

多元化教学方法在高校体育篮球教学中运用研究

刘 博

浙江大学公共体育与艺术部 浙江省杭州市 310058

摘 要: 高校体育作为学生体质健康的关键,还肩负着培养全民健身意识的重任,篮球作为高校体育的重要组成部分,直接关系到学生的身体素质、团队协作精神与良性竞争意识的养成。基于此,本文从高校体育篮球教学的内涵出发,简单探讨运用多元化教学方法的價值意蕴,然后从程序步骤细化、信息技术赋能、小组合作学习与多元反馈评价四方面研究高校体育篮球教学中多元化教学方法的应用策略,以期为高校学生提供优质的体育资源和教学环境,促进学生身心的健康、全面发展。

关键词: 高等院校; 体育篮球; 多元化教学

引言

不当饮食、长期熬夜或作息时间不规律等因素,造成大学生身体素质下降,外加大学管理相对宽松,多数学生缺乏系统且有规律的体育锻炼。因此,需采取切实有效的体育教学措施切实增强大学生体质。篮球作为一项全身性运动,在高校体育教学中占据重要地位,不仅能够全面锻炼学生的身体,还能够培养学生的竞技能力与竞争意识。为进一步提升高校体育篮球教学的效率与质量,需不断探索、创新教学方法和手段,以多元化的教学模式满足学生的学习需求和兴趣。

1. 探讨高校体育篮球多元化教学的价值意蕴

高校体育篮球教学的内涵是指对高校学生进行篮球相关知识和技能的教育与培训,它涵盖了篮球技术、战术、规则以及篮球文化等多个方面。具体来说,高校体育篮球教学不仅教授学生篮球的基本技术和简单的基础战术配合,如投篮、运球、传球、防守等动作,以及篮球比赛的基本规则和裁判知识,还注重培养学生的战术意识和运用战术的能力。而且,在教学过程中,教师会强调对学生的思想教育教育工作,结合篮球运动的特点,加强组织性、纪律性教育,培养学生的集体主义精神和顽强拼搏的意志品质^[1]。通过在高校体育篮球教学中创新应用多元化教学方法,可以更为全面的培养高素质人才,价值意蕴可总结如下:

第一,激发学生篮球学习兴趣。传统的教学模式往往以教师为中心,学生被动接受知识,缺乏学习的积极性和主动性。而多元化教学方法通过引入不同的教学活动和策

略,如小组合作、情境模拟、个性化辅导等,能够更好地适应不同学生的学习需求和个体差异,使学生在学习过程中能够找到自己的兴趣点,感受到篮球运动的乐趣,从而更加积极地参与到篮球学习中来。

第二,提高学生篮球技能水平。通过引入多元反馈教学法等多元化教学方法,教师可以更加全面地了解学生的学习情况,及时发现并纠正学生在篮球技能上的错误,从而帮助学生更加规范地掌握篮球技术动作。同时,多元化教学方法还能够通过模拟比赛、实战演练等方式,让学生在接近实战的环境中进行练习,提高他们的篮球技能水平和应变能力。

第三,促进学生综合能力的全面发展。篮球运动不仅是一项体育运动,更是一项需要团队合作、战略思维和身体素质全面发展的运动。多元化教学方法能够充分考虑到不同学生的特点,通过多样化的教学手段,使学生在篮球学习中能够全面发展他们的身体素质、团队协作能力、战略思维以及意志品质等^[2]。

综上所述,高校体育篮球教学中运用多元化教学方法对学生的价值意蕴是多方面的,不仅能够激发学生的学习兴趣,促进他们的综合能力全面发展,还能够提高他们的篮球技能水平,为他们的未来发展奠定坚实的基础。

2. 研究高校体育篮球教学中多元化教学方法的运用策略

2.1 优化程序学习法,丰富教学内容

程序学习法是一种有计划、有步骤的学习方法,在高校体育篮球教学中使用程序学习法的过程中,需要遵循小

步子原则、积极反应原则、及时反馈原则、自定步调原则、低错误率原则等五种不同的原则，并将篮球技术和战术按照动作要素和步骤进行分解，使学生能够逐步掌握复杂的技术动作和战术布局。例如，将运球动作分解为基本运球、变向运球、高速运球等不同的技术动作，让学生逐步掌握运球的技术要领。在实际教学过程中，教师应该先让学生掌握基本的篮球技术动作，然后逐步引导学生进行技术组合和整体训练。例如，在教学投篮技术时，可以先让学生掌握站姿投篮动作，然后逐步进行移动投篮和跳投等技术训练。然后强化训练，让学生通过不断地重复训练和练习，强化他们的篮球技能和战术意识。比如，开展篮球防守技术教学时，可以通过不断的模拟对抗和实战演练，强化学生的防守技能和团队合作意识，确保学生能够在比赛中发挥出自己的最佳水平。需要注意的是，程序学习法允许学生根据自己的训练成效调整学习的进度。在篮球学习中，每个学生的体质和学习能力有所不同，对篮球技巧的掌握程度也不同。因此，教师需要根据学生的不同，因材施教，鼓励学生在学习实践中发挥自己的优势。另外，在程序学习法中，教师可以通过丰富教学内容，激发学生学习篮球的兴趣。例如，将枯燥的篮球理论教学部分转移到课外，教师一边讲解，一边做演示，或者播放 NBA 经典比赛或个人集锦等方式进行，使学生从不同视角了解篮球，并在篮球训练当中得到应用。

2.2 深化信息技术赋能，优化运动体验

在教育信息化 2.0 背景下，信息技术与教学工作的有机结合丰富了教学手段，比如智能教学系统、虚拟现实技术等，为高校体育篮球教学的高效率、高质量提供支持条件，促进学生篮球运动的体验优化。

第一，在技术动作传授中运用智能教学系统。此类系统集成了先进的计算机视觉、动作捕捉等技术，在篮球体育教学过程中，可以实时分析学生的运动表现，并提供针对性的指导和反馈，加强教师对学生学习情况的掌握。例如，在投篮动作中，系统可以捕捉到学生的出手角度、发力点、运动轨迹等关键信息，在计算机视觉等技术的处理下，迅速生成详细的反馈报告，指出学生动作中的不足之处，并提供改进建议。不仅如此，在篮球技能学习过程中，学生也可以通过观察系统反馈的动画模型或数据报告，直观地将自己的动作与标准动作进行对比，快速找出问题所在，

并进行有针对性的调整，有效激发、保持学生篮球学习的兴趣，为后续教学活动的开展奠定良好基础^[3]。

第二，运用虚拟现实技术打造沉浸式篮球场景。虚拟现实技术在高校体育篮球教学中的运用体现在较多方面，比如为学生模拟真实的篮球比赛环境，或是提供高度互动性和个性化的训练方式等，使大学生能够沉浸式的开展篮球训练，并获得即时反馈，从而快速提升篮球水平。具体而言，教师可应用虚拟现实技术模拟比赛环境，打破传统篮球教学受限于场地、器材等因素，使学生可以在虚拟环境中进行不同场景、不同难度的训练，甚至可以与虚拟对手进行对抗，从而更加全面地提升自己的篮球技能和战术意识。此外，还可以模拟练习情境，开展衔接密切的运动、传球、投篮等练习。学生通过特殊的交互设备与虚拟环境进行互动，得到即时的反馈和指导。例如，在投篮训练中，系统可以实时分析学生的投篮动作，并提供改进建议，帮助学生迅速纠正错误，提高投篮命中率。在学生学习、练习过程中，虚拟现实技术还可以记录学生的训练数据和表现，为教师提供丰富的教学资源 and 参考，有助于提高教学质量和效果。

第三，运用微课完成理论授课与技术演示。为有效提升高校体育篮球教学效果，教师可运用微课视频讲解篮球技巧、战术分析、比赛规则等，使学生更加直观地了解篮球运动的各项技能，同时也可以课后进行复习和巩固，提高学习效果。在实际教学过程中，教师需精心挑选可以清晰地展示篮球运动的各种技能动作的视频，包括运球、投篮、传球等，让学生在视频演示的观看下，直观了解技能的动作要领和注意事项。微课视频还可以用于篮球战术的分析和模拟，通过视频展示实际比赛中的战术运用，学生可以更加深入地了解篮球战术的精髓和运用方法，甚至帮助学生提前适应比赛节奏和氛围，使学生获得更加优质、高效的篮球教学服务^[4]。

2.3 适当增加小组合作，强化协作交流能力

小组合作作为一种有效的教学模式，在多元化教学方法模式下的高校体育篮球教学中具有不可替代的重要性，其不仅能够提升学生的篮球技能，还能培养团队精神、协作能力和社交技巧，为学生的全面发展奠定坚实基础。所以，在实际教学过程中，教师可以组织学生可以相互观摩、学习和纠正技术动作，通过不断的交流和合作，共同提高

篮球技能水平。通过这种互助式的体育篮球学习方式,提升技巧讲解与示范的生动性,使他们在轻松愉快的氛围中掌握篮球技能。但是,为了保证小组合作教学质量。教师可采取以下教学方法:

首先,运用合作学习教学方法。教师可以将学生分为小组,每组水平接近,然后让小组内成员共同学习篮球相关知识、分享经验、解决问题,并进行合作训练和战术演练。这种教学方法能够增强学生的团队合作意识,提高他们的协作能力和默契度。其次,明确共同目标。在篮球教学开始前,教师应明确告知学生本节课或本单元的共同目标,如赢得比赛、完成某项技术挑战或提升团队默契度等,进而通过共同的目标能够激发学生的集体荣誉感和责任感,使他们更加积极地投入到团队合作中。最后,小组合作学习与技能训练为主。在篮球技能训练中,教师应强调传球、接球等基本技能的准确性和稳定性,同时鼓励学生进行小组内的协作训练,从而相互学习、相互纠正错误,共同提高篮球技能水平。

在上述小组教学过程中,教师要根据学生的篮球学习情况,及时设置多种团队练习活动,如传球配合、无球跑动、筛选掩护等,并引入小型比赛,模拟实际的比赛场景。让学生通过对抗训练学会如何在压力下进行决策,在快节奏中寻找队友并进行配合,从而提升团队的协同作战能力;或是组织一些户外拓展、团队友谊赛等活动,增强队员之间的感情和信任,促进他们在日常训练中形成更紧密的配合和默契。

2.4 构建多元化评价体系,实现全面反馈

在多元化教学方法下,高校体育篮球教学也应实施多元化评价反馈,及时总结、反馈学习情况,以此提升教学效果与学生的篮球技能。在具体的教学评价工作中,教师需构建全方位、全面性的考核评价内容。在内容上,应涵盖学生的篮球专项技能、体能、学习态度、进步情况、体育品德等多个维度,除了传统的技术考核和技评方法,还应将学生的思想品德、团队合作、课程参与度、技能展示、讲解示范等纳入评价体系,以全面反映学生的学习成果。同时,灵活应用多样化的评价方法,在保留篮球测试、体育考试的前提下,引入观察、记录、自我评价、同伴评价、

教师评价等多种方法,从而更为全面地了解学生的篮球学习情况,间接培养学生的自主学习和自我评价能力。需要注意的是,在制定评价标准时,应具有明确、具体、可操作性特点,评价标准应能够真实反映学生的篮球学习水平,并考虑到学生的个体差异和进步情况,比如投篮、运球、传球、防守等技能的准确性和熟练度,按等级打分,真实反映学生的篮球学习水平。或是将定性评价与定量评价相结合,以确保评价的客观性和准确性。例如,在评价学生的篮球技能时,可以采用技术评定和运动水平达标等定量评价方式,同时结合其他主体的定性评价结果,衔接友谊赛、院内比赛等,鼓励学生不断进步,并为其提供个人展示的平台和机会。

3. 结论

综上所述,为有效提升高校体育篮球教学质量与效率,同时优化学生的篮球运动体验,在当前时代背景下,教师在创新应用多元化教学方法时,应从能力提升、兴趣激发、主体尊重、及时评价与反馈等方面着手,加强信息技术的赋能应用,创新设置多样化的篮球活动,以此满足学生的学习需求。

参考文献:

- [1] 申顺发.案例教学法在高校篮球教学中的应用研究——以三步上篮教学为例[J].当代体育科技,2023,13(1):96-99.
- [2] 弓剑.分层教学法在高校篮球教学中的应用——评《体育教学与篮球体能训练研究》[J].中国教育学刊,2023(2):10046-10046.
- [3] 谢嘉坤.运动教育模式在水平三阶段学生篮球教学中的运用效果实验研究[D].云南师范大学,2023.
- [4] 林子禾.5E教学模式在高校公共体育课篮球教学中的应用研究[J].冰雪体育创新研究,2023(2):103-106.
- [5] 毕京壮.PBL教学法在体育院校篮球裁判理论教学中的实验研究——以西安体育学院运动训练专业学生为例[D].西安体育学院,2023.

作者简介:

刘博(1983.04-),女,汉族,河北鹿泉人,硕士,浙江大学,讲师,研究方向:体育教学与训练。