游戏也逐渐盛行起来, 深受一些年轻人的喜爱。对此, 体育教师也可以借助网络游戏的优势, 将相关的篮球网络游戏融入课堂教学中, 不仅可以提升篮球教学的趣味性和知识性, 而且可以有效吸引学生学习的兴趣和积极性, 帮助学生在网络游戏中学习一些篮球的基础理论知识, 例如, 篮球运动的规则、篮球运动的战略战术等, 可以帮助学生夯实篮球学习的基础, 促进今后篮球学习的顺利进行。另外, 篮球游戏融入篮球的实践教学和考核中, 提升了学生理论知识的应用能力, 帮助学生更加深刻地理解篮球理论知识, 进一步提升学生的篮球技能和篮球水平。教师要依据学生在篮球游戏中的客观表现, 对学生进行综合的评价。

(三) 有利于培养良好的师生关系

在高校的篮球教学过程中, 教师有意识地将篮球游戏融入其中, 鼓励学生发挥自己的学习主动性。学生积极投入到实际的篮球教学和篮球游戏中, 一方面加强理论学习, 提高篮球技能; 另一方面, 不断积累篮球知识和技能, 丰富自己的学习体验。在积极的学习氛围中, 教师要注重构建良好的师生关系, 拉近与学生的距离。在实际的篮球教学中, 教师依据学生的实际情况进行篮球游戏的设计, 引导学生积极参与其中, 共同完成篮球游戏活动, 在拉近学生和教师之间距离的基础上, 实现了师生之间的良好互动。在篮球游戏过程中, 教师要注重加强与学生之间的交流和互动, 及时听取学生的意见和建议, 了解学生的实际学习状况, 依据实际的教学需要不断调整和优化实际的教学内容和篮球游戏内容, 以达到良好的教学效果。

三、篮球游戏在高校篮球教学中的有效应用实践

(一) 在课前热身中的应用

热身运动是体育课堂上必不可少的环节之一, 常见的热身活动包括慢跑、热身操等, 这种热身运动单调乏味, 不能激发学生的兴趣, 学生不愿意配合, 在一定程度上降低了课堂教学质量。教师可以适当开发学生感兴趣的热身游戏, 在篮球课上, 篮球本身就是最好的游戏工具, 可以让学生学习花样篮球表演来热身, 这种游戏虽然有一定的难度, 体育教师也难以完成, 可以通过媒体教学的方式来进行。花样篮球是大多数学

生都喜欢的项目。之一,学生普遍感觉这种运动很酷,也十分感兴趣,采用这种热身运动的方式,能激发学生的学习热情,让学生在热身运动中感受快乐,进而呈现出饱满的学习状态。学生在操控篮球的过程中,也能提升对篮球的控制能力。之后可以让学生相互拍背、按摩,缓解身体疲劳,使关节更灵活,更有柔韧性。因此,体育游戏能使高校篮球教学过程变得更加有趣,实现寓教于乐。高职院校的教育更注重学生的实际操作能力,重点培养学生的专业技能水平,因此,要帮助学生更好地掌握体育技能,同时也要实现综合素质的提升,使学生在竞技过程中能够保持良好的心态和素质,具备专业素养和专业精神。在篮球教学中,教师可以适当地运用游戏帮助学生提升专业能力。原地单手肩上投篮是一种常规的训练项目,在训练的过程中,教师可以设置投篮得分环节,鼓励学生主动参与,能够改善传统投篮训练的枯燥,激发学生的竞技精神,使学生能够集中注意力,关注投篮动作的标准,教师要在训练过程中及时进行纠正和引导,帮助学生规范、专业的操作,引导学生在实践中摸索经验,并学会解决竞技过程中出现的各种问题,提升学生的专业素养。

(二) 在体能训练中的应用

在篮球竞技当中,除了要有良好的战术和技术之外,也要有好的体能。良好的体能是保证学生充分发挥经济能力的基础条件,因此体能训练在篮球运动当中是非常重要的组成部分。在上篮球课之前,教师需要组织学生进行体能训练。体能训练是一个长期的过程,不是一朝一夕就能够使体能得到实质性改善,因此,教师不仅要在课堂上组织有效的体能训练,合理地利用有限的时间,并且也要布置课下的体能训练作业,循序渐进地帮助学生增强体能。在篮球运动当中,学生很容易出现体力跟不上的情况,暴露出体能上的不足,但是,学生又不愿意参与形式单一的体能训练,这个时候教师可以运用体育游戏,引导学生进行体能训练,例如,教师可以让学生进行传球接力的游戏,运用好篮球这个工具,让它在体能训练当中发挥作用,在高校篮球教学的过程当中,体育游戏既能帮助学生提升操控篮球的能力,也能使学生的体能得到增强。但值得注意的是,要想实现增强学生体能的目的是,训练要保持一定的强度,并且在学生能接受的范围内逐渐增强。教师可以对完成好的小组进行奖励,对不参与的学生进行适当的惩罚,提高学生的重视程度,鼓励学生能够积极参与。

(三) 在战术教学中的应用

在篮球运动中,战术是至关重要的,因此在教学当中,战术教学也是极其重要的教学内容。战术技能包含在篮球运动的规则之中,教师要让学生明确篮球运动当中有哪些固定的规则,有哪些属于违规行为,要在遵循规则的前提下进行战术训练,让学生学会在篮球竞技当中规避风险,降低失误率,并且降低受伤的风险。同时在战术教学中也能够培养学生的集体主义精神,让学生之间能够学会相互配合,以维护集体荣誉为目的,实现团结协作的目标。单调的技术训练,对于学生而言是非常枯燥的,并且在训练的过程当中也会十分紧张,通过游戏

教学的方式,能够使技术训练变得更轻松有趣,篮球战术当中涉及很多方面的技能,包括运球,投篮,防守等技巧,教师可以采用游戏的方式,对这些技巧进行分解训练,降低训练的难度,使学生更容易掌握。在学生掌握了基本的技巧之后,要将这些技巧融合在一起,从而形成完整的篮球竞技过程,在实际操作中发现,帮助学生纠正错误,并且不断改进,实现战术的进步。在教学过程中,教师可以把学生分成几个小组,玩抢球游戏,在抢球的过程中,学生不可以推搡对方,抢到次数最多的一组获胜,通过这种游戏,能够训练学生在篮球竞技当中的规则意识,更有效地进行进攻和防守。

(四) 通过游戏活跃学生的思维

体育课是一门具有特殊性的学科,该学科具有一定的娱乐性,并且没有严格的笔试成绩要求,因此大部分学生不太重视体育课。学生不喜欢理论性的学习,对于中规中矩的学习方式都很厌烦,体育教师通过体育游戏的方式,可以活跃学生的课堂思维,吸引学生将注意力放在课堂上,提高课堂的趣味性,降低学生的疲劳感和枯燥感,使篮球训练课程充满趣味性。例如,教师可以训练学生的手脚配合能力,用手势表示1到10这10个数字,当教师用手势比出一个数字时,学生根据数字走出相对应的步数,并进行相应次数的拍球,比如双数时拍球,单数不拍球,并对做错的学生进行适当的惩罚,通过这种游戏方式,能训练学生的眼睛、大脑和四肢的配合程度,帮助学生在篮球训练中更好地掌握技巧,提高学生的思维反应能力。

四、结语

在高校的篮球教学过程中,教师有意识地将篮球游戏融入其中,一方面可以丰富篮球教学的形式,提升篮球教学的趣味性;另一方面,可以有效提升学生篮球学习的效率和质量,培养良好的师生关系,推动篮球教学的发展。因此,高职教师要注重篮球游戏的设计和运用,引导学生积极参与其中,进一步提升篮球教学的实效,促进学生的全面发展。

参考文献

- [1]陈雷.高校体育教学中篮球教育的现状及创新[J].食品研究与开发.2021(02)
- [2]梁会.高校篮球运动教学改革与教学创新发展现状[J].当代体育科技.2020(28)
- [3]毛翔宇.探究高校篮球教学与训练的现状与发展[J].当代体育科技.2020(15)
- [4]龚德明,吴汛,张圣洁.普通高校高水平篮球运动队“体教结合”和谐发展机制探析[J].当代体育科技.2020(06)
- [5]范迪峰.高校篮球教学与训练方法的创新研究[J].中国多媒体与网络教学学报(中旬刊).2019(12)
- [6]王智.安徽省高校大学生篮球运动开展现状与对策研究[J].赤峰学院学报(自然科学版).2017(04)
- [7]林县伟.普通高校大学生篮球训练与竞赛活动状况及对策研究[J].延安职业技术学院学报.2014(04)