

# 比赛教学法在技校公共体育篮球教学中的运用

盘春妮

广东省岭南工商第一技师学院 广东韶关 512026

**摘要:**本研究综合运用文献研究法、问卷调查法与实验法,对技工学校篮球课程中比赛教学法与传统教学法的教学效果进行对比分析。研究表明:比赛教学法能够有效激发学生的学习兴趣,增强课堂参与度,改善课堂氛围,并在促进学生团队协作能力、集体荣誉感、意志品质以及终身体育意识与能力的培养方面具有显著作用,其整体教学效果优于传统教学法。

**关键词:**比赛教学法;教学效果;篮球教学

## 1 前言

技工学校篮球课程作为培养学生体育素养与锻炼习惯的重要途径,技工学校的篮球课程是提升学生体育素养和培养锻炼习惯的重要载体,对增强学生的体质和促进学生的全面发展具有积极意义。篮球运动集协作性、竞技性与趣味性于一体,广受学生欢迎。在体育教学中,运动技能要想学好,反复练习是基础。在体育教学中,巧妙地引入比赛会带来意想不到的好效果。这种“在比赛中学习”的方式,能同时调动学生的身体和头脑。具体到篮球教学,当学生们在遵守规则的前提下进行高强度的对抗时,他们不仅锻炼了身体、精进了个人技术与团队战术,整个学习过程也因竞争与合作变得充满乐趣。课堂气氛活跃了,团队意识增强了,这对他们未来养成终身运动的习惯也大有裨益。通过这次对比实验,我们系统分析了两种篮球教学法在技校的应用。研究显示,相比传统方法,比赛教学法不仅学生更喜欢,在多方面的教学效果上也表现得更为出色。结果表明,比赛教学法更受学生欢迎,在多项教学指标上表现更优。研究可为优化技工学校篮球教学方法、提升教学质量提供参考。

## 2 研究对象与方法

### 2.1 研究对象

以比赛教学法在技工学校公共体育篮球教学中的运用为研究对象。选取 2014 级电商 1 班(30 人)作为实验组,实施比赛教学法;同时以 2014 级文秘班(30 人)作为对照组,运用传统篮球教学模式展开对比研究。

### 2.2 研究方法

#### 2.2.1 问卷调查法

我们通过问卷来了解学生对篮球课的兴趣,一共发了 60 份,回收有效问卷 60 份,回收率达到 100%,每份都有效。

#### 2.2.2 实验对照法

2.2.2.1 对照组严格遵循传统教学大纲,采用以教师讲解、动作示范和重复练习为主的教学方法。实验组则实施比赛教学法,实验周期共 15 周,累计 30 学时。在单门课程结构中,实验组安排如下:准备阶段(约 10-15 分钟,占课时 30%)通过篮球游戏进行球感与基本技术练习;主体教学阶段(占课时 70%)则围绕多种形式的实战比赛展开,强调在对抗中综合运用技术

2.2.2.2 对照组按照常规篮球课程的传统教学要求,系统进行教学内容与方法安排,以形成对比。

2.2.2.3 学期期末阶段进行测试,实施统一的测试内容及评价标准。

2.2.2.4 测试内容:A. 运球上篮:测试路线为沿中线设置的折返跑。受试者从起始端线运球启动,在第一次上篮命中后,继续运球至对侧端线并折返,完成第二次上篮命中后计时结束。成绩评定以 20 秒为 10 分起评,每节省 1 秒得分增加 5 分,最高至 50 分。

B. 1 分钟跳投:投篮区域定义为以篮圈中心在地面投影点为圆心、罚球线距离为半径的半圆。受试者需在该区域外完成自投自抢,测试时长 1 分钟。计分方式以命中 1 球得 10 分为起始,每增加 1 球得分累加 5 分,满分 50 分。最终,依据测试得分将学生成绩划分为四个等级:优秀

(85-100分)、良好(75-84分)、及格(60-74分)以及不及格(低于60分)。

### 3 研究结果与分析

#### 3.1 学生学习兴趣情况的调查分析

为比较实验前后学生学习兴趣的变化,本研究于学期初和学期末分别对学生进行了问卷调查,见表1、表2。

表1 14级电商1班学生学习兴趣调查表(实验前)

内容	非常喜欢	喜欢	一般	无趣	合计
实验组(人)	10	12	4	4	30
百分比(%)	34%	40%	13%	13%	100%
对照组(人)	11	8	6	5	30
百分比(%)	37%	27%	20%	16%	100%

表2 14级电商1班学生学习兴趣调查表(实验后)

内容	非常喜欢	喜欢	一般	无趣	合计
实验组(人)	18	8	3	1	30
百分比(%)	60%	27%	10%	3%	100%
对照组(人)	12	10	5	3	30
百分比(%)	40%	33%	17%	10%	100%

调查结果显示,经过一个学期的篮球选项课的学习,两组学生虽都对篮球有了基本认识,实验组学生表现出的浓厚兴趣和参与热情,恰恰证明了比赛教学法本身具有强大的吸引力。他们对这种教学方式的积极接纳态度,给我留下了深刻印象。这表明,比赛教学法能有效激发学生的参与积极性与学习兴趣,不仅提高了课堂参与度,也为培养终身体育意识与实践能力奠定了基础。

#### 3.2 运用比赛教学法可以提高学生的参与度

通过一学期考勤统计数据显示见表3。

表3 学生出勤率的统计表

内容	旷课(人次)	迟到(人次)	请假(人次)
实验班	2	0	4
百分比	6%	0	12%
对照班	6	10	5
百分比	18%	30%	16%

可见在篮球课程中运用比赛教学法能够有效激发学生对体育课程学习的积极性。实验组的出勤率显著高于对照组。这反映出比赛教学法通过其富有趣味性和竞争性的形式,有效提升了学生参与篮球课程的积极性。

#### 3.3 教学结果效果比较分析

期末考核采用了“教考分离”模式,结果很明确:采

用比赛教学法的实验,其学生成绩明显超过了使用传统方法的对照班。事实证明,这种新方法确实更有效。

见表4。

表4 学生考核成绩对比表

等级	实验组	对照组
优秀	44%	21%
良好	35%	26%
及格	21%	40%
不及格	0	13%

对两种教学方法的比较分析表明,其教学效果存在显著差异,比赛教学法的整体实施效果明显优于传统教学法。本研究证实了比赛教学法在篮球选项课中具有较高的可行性,该方法不仅能有效提升学生的篮球技能与学习兴趣,更能促进其专项运动素质与综合身体素质的全面发展。

### 4 结论与建议

#### 4.1 结论

4.1.1 比赛教学法在激发学习兴趣、提升课堂参与度及营造积极教学氛围方面作用显著。该方法不仅为学生提供了展示个性与能力的平台,更通过创设竞争情境,有效提升中枢神经系统的兴奋性。

4.1.2 比赛教学法深度契合“以人为本、健康第一”的学校体育改革指导思想,并与新时期教学目标、教学模式及评价体系的改革方向高度一致。该方法通过确立学生在教学中的主体地位,有效激发其主动探索与积极思考的能力,从而促进学生主体精神和创新意识的培养。在实施过程中,教师通过适时引导与情境化设计,将技术学习融入实战情境,使学生在解决问题的过程中自然形成技术组合与应用能力,实现了从“被动接受”到“主动建构”的教学范式转变。

4.1.3 相较于传统篮球教学中“教师示范—学生模仿—纠错”这一单向传递模式,比赛教学法打破了以教师为中心的课堂结构,有效规避了传统模式下学生自主学习能力弱化与创新思维受限的问题。该方法将高强度、对抗性的项目特点融入结构化比赛中,使学生在提升专项技能的同时,也能保证充分的运动负荷,从而同步实现综合素质发展与终身体育意识的培养。

#### 4.2 建议

4.2.1 建议在技术教学中有机融入比赛元素,使学生明确技术的实战用途。具体可采取“学—赛结合”模式,将

基本技术练习与教学比赛的时间比例设定在 3:7 左右。此举既可保障技术掌握，又能通过实战情境的反复运用实现巩固与提升，从而高效促进学生篮球技战术水平的全面发展。

4.2.2 教师在运用比赛教学法时应充分发挥组织与引导作用，通过积极参与和适时互动，构建信任、开放的师生关系与课堂氛围。这种融洽的环境最终将转化为高效的学习动力，促使学生在愉悦的体验中扎实掌握运动技能，并提升篮球技战术的实际运用能力。

4.2.3 运用比赛教学法时需注意以下要点：

4.2.3.1 在实施比赛教学法时，应坚持教师主导与学生主体相统一的原则。教师需精心设计比赛内容与规则，确保比赛形式紧密围绕教学目标展开。在教学过程中，教师应根据学生的实际表现及时进行引导与调整，既充分调动课堂积极性，又始终把握教学重点，最终实现“活而不乱”的教学效果。

4.2.3.2 重视组织纪律与安全教育。安全是比赛教学法的基石。鉴于篮球比赛对抗性强、身体接触多，必须通过明确的规则、严格的管理和持续的安全教育，培养学生的规则意识，以最大程度预防运动损伤，保障教学活动的安

全与秩序。

4.2.3.3 注重比赛形式的多样性与适应性。根据教学内容和学生水平的动态变化，对比赛形式与方法进行灵活调整与创新，进而通过持续新颖的竞赛情境激发学生的内在动力，最终有效实现“以赛促学、以赛促练”的教学目标。

4.2.3.4 强化课后总结与反馈环节。比赛结束后，教师应及时组织复盘，进行双向点评（既肯定表现，也指明不足）并提供建设性建议。此举不仅给予学生即时反馈，更能引导他们进行系统反思，从而将实践经验整合内化为完整的知识技能体系，最终确保教学目标有效达成。

比赛教学法作为技校篮球教学的有效手段，在科学设计、规范组织的前提下，能够显著提升教学效果，实现事半功倍的教学效益。

#### 参考文献：

- [1] 于振峰. 论比赛法在体育教学中的作用 [J]. 广西体育科技, 1993(4).
- [2] 毛振明. 体育教学改革现状和展望 [J]. 浙江体育大学学报, 1993(4).