

# 基于小班制的高中篮球教学实践分析

刘长炜

(广东肇庆中学 广东 肇庆 526000)

**【摘要】**小规模、高效益和灵活化的小班制教学是当代教育的重要发展趋势,小班制教学缓解了大班额教学模式的不足,有助于给学生提供广阔学习空间,实现课内外教学资源的合理分配,具有个性化、创新化、实践化教学的特征,达到因材施教、以人为本效果。小班制教学是解决大班额篮球教学弊端的重要方式,有助于所有学生的均衡发展,提高了高中篮球教学质量。

**【关键词】**小班制; 篮球教学; 实施策略

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2021.03.179

小班制篮球教学对于培养学生篮球运动兴趣,实现因材施教,促进学生坚持体育运动有重要意义。相比传统的大班额教学方式,小班制篮球教学的课堂教学内容更加集中,教学的适应性更强,可以充分的提高学生的身体素质,也能有效提升学生的运动技能,是现代的教学方式。

## 一、高中阶段篮球教学特征

### (一) 高中生的身心特征

高中生年龄在15-18岁之间,处于青春期的末期,身体发育处于定型阶段,身体机能相对稳定,人体已经接近成年水平,生理上的变化较为显著。高中生身高增长速度相对初中减缓,体重增加显著,心脏机能与肺活量加大,适宜进行有一定强度体育训练。高中生的智力发展迅速,知识视野不断开拓,思维能力不断增强,抽象思维占主导地位,而且具有独到的见解,喜欢质疑和争论,有较强的自我意识,但是对事物认识有片面性,学生责任感、集体意识、正义感、自我调节控制能力有所提高。这一时期的高中生也有急于求成、受挫折易灰心等问题。

### (二) 高中篮球教学现状

篮球运动在高中生中间有着广泛的基础,篮球比赛受到广泛欢迎。高中生身体发育成熟并且具有良好的身体条件为篮球教学的广泛实施奠定了基础。目前,高中篮球教学以技术训练为主,篮球教学具有竞技性的特征,有时忽略了学生的学习需求与动机,篮球文化与篮球规则教学占比较低。篮球教学没能基于新课标优化教学标准与教学方式,教学形式相对僵化陈旧,教学器材与场地资源有限。高中生对篮球教学的内容满意度待提高,需要进一步提高篮球教学适应性。目前,一些先进的篮球教学方式有待融入篮球教学实践,提高篮球教学的整体质量。

## 二、小班制篮球教学的价值

### (一) 培养学生篮球兴趣

小班制篮球教学尊重了学生个体差异,设立了符合不同水平学生运动目标,解决了传统班级授课模式的弊端,实现了教学统一性与学生个性化的协调,不仅促进学生对于篮球运动更加感兴趣,而且达到乐在其中的教学效果。相比传统方式,小班制篮球教学的课堂氛围更加活跃,学生普遍积极参与篮球运动实践,学生的学习态度非常积极,各层次学生潜能得到了充分挖掘。小班制教学的课堂组织更加灵活,尊重健康第一的理念,达到了篮球教学以人为本,实现了课堂教学向课外有效延伸,提高学生自主学习和身体锻炼意识,有助于培养学生的创新意识、交往意识、合作能力,更有助于培养学生的篮球兴趣和特长,让学生体验篮球乐趣。

### (二) 提高学生身心素养

小班教学给学生提供了充分的自主锻炼的时间与机会,有助于培养学生的身体锻炼意识,学生可以更好的掌握篮球专项技能,并且积极投入到篮球运动实践,提高学生综合运动素养。相比传统的篮球教学方式,小班制篮球教学的运动量更大,实践机会更多,学生有更多的时间进行反思。小班制教学还有助于培养骨干学生,引导学生根据自己的实际情况选择锻炼目标,不仅可以培养尖子学生,而且可以促进学生讨论交流篮球技术,帮助学生找到适合自己的训练方法。小班制教学可以给学生更多成功的体验,进一步激发学生掌握篮球运动技能的兴趣。

## 三、小班制篮球教学的措施

### (一) 开展合作交流练习

合作学习是小班制篮球学习的基本形式,也一直贯穿

于小班制篮球教学,教师应当根据学生的特点和特长将学生分成若干小组,从而提高课堂教学的效率,发挥小班制教学的优势。运用不同的合作学习形式,可以促进学生相互帮助,有助于学生共同提高,增强学生之间的情感交流,改善了人与人之间的关系,有助于学生扬长避短,发挥学生潜力,达到共同学习的效果。为此,教师还要打破传统授课模式的禁锢,重视尊重学生主体地位,强调学生处于主体状态,达到互帮互助的效果。教师应当鼓励学生团结互助,设置小组合作任务,以及设置组内游戏,并且给小组内学生自我展示的机会,在互帮互助中达到更好的篮球运动教学效果。

### (二) 锻炼学生个性潜能

小班制篮球教学应当具有因材施教、以人为本、循序渐进的特征。教师必须充分的尊重学生个体的需要,强调根据学生身体、兴趣、体能与篮球技能水平授课。基于小班制教学解决学生具体问题,实现差异化教学。首先,应当合理设置不同小班的学习目标,帮助学生选择正确达到目标的途径,对不同学生、不同组别提出不同的要求,既有效的消除学生小组挫败感,又能激发学生的潜能,让学生体验成功的乐趣。其次,从教学方法上还要给予学生必要的指导和帮助,使每个学生获得成功的体验,能够在关键时刻给予必要指导。小班教学必须保证教学活动是有效的,能够合理分层、有效设置任务,发挥教师指导作用,形成宽松和谐的氛围。

### (三) 增强教学的趣味性

小班制高中篮球教学应当具有一定的愉悦性,保持良好的趣味性,提高对学生的吸引力。相比于传统篮球教学方式,小班教学既有合作学习的特征,同时还要消除以往机械训练的弊端,能够将篮球理论、技能训练、趣味活动、个性化探索结合起来,通过一系列的小规模比赛、战术训练、以及游戏活动激发学生兴趣,调动学生的内在需求,达到篮球教学常态化的效果。例如,教师应当依照学生的运动能力与身体特征,将班级里的学生分成若干小组进行训练,让不同的小组开展对抗练习,学生可以通过相对激烈的比赛来积累篮球运动的实战经验。其次,教师还可以设置一些小组游戏,注重通过拓展训练的形式促进学生在各种带球跑、花式投篮比赛,或者其他趣味性的合作项目激发学生潜能,调动学生从事篮球技战术学习兴趣,并且达到同步提高学生体能的效果。教师还要提高学生注意力,注重实现课堂内外有效沟通,充分发挥微课等手段的辅助作用,着力提高课内时间指向,全面提高篮球教学的质量。

## 结论

小班制篮球教学的关键在于发挥小班额推动学生深度学习篮球知识和进行技能体验训练的作用。教师还要从学生的个体特征出发,合理的设置小班趣味活动,合理使用各种教学方法,激发学生的潜能,推动学生主动实践,达到全面提高篮球教学有效性,提高篮球教学质量目标。

## 参考文献

- [1] 苏运洪. 小班化教学法在篮球教学中的应用研究[J]. 长江大学学报. 2018. 9
- [2] 朱文芳. 合作学习模式在初中篮球教学中的应用[J]. 当代体育科技, 2019, 9(16): 93-94.
- [3] 王玉花. 初中体育课选项小班化教学的实践与研究[D]. 江西师范大学, 2006.