

高职体育教学中篮球体育创新能力培养

肖 进

身份证号码: 650300196703281836

摘 要: 在高职学校体育教学课程中, 体育学科的教育至关重要。因为体育运动能够全面培养提高高职生的竞争性 与对抗性, 而篮球运动作为体育运动的一个运动项目, 更是如此。篮球运动不但可以让高职生获得有效的身体锻炼, 提高身体素质, 还可以让他们性格趋于成熟变得果敢。这样一来, 在全面提升高职生身体素养的同时, 不仅能提升 高职生三观, 人生观、世界观、价值观, 还能够全面培养高职生团结协作精神, 以及提升高职生交友能力。倘若对 高职学校中篮球体育教学加以创新, 不但可以提升体育教学质量, 还可促使高职生综合能力的发展。

关键词: 高职; 体育教学; 篮球; 创新能力培养

Training basketball sports innovation ability in higher Vocational sports teaching

Jin Xiao

ID Number: 650300196703281836

Abstract: In the curriculum of physical education in higher vocational schools, the education of physical education is very important. Because sports can cultivate and improve the competitiveness and antagonism of vocational college students in an all-round way, and basketball, as a sports item, is even more so. Basketball can not only make vocational students get effective physical exercise and improve their physical quality, but also make them mature and courageous. In this way, while comprehensively improving the physical literacy of higher vocational students, it can not only improve the three views of higher vocational students, outlook on life, world outlook and values, but also comprehensively cultivate the spirit of unity and cooperation of higher vocational students, as well as enhance the ability of making friends. If basketball PE teaching is innovated in higher vocational schools, it can not only improve the quality of PE teaching, but also promote the development of comprehensive ability of higher vocational students.

Keywords: Higher vocational education; Physical education; Basketball; Cultivation of innovation ability

在高职教育教学中, 体育学科的教育与与文化课程教育有所不同, 体育学科可以促使高职生身心获得良性发展。在高职篮球课程体育教学中, 培养高职生创新能力, 可全面提高高职生整体身体素质, 达到高职体育教学的终极目标, 为社会主义培养合格劳动者。由此, 该文就高职体育教学中篮球体育创新能力培养展开细化分析。

一、高职体育教学中篮球课程教学改革所面临的问题

1. 师资力量有待提升

作者简介: 肖进 (1967.3-), 男, 汉族, 四川资阳市人, 新疆应用职业技术学院汉教部第二党支部书记, 本科硕士, 副教授。

在高职教育教学过程中, 大多存有师资力量不足等状况, 一些较为专业的老师不喜欢到高职学校任教, 对高职学校存有误解。故此, 就导致高职学校老师匮乏问题, 致使高职学校老师可能会出现身兼多职现象。比如, 高职老师可能要同时教授许多班级, 加上班级人数过多, 时常会呈现百人课堂的状况。此种状况对高职生学习十分不利于, 部分高职生很难集中注意力取听课, 课堂上的实际操作次数也会受到局限^[1]。老师在讲授期间也容易忽略对高职生能力的培养, 简单的让他们实施机械化的练习技巧及相关动作, 这样的教学模式不能让高职生切实掌握学习篮球体育运动理论知识的精髓, 也不会重视实践操作与理论知识的联系, 致使高职生不能高效掌

握篮球运动技巧,这在某种程度上会影响高职生篮球学习的踊跃性。

2. 教学内容与形式有待于提升

众所周知,教学体制与教学内容是直接相关的。当下,我国体育课程由教育部统一进行课程规定,其中,分为必修内容与选修内容。落实到具体教学项目上,也同样分为必修内容与选修内容,同时,还有着校本内容的加持。在高职院校中,篮球项目是极其受到广大学生喜爱的运动项目,由于大多数同学技术型学习的特点,其动手能力强的优点,在篮球课的学习过程中,更加喜欢多样化的教学内容与偏重于赛事的教学,而当下高职院校的篮球教学普遍存在“规定”教学内容偏多,教学内容与形式相对缺少的现状,其主要原因有以下三个原因:第一教学人员服务意识相对不足。在上课的过程中,对教学内容与教学形式的研究不足,尤其是对学生们的需求研究不足,而导致应付式上课,在教学过程中对教学的热情不高,与学生的互动相对不足,进而致使学生们不愿意参与篮球运动。第二教学方法不当。从教学方法上来看,当下诸多教学人员教学方法使用单一,示范教学、讲解纠错法始终作为教学方法的应用,而在教学的高阶阶段并未能较好地调整教学方法,其中教学比赛、分组教学等教学方法一直较少使用,使得教学显得重复、死板。第三信息化多媒体时代的当下,大多数教学为了增加课堂教学的有效性,在一定范围内,均使用了多媒体技术。而在当下的高职院校的课程中对多媒体技术的应用还相对不足,在篮球教学课程使用多媒体进行辅助的就更加少了,使得教学只能靠教师一人之力讲解,而有较形象的多媒体技术并不能进行课堂教学中来,直接影响了篮球教学的课堂效果。

3. 教学考核不科学

鉴于高职学校对篮球体育教学的不重视,致使体育教学考核体系不健全,太过单一化。在对高职生实施专业能力考核时,鉴于考试环境等不确立因素,时常会影响到考生的发挥,致使他们与原有水平之间存在一定差异^[2]。这会让他们在受外界干扰状况下未获得优异成绩,同时高职生对学习的兴趣也会下降,严重的还会出现挫败感。此种状况需要学校加以警惕。

在某种程度上来讲,考核评价直接影响着教学质量的优劣,同时,也直接影响着师生的积极性调动,这一点早已是人所共知的重要事实。在高职体育教学中这种因果关系体现的也较为明显。从分层教学理念上来说,高职院校学生更加偏重于技能学习,在其体育教学的过程中,针对高职学生进行多种考核方式的提出则是必有

要的。其中,具体的考核内容不仅仅有体育技能的培养评定、价值观的形成评定,同时,更重要的是还需要从生活的视角来进行。从当下高职学校体育课程的评价来看,单一的体育教学技能评定是相对较为突出的,而对价值观、生活观的评定则是相对不足的。显然,结合高职学生的特点,制定一系列相对比较合理地考核标准是极为重要的,其中,制定篮球课程的具体标准也较为重要,当下高职学校的篮球教学课堂评价缺失,在一定程度上直接影响了课堂教学的效果。客观上来说,亟待制定出一系列篮球体育教学的评价体系则是当下高职学校篮球教学的一个非常重要的问题。

4. 体育场地器材问题

从学校体育教学中的场地器材使用时的怪现象入手,找出解决场地器材困难的方法,从心态上要端正,做好集体备课是关键,内容与篮球器材的搭配要合理,针对教学目标选择合适的篮球场地器材,为学校体育器材场地困难问题提出可行建议。篮球场地器材关系到篮球课程质量,关系到教学任务是否能顺利完成。如果在体育课上有宽敞的篮球场地,又有充足的篮球体育器材为保障,想完成一项教学内容是一件非常容易的事情,教师教起来顺手,学生学起来舒服,有了篮球场地器材作为保障,体育教学的不仅得到顺利地开展,教学效果也会明显提高。

篮球场地的器材的误区与反现象随着社会经济水平的不断提升,各地方都加大了对学校教育的投资,篮球场地器材方面也都得到了改善,一般学校体育课上的篮球器材也基本上能满足教学的需要。教学内容与器材的搭配要合理,针对教学目标选择合适的篮球场地器材。体育教学内容决定着篮球场地器材,有什么样的内容就需要有什么相应的篮球器材为之服务。经过长年的教学实践经验,根据学校的实际情况确定教学内容,经过检验符合学校的实际教学。

5. 篮球课程中运动损伤问题

篮球运动练习前以胶布(绊创膏、绷带)缠绕脚踝,即可稍据预防扭伤之效。最有效之方法仍是:做脚踝的准备操一脚侧踢腿运动,同时亦能强化该部位的肌肉。若不幸扭伤,先将患部位冷敷,在施加适当的压力。冷敷时只可用冰水,加压时则先垫以海绵,在从海绵上方用具有弹性之绷带包扎。下面介绍几种常见损伤情况:

①手指的戳伤

因手指受到强烈的冲击而产生。预防方法:要充分做好手指的准备运动。手指的戳伤,依程度可分五种:(1)扭伤,(2)脱臼,(3)骨折,(4)腱断裂、

(5)挫创伤(皮肤裂开)。若发生扭伤,其治疗方法同其他部位的扭伤,先行冷敷,等2-3天之后,则在该部位保温同时按摩。脱臼时要能忍受疼痛,让医疗人员将手指拉直,恢复原状,然后和前法相同地处置。至于手指严重的戮伤、骨折、腱所裂则不许乱动,速送医院治疗才是上策。

②肌肉离位

对肌肉施加急聚的力量(屈·伸),致肌肉中之肌纤维或是肌肉之肌膜的一部份发生断裂,而引起内出血。预防方法:在练球前,将各部位的肌肉揉一揉,舒松一番,尤其是肌肉坚硬的球员,在忽冷忽热的季节里更要特别注意。治疗方法如下,若发生在腿部,首先要将膝盖固定2-3天,不可任意移动,同时用水或冰冷敷。缠上绷带,能够防止内出血的扩大,如此处置后,再稍加保温,同时从事轻松的活动。该治疗的特别在于:内出血停止之后,虽然身体尚觉僵硬,也要稍为活动。

③脚肿疼痛

脚部的运动;尤其是长久的练习忽动忽停的动作时,往往脚踵倍觉疼痛。这种病也叫踵骨病,这是由于脚部看地时,脚踵的骨头与皮肤之间的脂肪组织,受到多次急剧的冲击,而受到损伤。其预防方法:将柔软的海绵垫在脚跟下,或是在脚跟内侧垫上棉花,如此一来,虽受到下方的力量,亦可防止皮下组织被压迫到侧方。治疗脚踵疼痛的方法不易操作,只有在疼痛消除之前,尽量避免脚踵受到强力的冲击,同时练球之后要做疗理,例如以温湿毛巾热敷。所以这种毛病若是不予理会,往往变成慢性病,很难治疗,最好在病状的初期时就加以处置。

④膝盖损伤

膝盖受到强烈撞击时容易发生损伤。预防方法:使用护膝。倘若受到强烈的打击、撞伤,治疗方法视其情形而定,严重者得动手术。

二、高职院校篮球体育教学创新能力培养的新思路

1.增大师资力量投入

在高职院校中,引入新的师资力量是实施篮球体育课程革新的关键所在,唯有拥有优质的教学资源,方能全面促使篮球体育改革工作顺利实施。高职院校在篮球体育课程改革工作实施期间,首先应实施有关调研,其次应按照体育篮球教学发展的状况予以一定资金支持,以此来提高师资队伍建设。在具体教学革新期间,有关技术培训工作需要有序实施。利用此种培训能显著提高在岗施教者的综合水平与整体素养,进而辅助施教者较好的适应当今高校篮球体育课程改革需求^[3]。基于新课改

背景下,高校篮球体育教学在创新改革中,对于老师的水平与素养素方面有了新的应求,若要提高与确保在岗施教者的综合水平与素养,就需在各个层面加以高度关注。同时,还应踊跃引进新人才,以此确保篮球体育课程改革的良性实施。

2.对教学内容与教学体制加以科学的创新

在高职院校篮球体育教学中,需重视对综合篮球教学课程的教学效果与教学质量的提高,同时还需合理的革新教学思路,让综合教学内容与教学体制附有更强的可用性。老师需融合具体教学状况,适度通过以赛代练的模式来实施有关教学活动。老师可在班级中以设置小组竞赛模式与实战竞赛方式实施篮球教学,让高职生在老师引导下,在实操过程中对自身所掌握的篮球知识加以应用。在篮球体育比赛内容设置上,老师需要在某个侧重点基础上融合篮球课的教学内容,保证篮球教学质量获得较好的呈现,并且也可让高职生在实战练习中较好的对篮球知识加以学习与内化。在对篮球有关教学内容实施调整时,需要意识到高职生的基本水平,诸如身体素质水平与篮球运动基础都是因人而异的,倘若通过一刀切的教学模式进行篮球教学,那么高职生便会遇到诸多不解的困惑,同时也会加大教学难度。基于此,老师需通过分层式教学法进行施教。老师在实施教学活动时,需要对当前高职院校高职自身的篮球运动状况加以细化掌握,同时凭借高职生的身体素质与篮球技能等层面的差异性,对教学活动实施科学安排。有根据的实施篮球教学活动^[4]。这样一来,不但能全面提高综合教学活动的效果,还可有效杜绝高职生在学习困惑知识时影响其学习态度与学习的热忱。同时,水平不相上下的高职生,在利用互相合作学习的流程中,也可提高高职生的凝聚力。并且,在对课程内容体制加以调整时,需要融合实际需求,创造出性新的教学设计模式,让篮球课程教学更具趣味性。比如,高职生在学习篮球知识时,通常他们会对篮球项目的起源、发展、演变、规则及运动技能等有关知识学习过程会觉得特别乏味。就此等状况,老师需要通过多媒体技术加以讲授,让高职生较好的掌握与内化篮球有关知识,提高篮球教学活动的趣味性。

3.培养高职生创新意识,促使其创新能力形成

在高职院校体育篮球教学中,老师可利用强化实践教学,强化基础知识教学,为高职生缔造自主学习空间,指导高职生对体育教学及体育活动提出自身看法的模式培养高职生创新能力。首先,在强化实践教学过程中,可较好的提高高职生创新意识,这也是培养他们运动意

识与体育精神的主要渠道。在高职篮球体育教学中,老师可组织实践活动,指导高职生通过篮球知识,对技能动作加以创新,在实践中积累创新经验,为高职生实践能力培养打下重要基础。其次,强化篮球基础知识教学。在实际教学中需明确创新型教学计划,通过篮球理论知识渗透革新教学内容,让高职生在学习中拓展自主创新能力,学会处理问题。最后,为高职生缔造自主学习空间,指导其对体育教学、体育活动提出自己看法^[5]。比如,在篮球运球技能教学中,老师可让高职生讲出自身对这一知识的看法,同时讲出对教学给出的意见。利用此种模式拓展高职生思维,让其切实参加到学习活动中,培养高职生自主学习意识。

4. 高职生篮球裁判水平提高

篮球裁判能力是篮球选项课高职生综合素质水平的重要标志,是高职生理论联系实际,提高分析问题,解决问题的具体操作能力的重要体现,实践证明。具有较高裁判水平的高职生,其专业素质,工作能力,公共关系和组织才能普遍较好,近年来,随着篮球运动的快速发展,以及篮球规则与裁判方法的不断变化,高素养,能力强,适应篮球运动发展需要的裁判员提出了更高的要求。因此从发展高职生的实践能力和社会需要两方面都给篮球教学提出新的课题对篮球教学和裁判实践。从以下两个方面探讨:

①理论学习阶段

对篮球规则和篮球裁判法进行深入浅出,生动形象的讲解,并结合实例进行辅导,答疑让高职生了解比赛的程序和鸣笛的方法,及要求反复练习裁判手势,达到运用自如的程度。对规则和裁判法的学习,要求高职生在理解中记忆,并能够进行讲解,达到融会贯通,为临场裁判打下坚实的基础理论学习阶段,要贯彻全面,系统,准确,实用的原则裁判员的手势。是国际篮球运动中的共同语言,是临场裁判员指挥比赛的重要工具,手势是裁判员之间,裁判员与教练员和运动员之间,裁判员与记录台之间的联络信号和组织,是裁判员的基本能力之一。改革传统教学方法,充分利用先进的多媒体电化教学观看和讲解篮球规则裁判法知识,有利于知识的掌握和技能的形成。同时激发高职生的学习兴趣与学习欲望,结合发现的问题,如错判,漏判,反判和手势不规范等,及时进行联系实际的讲解和纠正,更有效地提高理论课教学效果和高职生篮球裁判工作的能力。

②感知阶段

在篮球比赛中,观察他人临场裁判,结合高职生的

实际情况,进一步熟练篮球规则和裁判法,让高职生知道篮球临场裁判是通过跑位,抢角度观察场上情况,鸣笛和判罚等几个主要方面来完成的。例如违例的判罚,同时右手上举(表示违例停表),违例的性质(是哪种违例的手势),处理方法(指明掷界外球的地点和方向);再例如,犯规的判罚:鸣笛一同时右手握拳上举(表示犯规停表),左手指犯规队员一向记录台报告犯规队员。

5. 科学的对高职生加以评价

在高职学校篮球体育教学中,老师需要重视对评价体制的改进,让综合评价体制较好的体现高职生在参加篮球课程学习中所获得的成果。在实际评价教学中,老师需要对高职生在篮球技术、篮球知识、篮球的行为表现等实施系统的考察,并且还需强化对高职生情感态度的考察。在实际评价中,老师需要对日常学习成绩、期中或期末的综合成绩的考核模式加以革新,在评价过程中,应该多多思考高职生在平日篮球实践活动中的具体表现,且关注高职生在学习过程中价值观、专业技能、体能、篮球知识等是否取得了显著的提升。一套科学的评价体制,能够全面呈现出篮球教学的切实效用,还能察觉高职生在具体学习中的不足,同时也对将来教学工作的革新具有至关重要作用。

三、结束语

总之,在高职学校篮球体育教学中,为了缔造专业的篮球人才,务必对以往的教学方式加以创新。老师应该逐步的革新原有教学方式,拓展新的教学思维。

并且,高职学校应增大对篮球体育教育的师资队伍建设,让高水平、高素养的老师任教,培养出一支出色的师资队伍。另外,对高职生的考核标准也需实施合理规划。如此一来,便能让高职生在学习期间更加附有活力及踊跃性,切实发挥出高职生的正常水准。

参考文献:

- [1]高栋.高职体育教学中篮球体育创新能力培养研究[J].科学大众(科学教育),2020(7):182.
- [2]王赫男.高职体育教学中篮球体育创新能力培养研究[J].魅力中国,2020(47):276.
- [3]李源.高职体育教学中篮球体育创新能力培养[J].文渊(高中版),2019(9):574.
- [4]白春晖.高职体育教学中篮球体育创新能力培养研究[J].灌篮,2020(10):14-15.
- [5]熊剑.论高职体育教学中篮球体育创新能力培养[J].百科论坛电子杂志,2020(21):649-650.