

# 高校三人制篮球运动发展研究

张文斌 陈世武

江西工程学院, 中国·江西 新余 338000

**【摘要】**三人制篮球运动是从篮球运动中演化而来,其相较于传统五人制篮球运动来说,形式更为简化。三人制篮球运动在高校中受到学生广泛欢迎,其对于提高大学生体质水平,锻炼学生意志品质发挥着重要作用。文章主要针对高校三人制篮球运动的发展进行研究,积极探索其发展有效路径,为进一步促进高校体育发展提供有效参考。

**【关键词】**三人制篮球; 高校; 体育运动

篮球运动一直以来都是高校学生参与度非常高的运动项目,随着篮球运动发展,三人制篮球运动产生并受到高校学生的喜爱,学生在课余体育活动中参与广泛。因此,积极探索高校三人制篮球运动发展有效路径,对于提升学生参与体育运动积极性,提高学生的身体素质,养成终身体育意识与习惯,充分发挥体育运动对学生意志品质与健全人格的培育作用具有重要意义<sup>[1]</sup>。

## 1 加强宣传推广,营造校园良好运动氛围

信息时代背景下,高效的信息传播对事物的发展发挥着重要的促进作用。高校促进三人制篮球运动发展,应当重视对运动信息的宣传与推广,合理利用传播媒介,提高学生对三人制篮球的认知与了解,在校内营造良好的三人制篮球运动氛围,从而扩大三人制篮球运动的影响力。例如,高校可以通过校园网、校园广播等方式,对校内三人制篮球社团招募、篮球赛事等进行宣传,吸引学生积极参与,提高三人制篮球运动在高校中的影响力,从而进一步带动学生参与三人制篮球运动的主动能动性。

## 2 增加建设投入,提供场地资源利用率

随着全民运动、全民健身等口号的提出,我国积极推动丰富体育活动的展开,其中学校作为教育教学的主阵地,要求加快推动体育运动发展,提升学生参与体育活动的积极性。但学校体育运动发展普遍存在投入不足,场地不够等问题。高校开展三人制篮球运动中,同样面临着场地不足的问题。三人制篮球作为大学生喜爱的运动项目,学生参与度较高,参与规模较大,但场地不足、设施落后会直接影响学生的参与兴趣<sup>[2]</sup>。因此,高校应当加强相关建设经费投入,在充分考虑学生运动需求的基础上,增设运动场地,更新运动设施。同时,由于高校人数较多,对于篮球场地资源还需要进行合理规划,提高场地利用率,以充分满足学生实际需求。

## 3 合理设置篮球教学内容,引进专业教练员

高校推动三人制篮球运动的稳定发展,就需要为学生提供专业化的指导。将三人制篮球运动纳入到篮球教学当中,不仅为学生提供基础的三人制篮球知识教学,同时还需要增加技战术方面的教学,将三人制篮球运动提升到专业教学高度。同时,高校还应当积极引进专业的教练员,为学生提供专业的三人制篮球课程教学。篮球专业教练员教学能力和自身素质直接影响对学生三人制篮球运动相关知识的掌握程度,以及对运动技战术的掌握能力<sup>[3]</sup>。教练员需要重视三人制篮球运动教学,通过创新教学模式,引导学生进行实践练习,为学生提供专业指导,同时组织学生开展三人制篮球运动比赛等活动,课上联系课下,充分调动学生参与运动的热情,从而进一步促进三人制篮球运动在高校中的发展。

## 4 高校加强相关部门的领导与支持

高校相关部门应当重视对三人制篮球运动发展的支持与引

导,充分认识到三人制篮球运动与学生体育素质与能力发展的重要作用,在实际工作中,从学校政策制定、行动指导等方面,给予三人制篮球运动发展有效支持。高校相关部门应当担负起部门引导作用,做好三人制篮球运动的组织者,在体育资金支持、场地设施建设、后勤安保建设等方面,做好领导工作。学校的有力支持,能够进一步扩大三人制篮球运动在高校中的影响力,有利于将三人制篮球运动发展为全校性广泛参与的运动<sup>[4]</sup>。此外,随着高校三人制篮球运动影响力的不断扩大,对这一运动项目寻求外界赞助提供了有力支持。外部组织在考虑提供高校项目开展赞助时,考虑的重要因素之一就是其在学校的影响力度。吸引外部赞助,为三人制篮球运动项目获取发展资金,实现快速发展提供保障。

## 5 组织三人制篮球比赛,规范管理措施

相较于传统篮球运动,三人制篮球运动形式简化,其比赛形式也更为简单,比赛对抗的形式更容易激发学生运动积极性。三人制篮球运动比赛中,学生可以充分展现自己的技战术能力,同时释放压力、愉悦身心。因此,高校应当加大三人制篮球比赛的组织力度,一方面,通过组织举办校内比赛,为篮球爱好者提供展示、比拼的舞台,通过他们的热情投入,调动校园篮球运动氛围。另一方面,高校还可以通过与其他高校合作,开展三人制篮球校际联赛,既可以通过扩大比赛范围,提升学生运动竞技水平,为三人制篮球运动培养后备人才,也可以加强校际间的交流,形成相互竞争、相互促进、共同发展的良好局面<sup>[5]</sup>。

## 6 总结

篮球是高校体育运动的传统项目,学生对篮球运动的喜爱度较高。三人制篮球运动在高校学生中的接受程度较高,是学生锻炼身体、释放压力、愉悦身心的重要途径,同时对于实现体育育人,培育学生坚强意志品质和塑造健全人格发挥着重要作用。因此,高校应当采取有效措施,积极促进三人制篮球运动的发展。

## 参考文献:

- [1] 李云,张军,杨世强,李志清.三人制篮球运动发展方向研究[J].当代体育科技,2018,8(29):213-215.
- [2] 陈明伟,王翌涵.河池市中学生三人制篮球运动开展现状及对策研究[J].体育科技文献通报,2018,26(05):117-119+129.
- [3] 马学军,吴晓梅.三人制篮球在制订大学生耐力运动处方中的应用[J].运动,2018(09):57-58+122.
- [4] 刘波.广西三人制篮球运动发展的现状——以桂林市七星区为例[J].当代体育科技,2018,8(04):201-202.
- [5] 柯伟.三人制篮球运动在高校篮球选项课中开展的实验研究[J].安阳工学院学报,2017,16(06):107-110.