

高职院校公共体育课程篮球项目教学改革研究

秦增辉

(山东理工职业学院, 山东 济宁 272000)

摘要: 随着高职教育教学改革的深入开展, 高职院校公共体育教学中, 教师逐渐认识到了提高学生的身体素质与篮球技巧的重要性, 开始重视公共体育教学改革。在此背景下, 高职院校体育教师要改进自身的教学理念, 提高对学生学习兴趣的重视, 改革教学策略、提高高职院校篮球教学的效率。基于此, 本文将围绕高职公共体育教学中篮球课程改革措施展开研究, 分析公共体育教学中篮球课程改革的重要意义与当下的教学现状, 探讨适合高职院校学生的教学策略, 以供参考。

关键词: 高职院校; 公共体育课程; 篮球项目; 教学改革; 路径探究

篮球作为一项集速度、力量、耐力和灵敏于一体的团队运动, 能够有效地提高学生的身体素质, 是深受学生喜爱的运动项目, 在高职院校公共体育课程教学中有着不可替代的作用。为了更好地提升高职院校公共体育课程篮球教学质量, 需要通过对公共体育教学改革方案的实施来提高高职院校教学综合实力。高职院校体育教师要顺应教育改革的实际, 围绕提高学生的篮球技巧这一目标, 结合自身的教学经验与学生的差异化教学需求, 设计教学环节、改进教学理念, 保障篮球教学的有效性提高。

一、高职院校公共体育课程篮球项目教学改革的重要性与可行性分析

(一) 重要性

第一, 符合高职生的心理与生理特点。从实际情况出发, 高职院校开展篮球运动主要以选修课形式展开。研究数据表明, 从参与性别来看, 女生参与数量很明显高于男生。在 21 世纪, 高职生群体大多由“05 后”组成, 他们的体重、身躯、骨骼等发育已经相对成熟, 然而, 如果运动量没有达标, 体内脂肪仍旧会出现堆积的情况。相比之下, 男生的心血管系统机能、肌肉力量、运动系统、无氧代谢等方面有非常明显的优势, 女生的综合素质不足以支撑他们长时间进行高强度的体育运动项目。除此之外, 从心理状态出发, 女生的心理状态已经趋于成熟, 随之他们洞察事物的能力与独立自主的渴望会逐渐增强, 大多数女生都十分注重身材之美。篮球运动对参与人员运动技能没有严格要求, 这与高职女生的心理特征、身体素质等特点相契合, 同时, 这项运动能够帮助高职生强身健体, 不论是运动时间还是运动强度高职生都不会对其产生畏惧。

第二, 符合高职院校体育设施设备情况。随着高职院校招生数量逐年增多, 受到教育资源、体育设施设备不完善等各方面因素的影响无法满足每位学生的体育锻炼需求, 从整体来看这限制着学生的运动范围与运动时间。相比之下, 篮球这项体育运动对设备设施、场地没有很高要求, 且总体投资较少, 具有突出的娱乐性和健身功能, 在高职院校推广篮球这项运动一方面可以弥补体育设施设备的不足, 另一方面也能为学生进行体育锻炼创造更多有利机会。

(二) 可行性

第一, 学校对篮球运动项目重视程度。篮球运动项目在高职院校的开发程度与未来发展形势与学校领导、师资力量配备等方

面有直接关系。实际调查数据研究表明, 当今高职的校领导以及体育教师虽然对篮球这项运动有一定了解, 但是了解程度还有待提升, 尤其对篮球项目特点、优势以及重要价值还缺乏系统、全面的认知, 这将直接影响篮球教学改革是否能有序推进。虽然教师以及学校领导等各方面对篮球课程给予了很大支持, 但是不足的是学校与教师并没有结合篮球运动的价值和优势吸引学生。在教学方面, 篮球课程与其他课程相比缺乏特色, 千篇一律。除此之外, 在篮球课程师资力量方面也有待进一步丰富与改进, 最重要的缺乏专业的篮球教学教师, 现有教师综合能力水平与素质难以推动课程教学改革有序开展, 也直接影响着教学质量。

第二, 高职体育场地与设备配置情况。高职生开展体育运动场地与器材是必要的基础硬件设施保障。实际调查结果显示, 现如今高职体育运动场地主要以篮球场、篮球场、田径场为主, 大多数学校到目前为止还没有建设专业的篮球训练场地, 同时运动场地设备设施也不足。但是, 篮球这项运动其实不会受到场地、设备的直接限制, 只要在一片空地、一个篮球框, 在保证学生安全的情况下就能实施教学。这样, 一方面能够很好地弥补当前高职院校存在的体育场地设施设备不足的弊端, 也能为课程教学开展带来更多可能, 在充分利用场地资源的同时能够有效满足高职院校篮球教学的需要。

二、高职院校公共体育课程篮球项目教学现状分析

当下的高职公共体育教学中, 篮球课程教学模式较为单一, 教学模式需要改进, 实际教学中学生处于被动学习, 兴趣不够充足, 导致篮球学习的效率较低。教师在日常教学中缺少对教学环节的设计, 对学生的实际情况掌握不足, 无法准确地了解学生的学习情况, 导致了学生的学习积极性不足等问题。为保障学生的体质能力提高、篮球技能得到有效锻炼, 教师要改进在教学体系、教学方法方面的不完善, 设计更多教学环节, 保障学生的日常课堂表现, 提高篮球教学的效果。另外, 教师的教学理念需要提升, 篮球项目在体育运动中普及率较高, 要保障学生的学习体验与学习需求, 教师要改进自身的教学方式, 引入现金的教学方式, 重视篮球的理论与实践教学的有效结合, 提高教学的实效性。再者, 篮球课程教学离不开学校的基础设施的建设, 体育设施对篮球教学起到了重要的作用。部分高职院校篮球教学过程中, 由于校内资金等问题, 体育基础设施保障不足, 篮球教学器具不统一、利用率不高、篮球场地缺乏, 室内篮球场建设不足等问题影响了公共体育教学的效率, 篮球教学资源紧张, 无法满足学生的全部需求, 导致了学生学习兴趣不高整体的教学质量不够理想等问题。

三、高职院校公共体育课程篮球项目教学改革路径

(一) 加强篮球项目宣传力度

当前, 篮球项目在高职业院校内的普及程度与深度不够, 究其根本原因, 在于学校并没有重视这项工作并将其纳入学校整体工作计划, 致使教师和学生对篮球这项运动还是一知半解, 最终使得篮球项目的推进面临着一定阻碍。为了顺利开展篮球项目教学改革工作, 首要任务就是获得领导支持与关注。学校领导是校园生活的决策者和影响者, 他们的态度直接关系到校园篮球事业的开展。因此, 学校领导应主动扮演校园篮球活动的领头羊角色,

通过发表讲话,撰写文章等形式公开表达对篮球项目的支持并积极为配置篮球场地设施、训练设备,优化师资等硬件设施提供方向。除此之外,媒体宣传是提高篮球运动知名度和社会认同度的重要方式之一,这是毋庸置疑的。体育教师可以通过校园广播、学校网站、宣传栏等校内媒体对校园篮球的最新动态进行广泛报道和推广,同时,也可在校刊上印刷与报道一系列篮球相关资讯,真正掀起一阵篮球风,充分调动所有教师和同学们参与篮球训练的积极主动性。当然,在家校合作日益盛行的今天,教师还应积极向学生家长宣传篮球训练对学生各方面成长与发展的积极影响,从根本上消除家长对篮球运动的偏见,增长他们对篮球运动的认知,争取获得家长对推进篮球项目的大力支持,最终构建系统且完善的体育教育体系。

(二) 开展篮球主题活动

1. 开展篮球知识讲座和培训。这类活动旨在增加学生的篮球知识储备,培养他们对篮球的理解和热爱。讲座可以通过邀请专业的篮球教练或者篮球运动员来校园和学生面对面分享心得、经验等形式开展,讲座内容涵盖篮球规则、篮球技能教授和示范等。

2. 创建校园篮球社团。创建校园篮球社团的目标就是将篮球爱好者集结起来,使他们有更多机会接触和学习篮球,提高其实践技能。社团可以举办各式各样的篮球活动,如观看国际篮球比赛、代表学校参加校外比赛、开展篮球知识问答竞赛等。这样做,不仅能够持续推动校园篮球活动的进行,也可以让更多学生慢慢了解校园篮球并喜欢上篮球这项运动,从而为篮球项目在学校内的普及与推广奠定坚实的基础。除此之外,社团内部还可以设立“每月最佳进步奖”“年度 MVP”等,以此激励所有学生、教师积极参与并提高自我。

3. 组织校园篮球联赛。这是最直接、最有效的校园篮球推广方式之一。联赛的组织形式灵活多样,可以是班级之间、年级之间,甚至是学校之间的友谊赛。比赛过程不仅能鼓励学生积极参与,同时还能通过实战提升他们的篮球技能,增强团队协作能力。比赛不仅是一场体育活动,更是一次团队精神和集体荣誉的磨炼。

(三) 提高教师教学专业水平

教师教学的专业水平高低直接影响着篮球训练的科学与有效性。新课改对教师教学整体能力水平提出了更高的要求,相应地,教师的篮球训练理念与教学手段也应不断进行改革与优化,这就要求教师应积极主动接受专业培训,这是提高教师专业水平最直接和最有效的方式。教育局和学校应联合组织专业的校园篮球课程培训,让教师们学习和了解国内外最新的教学理念、方法、技巧等。此外,学校还可以邀请专业的篮球教练或者拥有丰富实战经验的篮球教师定期开展教学指导和示范课程。这样,不仅能给教师提供更多直观的教学案例,让教师们了解、掌握更加专业、科学的教学方法,还能充分激发和提升教师们的教学兴趣和热情,继而达到事半功倍的教学效果。当然,学校还可以与其他学校或者专业篮球联盟等机构建立合作关系,共享教学资源,为教师合作、沟通、交流提供更多机会与平台,不断提升他们的教学水平。从教师本身出发,他们应主动研究和学习篮球教学相关的书籍、文献和在线资源等,以提高自我教学效果。同时,教师也应积极主动地参加校内外组织开展的一系列篮球比赛,可以是教师与教师团队的竞赛,也可以是教师+学生团队与团队之间的竞赛,通过比赛,切实提高教师和学生的实战技能。更重要的是,在比赛过程中,教师可随时观察学生的技术,找到他们的薄弱之处以便赛后进行针对性复盘和指导,进而提高教师教学的有效性。

(四) 创新以及完善教学内容

通常情况下,篮球教学主要包括理论知识和实践技能两部分。理论知识包括:篮球运动的起源和发展,篮球比赛的规则和策略,篮球运动对身心健康的益处等;实践技能主要包括篮球基本技巧的学习和训练,如传球、控球、射门等。传统的篮球教学侧重于篮球技巧的学习和训练,较少关注篮球运动对学生心理素质和团队合作能力的培养。因此,教师可以在教学内容上进行一些创新,不仅教授学生篮球技战术,还需要培养他们的团队精神和竞赛心理。例如,在教学“传球技巧”的时候,教师可以设计一些集体比赛和团队配合的实战训练,以使学生在实践中深刻感受到传球并非只是一个人的技术展示,而更需要团队的默契配合。质量不高的传球可能会导致球队失分,而出色的传球将是球队赢得比赛的重要保障。除此之外,教师应从学生的兴趣爱好出发开设一系列创新的选修课程,如篮球艺术、篮球文化等,让学生了解篮球的更多方面,培养他们对篮球的兴趣和热爱。通过展示篮球的魅力和多样性,有利于吸引更多学生参与到校园篮球活动中,进一步推动篮球项目的发展。当然,篮球不仅仅是一项运动,还承载着丰富的篮球文化。在实际教学过程中,教师应有目的地引导学生了解篮球运动的历史、规则、名人和赛事等,培养学生的篮球运动兴趣和认同感,增强他们对篮球项目的情感投入。

(五) 注重学生差距,开展分层教学

高职院校在体育课程实践中,不同的学生身体素质差异较大,对体育课教学的兴趣有一定差异,篮球基础程度不一致,如果按照传统的教学模式开展篮球教学,很难满足全部学生的需要,难以获得更理想的教学效果。有一定基础的学生希望通过体育课程家校提高自身的能力,没有基础的学生则需要从基础开始学习,针对这一问题,体育教师要先了解学生的情况,根据学生的不同基础与学习需求采取分层教学。新学期初期,体育教师可以对学生进行测试,或运用调查的方式对学生的基础进行划分,为学生划分出不同的小组,实际教学中可以根据不同的小组做出任务的划分与等级的划分,对基础不够好的学生要从基础技能开始练习,在教学中循序渐进,从最基本的技能开始学习。例如从最基础的传球、运球、拍球开始练习,并对学生系统介绍篮球的规则,再教会学生投篮等复杂的动作,使学生能结合理论知识、将篮球技巧应用与实践,循序渐进地学习篮球的基本技巧,发挥更加稳定。对于基础一般的学生,教师要重视对学生的基本技能的熟练,并有序地提高自身的水平。对于基础较好的学生,可以组织一些竞技类的练习,使其在比赛中提升自己的篮球素养。

四、结语

总而言之,高职院校体育课篮球教学中,教师在讲授相关理论知识时可以适当地加入实际操作内容来加强学生对理论知识与实践结合的理解,提高学生参与度和积极性,还可以改变自身的教学理念,通过多样化手段开展教学,促进教学质量的提高。

参考文献:

- [1] 黄隽. 高职院校篮球教学的探索与创新 [J]. 科学与财富, 2020 (17): 134.
- [2] 冯健. 普通高校体育公共课篮球课程教学创新探究 [J]. 拳击与格斗, 2021 (16): 34-35.
- [3] 黄浩. 湖南省高校篮球公共体育课程教学现状分析与研究 [J]. 灌篮, 2021 (4): 7, 9.