

“条件限制法”教学的有效策略

——以《小篮球——行进间运球》教学为例

史佩强

(南京市雨花台区实验小学, 江苏 南京 210012)

一、案例背景

义务教育《体育与健康课程标准》实施建议部分指出：“针对不同学生的身心发展特点，遵循不同内容的教学规律与要求，进行更有针对性和实效性的教法与学法创新，调动学生体育与健康学习的积极性。引导学生在体育活动中，通过体验、思考、探索、交流等方式获得体育与健康的基础知识、基本技能和方法，培养应对问题、自我锻炼、交往合作等能力，开展富有个性化的学习，不断丰富体育活动经验，学会体育学习和锻炼。”因此，加强教法研究，依据技能形成的规律和技术特点，在教学实践中采用条件限制法来预防和纠正学生在学习技能时的易犯错误，能帮助学生较快、较好的掌握技术动作，是贯彻执行课程标准和提高教学质量的重要举措。

本节课选择的教材是水平二、四年级《小篮球——行进间运球》。篮球运动深受小学生的喜爱，而篮球的运球技术是最基本的技术之一，想要篮球打得好，必须熟练的掌握运球技术，而在平时的实际教学中，如果让学生按部就班的学习篮球运球技术，有的学生很难掌握技术动作，学习效果较差，难以完成学习目标。根据学生此年龄段身体素质、身体机能、技能储备、接受能力、兴趣等特点，在教学中，采用条件限制法，促使学生达成目标，提高学生学习兴趣，更好的掌握技术动作。

二、案例描述

本次课采用的器材是直径 50 厘米的皮革圆垫，正面中心贴有直径 10 厘米的红点一个，圆垫反面贴有“姚明”“乔丹”“科比”等人的海报，上课之前按照学生一人一个的数量，前后左右各相距 1.8 米，队型为四列横队，正面朝上平铺在地上。

片段一：

师：看看这是什么？

生：一个白手套啊。

师：知道手套五指为什么黑了吗？（白手套五指杯黑笔涂黑）

（学生们一听开始议论起来）

师：这是老师带着手套练习运球的时候弄脏的，所以说你们运球的时候知道用手的哪个部位吗？

生：就是手套上黑的那一部分。

师：对的，不仅手的位置要对，还要让球落在垫子中心的红点上，落在红点之外区域的算失败。站在圆垫的侧后方，身体成基本准备姿势，准备，开始。

（学生开始复习原地运球）

师：抬头看我。（提示学生人转球不转）看图片问题抢答啦！

（老师手里拿着姚明的海报）这是谁？

（学生一起抢答，姚明，姚明，姚明……）

然而也会对新闻职业道德产生不必要的消极影响。造成这一问题产生的根源就在于新媒体背景下多种媒介传播方式的融合，促使其更加注重自身的商业性质以及扁平化操作模式。将原本需要严格进行编辑的新闻内容进行了简化处理。新闻传播从业者的职业素养以及专业能力自然也就无法得到有效提升，另外新媒体自身较高自由度的特征也导致管控难度增加，媒体的品位也不断下滑，使得整个媒介生态环境处于失序状态。新媒体行业的从业门槛相较于传统新闻传播行业而言变得更低。很多从业人员不用接受严格的考核与系统化地训练就可以直接正式参与工作，在这种现象的影响下，新闻产品的质量无法得到保障，甚至会出现过度商业化与低俗化的问题。因此高职院校新闻传播专业在新媒体环境下所开展的人才培养工作需要注重对学生新闻传播良好职业素养的培养，切实提升其职业水准与职业道德素养，为整个新闻传播行业实现健康有序的发展提供帮助。

（四）管理能力更加突出

传统意义上的媒体通常情况下是由企事业单位进行管理的。虽说新闻媒体行业很早就提倡实行产业化经营模式，但是由于受到多种因素的影响，其产业化管理的设想始终无法得到实现。随着新媒体的产生与发展，新闻媒体势必会上产业化经营管理的道路，并且其中最基本的趋势就是跨界经营。在此大背景下，传

统媒体中所施行的经营管理理念已经无法适应新媒体产业发展的实际需求。新媒体行业对于经营管理类人才有着更为迫切的需求，无论是从选题到生产内容还是在最终的产品营销等多个环节都需要经营思维进行引导。因此在新媒体环境下高职院校新闻传播专业在人才培养的定位上，需要培养出更具管理能力的人才，以期能够更好地适应新媒体新闻传播企业的工作岗位。

三、结语

总而言之，高职院校新闻传播专业通过采用多种有效地措施来培养专业化的人才，是当前职业教育以及学生未来发展的切实需求，同时也与行业的发展理念相契合。因此，通过对相关人才培养定位转型的探究，能够充分发挥高职院校自身的教育功能，为社会及相关企业的进一步发展发挥出自己应有的价值。

参考文献：

- [1] 张志安. 从新闻传播到公共传播——关于新闻传播教育范式转型的思考 [J]. 暨南学报 (哲学社会科学版), 2016 (3): 77-85.
- [2] 蔡雯. 媒介融合前景下的新闻传播变革与新闻教育改革 [J]. 今传媒, 2017 (1): 23.
- [3] 余红, 李婷. 我国网络与新媒体人才需求调研与专业培养 [J]. 现代传播, 2016 (2): 134-138.

师：哎呦，大家都挺熟嘛，看下一张（下张图片上写着“换一只手运球”）图片上写着什么，快做到。（学生迅速进行了换手运球练习）

师：抬头啊，看下一题（图片上写着“抢答：你们班班主任老师是谁？”），抢答啦。（学生异口同声：陈老师，陈老师……）

师：再看下一题，图片上指令是啥？（图片上写着“换低姿运球”并备注了低姿运球的要领）

师：换低姿运球啦，注意手的触球部位和球的落点。

就这样，通过图片不停组织学生高姿低姿、左右手运球变换，通过皮革圆垫上的红点控制了球的落点，从而让学生更主动的找到了正确的触球点，促使技术动作的巩固和提高。

片段二

师：你们觉得我是一个人上课的吗？所有人把垫子翻过来。

（边说边把地上的皮革圆垫反过来，圆垫反面贴有明星海报。）

生：“我的是乔丹！”“我的是姚明！”“我的是易建联！”“我的是老师！”（同学们纷纷议论）

师：下面将进行运球“挑战”明星练习，运球时，让球飞过自己圆垫上的篮球明星，球的落点只能飞过落在另一边，如果球碰到圆垫上的篮球明星，则为失败，算被篮球明星“抢断”一次。

讲解示范后，学生们纷纷运球“挑战”明星，运过去运回来，教师巡回观察指导，大多数同学都挑战成功，能够主动地摠压球的后上方，让球的落点在限制的范围，学生们基础水平参差不齐，有的不错，有的触球部位不准确，有的上下肢不协调。此方法作为行进间运球的辅助练习，让学生迅速地找到了正确的触球位置，控制求得落点，大大的提高了练习的效率和积极性。

片段三

师：是不是觉得难度不够大了？OK，增加难度，前后四人一组，运球“挑战”四个。

生：啊？怎么玩？

师：第一排同学退到与自己小组相对应的标志盘后面，面对老师，后面同学一次退到第一排同学后面。

学生们迅速调整好队形。

师：看我做一次，运球连续飞过四位“明星”，不能碰到“明星”，飞过四位“明星”后右转运球回来，排队继续挑战，先慢一点，左手、右手、低姿、高姿都要试试，开始。

生1：挑战成功一个，两个，三个，四个，耶！

师：不错，很棒！继续加油。

生2：呀，被“明星”抢断了一次。

师：先慢一点，想一想应该摠球的什么位置？再试一次！

生2：好。（同学们掌声鼓励）

师：慢一点，控制住球，不错，进步很大。

……

师：下面播个通知，加快一点运球速度。

生：收到！

组织学生练习速度依据对技术的掌握情况由慢到快，通过运球时让球飞过圆垫上的篮球明星，限制了球的落点，意在让学生体验行进间直线运球时，主动地找到了正确的触球部位，通过条件限制法，预防和纠正了学生运球时步伐和球弹起节奏不一致、手触球部位不正确、动作不协调等易犯错误。教师在巡回指导中发现，大多数同学能够通过条件限制法，较熟练的掌握行进间直

线运球技术，少数同学经过教师的引导和鼓励后，能够连贯的摠压球的后上方，加强了对球行进路线的控制。通过此方法，对学生掌握运球技术起到了事半功倍的效果，还大大地增强了学生的学习兴趣。

片段四

师：我们一会去认识下其他“明星”，看示范，运球绕圆垫一周就算与这个“明星”认识了，看看谁认识的明星多，要求是不能碰到“明星”，否则算抢断一次。

生：好的。

师：运球时，既要注意自己的运球路线，还不能和其他同学撞到一起，运球要抬头。

生：好！“我认识了陈楠”“我认识了胡雪峰”“我认识了林书豪”

师：要想清楚认识“明星”的方法，运球绕一周。

组织学生进行与圆垫上篮球明星“交朋友”的散点练习，经过前面的几个环节练习之后，学生们提高了控球能力，此环节通过绕圆垫上的海报，限制学生运球的路线，从而迫使学生掌握曲线运球技术，并且开阔了他们的运球视野，进一步巩固了学生的运球技术，增强了身体的灵活性，提高了学生的练习兴趣，还让学生了解了篮球的文化。

三、案例反思

1. 本次课通过皮革圆垫限制球的落点，“强迫”学生让球落在教师要求的位置，促使学生更加主动地去找手该触球的部位，让学生知道原地运球、行进间直线运球、行进间曲线运球触球部位的区别，便于学生更快更准地找到正确的触球部位，便于学生掌握行进间运球的技术，提高了体育课堂教学的质量与效果。

2. 通过不断实践发现，条件限制法使教学能够不断向着预定的方向去发展，依据学生在学习技术中的情况，而提出来的有针对性的、有效的、有条件的、有限制的要求，是学生在在学习过程中不断地进行“调整”和“纠偏”，以求在最短的教学时间内收到最大的教学效果，这种条件限制可以是经常性的，也可以是专门性的，它可以应用在各种技、战术的教学中，在学习的不同时期，在动作技能掌握的不同阶段，提出不同的限制条件，采取不同的练习手段。

3. 假如我们在每一节体育课中，都能让学生在有条件的、有限制的要求中学习、锻炼，学生通过有效的方法学习和锻炼，能够较快的掌握所学内容，增强学生学习的自信心，品尝到成功的喜悦，体验到拼搏后的自豪感和克服困难后的成就感，促使学生身心更好的发展。

通过本案例的分析，我充分认识到以条件限制手段引发学生的自主学习、合作学习、探究学习是一种非常有意义的教学方法，在全面实施课程改革，创新教法和学法的今天，值得尝试。本节课还存在着不足，比如，根据学生认知水平的不同，还可增设运球的慢速区和快速区，为学生创设更多的发展空间，让技术动作掌握较好的学生到运球快速区练习，同时还应该增加些练习方法，纠正学生运球时身体不协调等问题。

参考文献：

[1] 张涛. 新课程条件下的课堂教学方法创新策略[J]. 现代中小学教育(4): 20-22.

[2] 吴欣阳. 欠发达地区本科院校人才引进政策探析[D]. 南京农业大学, 2015.