

高校篮球教学中战术意识的培养与研究

刘 学

荆州理工职业学院, 中国·湖北 荆州 434000

【摘要】篮球运动在我国深受人们的喜爱, 特别受中学、大学学生的青睐。篮球教学在高校教学中主要的教学核心就是培养学生的战术意识, 尤其在新课改的推动下, 篮球运动在高校教学中受到重视, 通过篮球运动能够提升学生的身体素质, 并培养学生的综合素质。在高校教学中, 教师不仅要讲篮球理论知识和基础技能教授给学生, 更要依据学生自身的身体素质和篮球技术、战术水平制定运动战术意识的教学计划, 在教学的过程中, 教师要非常有耐心, 因为运动战术意识的培养是一个长期性、系统性的教学体系, 教师要在教学中慢慢进行运动战术意识的渗透。

【关键词】篮球教学; 高校; 运动战术意识; 培养策略

引言

“篮球战术意识”的培养, 是有计划训练的关键内容之一, 是提高高素质和水平的保证。在对学生进行篮球技术训练的同时, 必须有计划、有目的、有步骤地进行战术意识的培养和训练, 并使之贯穿于整个训练过程中, 使之与身体素质、技术、战术培养紧密结合, 并有效的和谐发展。从我国高校的篮球课程时间安排上能够看出, 篮球课时间有限, 因此教师要在有限的时间内发挥出最大的课程教学效果, 有计划的对学生进行运动战术意识的培养。篮球运动战术意识在篮球训练中极为重要, 并对学生的整体运动水平有重要影响, 尤其对于运动员来说运动战术意识对成绩的影响也很大。随着教育体制的深化改革, 越来越多的高校开始重视篮球运动, 并逐步对学生加强篮球运动战术意识的培养, 有了科学的布局更能发挥出篮球运动员的最佳运动水平。

1 篮球战术意识的概念

篮球战术意识是指篮球运动员从事篮球实战活动中, 经过大脑思维而产生的一种正确反映篮球战术规律的特殊机能和能力, 是一种个体心理活动。其形成过程是带有规律性的认识过程。篮球战术意识是篮球运动的“无形的战术”, 是“技战术的灵魂”。战术意识的培养是篮球运动训练的重要组成部分。主观上, 篮球战术意识是战术活动中一切知识、技术、战术的总和。客观上, 学生的篮球战术意识是通过长期训练和比赛的磨炼逐渐发展起来的。

2 运动战术意识培养的重要意义

篮球运动战术意识在篮球比赛中极其重要, 作为篮球运动的核心要做到统筹全局。近年来篮球运动战术意识的培养已经受到各大高校的高度关注, 在组建篮球队时, 运动战术意识已经成为衡量球队的重要依据, 因为运动战

术意识对球队和运动员的成绩影响都极大。在传统的篮球教学中, 普遍认为不用培养运动战术意识, 因为这种战术意识在不断的比赛过程中会自己形成, 并不需要进行专门的讲解布局。但在实践教学中, 篮球战术意识的形成需要很长的时间, 而在比赛中进行战术运用往往只是一秒钟的事, 这就需要在篮球课上, 教师对运动员进行科学的战术意识指导, 制定科学合理的运动训练计划, 运动员必须接受长期系统性的教育培训, 并在运动场和比赛中不断总结技术、运用经验、进行篮球技巧的改进, 进而形成自己的篮球运动战术意识, 提升自己的篮球运动水平。

篮球运动战术是通过运动员的不断实践而总结出来的, 因此在战术布置时, 教师要依据学生的技术水平和学习能力进行详细的掌握, 确保在进行战术意识培训和战术布置时学生能够领会, 避免在比赛中产生异议, 造成战术运用失误, 因此在篮球教学中, 教师要注意对学生重点进行运动战术意识的培养。

3 篮球战术意识的培养

3.1 通过多媒体辅助教学来培养学生的战术意识

篮球战术意识是指篮球运动员从事篮球实践活动中, 经过大脑积极思维、提炼而产生的一种正确反映篮球运动员规律性的特殊心理素质和心理机能的反射能力。根据现代系统论、信息论和控制论的理论: 信息——控制——效应——反馈的四个连锁反应环节, 组成了心理活动的全过程。在篮球战术意识的形成过程中, 思维能力起着关键的作用。所以篮球战术意识实际上是一种个体的心理活动。人类的思维方式是一种发散的非线性思维方式, 篮球战术是在相互不断地移动中完成的, 实现战术的最终目的, 此过程是复杂多变的, 有时要重复多次, 需要各个位置的协调配合。判断一名篮球运动员的意识强弱, 关键是看他能

否用辩证思维方式去理解应用战术, 多媒体的信息组织方式正符合篮球运动的需要, 它可以实现多角度、多方位、多层次、非线性的传输与交流。多媒体不仅能符合学生的思维习惯, 还能帮助学生建立思维、改善思维, 减少思维过程中的弯路, 较快地接近学习目标。

著名心理学家特端拉经过研究曾经得出这样的理论: 人类学习获得的知识83%通过听觉, 而通过嗅觉、触觉和味觉获得信息只占6%。也就是说人类有94%的信息是通过视觉和听觉获得。在篮球战术教学中, 理论课应用计算机多媒体辅助教学, 借助人机交互技术, 集视听结合、插播、问题导向、假设、发现、想象等, 使学生动脑动口动手相结合, 全方位调动学生多感官能智力和非智力因素参与学习, 更加符合学生学习知识的生理、心理机制特点, 促进学生对知识的理解、思索、掌握和灵活运用, 促进思维发展与开启创造力。同时应用多媒体技术辅助教学还可以使原本呆板、单调、空洞的篮球战术理论显得生动起来, 大大提高了学生的学习兴趣, 为培养篮球战术意识打下稳重灵活的理论基础。此外, 多媒体技术意识还可以把时间跨度和空间范围, 变静态图解为动态人像。还可以把一些连续复杂的战术跑位虚拟在屏幕上进行分解或组合。学生端坐在计算机前亦犹如置身球场上, 同时获取多种信息, 对战术意识的培养有极大的帮助。

3.2在教学、训练及实战中加强篮球战术意识的培养

多媒体辅助教学培养运动员的篮球战术意识仅仅是一个侧面, 是次要的, 它主要是通过对篮球技术动作的教法与篮球技术实践运用来培养的。在教学过程中, 让学生掌握几套基本的攻守战术是必要的, 但学生缺乏从战术理论上理解战术内涵, 这对战术意识的培养是相当不利的, 所以, 对学生进行有关篮球技战术概念、原理的闭卷理论测验很有必要, 它可以在学生思维中形成全面的战术理论意识, 并结合实践加以运用, 极大提高战术意识培养的效果。

篮球比赛是集体性很强的项目, 运动员应积极与同伴配合, 努力为对本队创造进攻的机会和组织起严密的防守。因此, 在平时的教学训练中, 教练员应明确某一战术的核心, 围绕该核心, 五个队员应如何结合实战去运用技术, 要使队员明白什么该做, 什么不该做, 什么时机应该做什么等等, 只有这样, 才能使队员明确在场上的位置, 作用和行动, 从而有效地完成某一战术意图, 提高队员的战术意识素养。

学生在比赛中的合理表现, 特别是某一技术运用的合理性是提高战术意识形成的核心。比赛时队员之间配合默契、攻防适时、该运球时运球、该传球时传球、该投篮时

投篮, 一气呵成, 不拖泥带水, 尤其是关键时刻合理处理球的能力, 更能体现该队员的篮球战术意识的强弱, 所以在篮球技术教学时, 应明确该技术的特点和运用的时机及与整个战术的衔接。因此, 技术运用的合理性是战术意识的核心。

在实战中培养学生的战术意识, 比赛是最能体现的, 也是最培养一个队员的战术意识。它主要是通过队员的技术统计来体现, 主要有: 得分、助攻、篮板球、犯规、失误等几项技术指标和战术配合的使用次数、战术的合理性等几项战术指标, 通过每次的教学比赛和整场比赛各个队员的技术战术统计指标来分析各个队员的得与失, 特别是让学生自己统计、自我评价、相互评价、教师评价。这样才能使学生的战术意识逐步加强、逐步提高、趋于成熟。

因此, 篮球战术意识的培养主要通过实际的训练和比赛, 同时运用多媒体技术加强补充、提高、完善。教师始终是教学中最积极最活跃的因素, 教师只有具备了极高的战术素养, 才可以在理论上加以指导, 在实践中加以引导, 才能逐渐培养好学生的战术意识。

4 篮球运动战术意识培养中存在的问题

4.1学生对运动战术认识不足

从高校的篮球实践课中能够看出, 对于篮球运动的学习, 除了体育专业的学生外, 其他大部分学生并不是因为热爱篮球而选择上篮球课, 而是受学校的课程考核安排的影响。因此, 这部分学生在篮球课堂中普遍存在选择性学习的现象, 只对考试范围内的知识进行学习, 其他内容并不关注。而且篮球课多为室外实践课, 教师在实践课教学中, 对篮球运动战术只是进行基本的演示, 简单说明就结束了, 并不会对篮球战术展开教学, 更不会安排学生进行实战训练。在这样的课堂学习中, 学生对运动战术一知半解, 甚至完全不知所云, 更不会形成运动战术意识, 对篮球战术的重要作用更加意识不到。

4.2缺乏对学生进行运动战术意识的培养

篮球课程在高校已经基本普及, 在教学的过程中, 有部分教师依然采用传统的教学方式进行灌输式教学, 教师仍是课堂教学的主体, 学生只是一味的听教师讲解知识, 而且在课堂中教师也极少提问, 学生只需要倾听, 并不需要思考, 长此以往学生就会形成不主动学习的习惯, 并且只将教师讲解的知识作为重点, 其他的知识就被忽略。另外, 教师在课外实践教学, 对学生的篮球技术格外重视, 但对理论知识并不会详细解说, 也不会培养学生的运动技术意识, 这会造成学生掌握一定的运动技术, 却不懂技术内涵, 就会在赛场中不能做到技术的合理运用, 并且

不利于学生运动战术意识的养成。

4.3 学生的观察能力和应变能力不足

学生在篮球课堂中尤其是在室外实践课中,对理论知识的运用和篮球技术技巧等缺乏观察能力,而且在学习中对教师教授的知识和技术也不会自行思考。比如,在篮球比赛和训练中,学生对比赛的分、球队规模更加关注,但对运动战术和技术则并不重视,也不会进行总结分析,这是因为学生没有养成运动战术意识,也不会从全局角度对比赛结果进行思考和分析。另外,在篮球比赛中,学生对人员调配、战术调整等还不能做到合理的安排,这主要是因为大部分学生并不具备应变能力和决策能力,在比赛中临场指挥能力不足。究其根本原因就是在日常的篮球实践教学训练中,学生在选择战术时还处在固有思维模式阶段,面对赛场中的突发状况就会手忙脚乱,这与训练时的风平浪静形成鲜明对比,也就造成学生在赛场中不能及时调整战术和人员。

5 运动战术意识的培养策略

5.1 加强学生对篮球运动战术的认识

教师在进行篮球运动教学时,应紧随新课改的步伐,转变自己的教学模式,不再采用传统的灌输式教学模式,而是以学生为主体,激发学生对篮球运动的热情和兴趣,鼓励学生进行自主学习,充分调动学生的积极性,最终促使学生重视篮球运动战术意识的培养。比如,教师可以应用信息技术,进行多媒体教学,在网络平台中收集经典篮球赛事的视频,在课堂中进行播放,学生的注意力会迅速集中,并融入到课堂学习之中,然后教师再结合课程内容进行赛事讲解,在讲解的过程中格外注意在战术方面要详细讲解,让学生明白比赛中战术是如何调整的,也要说明战术对比赛的重要作用,这样就能促使学生认识到运动战术的重要性。同时也要依据视频中的比赛,对学生进行比赛的规则、战术等理论性知识的详细讲解,这样能够使学生意识到自己的临场应变能力的不足之处,以后在比赛中能够采取更合理的战术和技术进行应对。

5.2 在实战中提高学生的应变能力和技术水平

篮球运动战术意识在篮球比赛的实战中最容易培养,只有真正的参加实战,学生才能在激烈的比赛中真正意识到战术的重要性,并对战术的运用和理解更加深刻,促进运动战术意识的形成。因此,学校定期组织篮球比赛,教师也要积极鼓励学生参与篮球比赛,增加学生实战机会,比如校级联赛、班级对抗赛等,通过一系列的篮球比赛,首先学生认识到自己技术的不足之处,其次对自己和对方的

战术运用进行全面分析,并理性应对,及时进行人员和运动战术的调整,提升学生的应变能力。最后打破学生在训练时形成的固有思维模式,使学生在比赛中提升自己的应变能力和预判能力。

5.3 增加实践教学,培养运动战术意识

在篮球教学中,教师要重视篮球的实践教学,多组织学生进行室外训练,在训练中才能将理论知识和战术进行有效运用,因此教师要鼓励学生积极参加篮球训练,在实践课堂中提升自己的运动技术和战术意识。运动战术意识的培养需要一个漫长的过程,战术意识贯穿于整个篮球运动过程,因此教师要对其提高重视,同时也要提高学生的重视。教师可以在教学中将篮球运动战术意识进行重点授课,专门选择一节课对它进行重点讲解,这样就能使学生明白它的重要性,并重视运动战术意识的培养。在教学中,教师不可操之过急,要渐进式的慢慢渗透运动战术意识,长此以往,学生对运动战术意识的认识增强,并逐渐增强篮球运动战术意识。

6 结束语

综上所述,冰冻三尺非一日之寒,篮球训练亦是如此,机械化的进行动作练习并不能很好的提升自身的篮球技能,打篮球需要多思考,努力培养自己的篮球意识,提升球商,才会在篮球运动项目中有更好的突破和提升。为了有效提升学生的篮球运动战术意识,教师在教学的过程中要注重这方面的培养,组织实践活动或篮球比赛,将理论知识有效的运用到实践之中,促使学生在比赛中认识到运动战术的重要性,并通过实践比赛提升自身的运动技术水平和实战经验。同时高校体育教师也要将运动战术和篮球技术进行有机结合,转变传统的教学方式,逐渐培养学生形成篮球运动战术意识。

参考文献:

- [1] 俞勇强,刘刚. 高校篮球教学中运动战术意识的培养研究[J]. 运动, 2017(11): 83-84.
- [2] 李斌,牛彬,吕永飞. 高校篮球教学中运动战术意识的培养研究[J]. 体育风尚, 2017, (05): 49+51.
- [3] 唯强. 高校篮球教学中运动战术意识培养研究[J]. 青少年体育, 2018(4): 66-67.
- [4] 李作平. 浅谈高校篮球教学中运动战术意识的培养研究[J]. 当代体育科技, 2018, 8(09): 81-82.
- [5] 黄斌,付彦. 高校篮球教学中战术意识的培养探讨[J]. 求知导刊, 2017(1): 99-99.