

高校篮球教学中学生战术意识的培养策略

莫会逸

广东茂名幼儿师范专科学校 体育学院 525200

摘要: 篮球运动是我国高校体育教学中的重要项目,但是在实际教学活动中,高校体育教师将更多的关注点置于学生篮球能力和技术的培养,而对于篮球中最重要的战术意识没有纳入教学的重点内容、故以新时代为背景,高校体育教师更应加强对篮球理论知识、融合战术和技术等方面的教学,以实际需求为基础,提升学生的篮球战术意识,提升教学成果,进而为高校的素质教育打下坚实基础。本文结合篮球战术意识的概念和意义,着重分析了篮球战术意识在竞技体育中的重要性,并就我国目前篮球战术意识培养过程中存在的问题,指出相应的解决策略。

关键词: 高校体育; 篮球战术; 篮球教学; 培养意识

一、前言

我国大学生体育教育的主要内容包含很多,其中篮球项目是能够增强学生身体素质的重要途径。在高校篮球的教学过程中,基本流程大多以篮球技能、文化和集体意识为基础,根据合理的课程教学体系,培养学会对篮球项目的兴趣,加强学生的体育意识。由现实角度分析,篮球项目是一项具有竞技力的项目,吸引学生参加篮球项目的关注点在于篮球比赛,而在教学过程中,如果忽略对篮球战术意识的培养,则会在很大程度上影响学生对篮球文化和篮球运动的体验^[1]。故教师在高校篮球教学过程中,应该着重关注篮球战术的内在涵义,提高篮球教学工作的层次,另篮球战术意识在篮球竞技中的实效性。

二、培养高校学生篮球战术意识的重要性

(一) 篮球战术意识的概念和意义

篮球的战术意识指的是篮球运动员处在长期对抗和训练的过程中,对篮球运动规律的掌握和篮球运动本质的认识。这种认知可体现在个体对篮球运动轨迹的判断,对竞争对手的技术和动作进行预判,与团队的合作技巧,在篮球运动中对篮球竞技战术、技巧和身体优势的充分发挥和运用。篮球战术可分为篮球技术、方式方法和形式三个点,这三个点之间存在相辅相成、互相依赖的特点,在对篮球进行教学的过程中,不可偏废任何一方的选手。篮球战术具备灵活性、节奏性、实践性和协同性等特点。个体篮球战术意识能够对球场的即兴发挥能力、技术目的性、行动预判性和团队整体配合情况等过程产生作用。运动员要想正确运用篮球战术,就必须时刻保证头脑清醒、明确自己的目的,能够准确预见和判断球场上发生的变化。利用自身优势,及时改变防守战术和攻击时机,以取得胜利为主要目的。

(二) 篮球战术意识的重要性

篮球作为一项竞争性较为激烈的项目,对运动员的身体素质、技巧和战术意识等都有很高的要求。在进行激烈的对抗和多变的情况下,篮球运动员只有具备较强的战术意识,才能够正确判断球场上的任何突发情况,并根据自身的情况和优势进行解决和处理,在球场上发挥出更好的作用。篮球战术就是篮球智慧的结晶,战术意识可用来衡量运动员和团队水平的标准^[2]。篮球战术的运用通常都在一瞬间,但是个体篮球意识的形成是一个很漫长的过程。要想培养个体的篮球战术意识,就需要学生坚持科学的体育锻炼规律,教师进

行合理科学的指导,对学生进行长期的教育和训练,让学生自己在球场上不断总结经验,改进篮球技巧,提升自身的身心素质和篮球技术。

篮球是高校学生体育学习的末期阶段,在高校篮球的教学过程中,着重战术的教学时可非常可行的,且具备一定的必要性,具体表现在:大学生对于篮球运动已经具备一定的知识和技巧,高校体育教师团队力量雄厚,在实际教学过程中,对学生的篮球战术意识进行培养能够提高学生的篮球水平,将高校篮球教学的优势充分显示出来。篮球战术教学作为篮球教学过程中的高级阶段,需要对竞技体育方面有所了解,篮球战术是非常重要的,进行篮球战术的教学,能够补充学生未学到的知识,提升学生的竞技水平,对学生体育意识的培养起到良好的作用。

三、高校学生篮球战术教学中存在的问题

(一) 篮球战术教学未得到高度重视

高校篮球教学面向的是高校学生,教师在教学活动中扮演着引导者和辅导者。故篮球教学的目的是为了提升学生对参与篮球的积极性和篮球技术,增强学生的体制和能力。但是在实际的教学活动中,体育教师对篮球文化的理解和掌握需要加强,从基础和根本上研究出篮球战术教学的方式和策略。表面来看篮球教学是培养学生,内在层面也是提升体育老师能力和发展的过程。我国高校的篮球教学发展过程中,体育教师更关注与从教学经验,授课内容和教学理念等方面找寻篮球的教学精髓,对于学生体育素质和篮球战术教学,关注度不够。

(二) 篮球战术在实际运用中效果不佳

当今时代,我国的篮球教育方式还采用传统的模式,灌输式教学,也就是说教师先叙述理论知识和动作要领,然后指导学生进行实际训练。这样将教师作为主体,而忽视了课堂应以学生为主体的理念,对学生的发展有很大的影响。在课堂教学过程中,缺少提问、质疑的环节,学生对于教师讲授的篮球战术知识不能完全理解和运用,造成学生无法培养战术能力和预判能力。我国高校篮球战术教学成果不理想的影响因素主要分为两点,一是教师的教学模式,二是学生应用篮球战术的意识不够。高校体育教师应引导学生运用篮球战术思维,将竞技教学作为篮球教学的主要手段,以培养学生兴趣为主要目的,逐渐提升学生的篮球战术意识和竞技能力。这样才能提高学生的看球战术意识,提高竞技水平^[3]。

四、培养篮球战术意识的有效策略

在有限的教学实践过程中,教师应制定有效的教学计划,有目的地对学生进行篮球战术意识的培养,这样培养应在实践训练中潜移默化,将学习和练习与实际竞技中变化的应用结合在一起,将篮球战术教学的内容进行反复训练,使学生能够提高动作技术和相互之间的作战默契,从而逐渐形成遇到变化或突变情况能够有发射性行动,为学生的未来奠定基础。

(一) 加强学生的篮球战术理论知识

目前我国体育科学逐渐向综合学科发展,各项学科与体育训练学不断结合,极大地促进了体育项目的发展。通过了解当前国际篮球劲旅的结构可知,理论知识和专项知识是基础,如果以身体条件为中心,训练过程只关注于技术、战术,而忽略了学生的理论知识和文化素养,就会造成学生无法跟进篮球项目的发展趋势。在篮球教学过程中,文化知识和理论知识是基础,是学习篮球战术意识必不可少的条件。只有懂得采用先进的科学知识,学生才能够快速掌握作战技术,实现培养战术意识的目的。

(二) 明确篮球战术的规范

对于每个学习篮球技术的学生而言,要想学好看球技术,必须全面掌握扎实、有效的基本技术。篮球战术意识是通过熟练的篮球技术才能显示出来的,因此在训练过程中应注意技术自动化的培养^[4]。尤其重要的是,要想使战术意识贯穿整个训练过程,就需要将战术训练和培养战术意识进行结合,不断运用,提升战术的运用能力。经过篮球的各项训练,提升战术水平,在实际竞技比赛中,才能发挥出更好的作用。因此在篮球教学过程中,需要教师指导学生进行大量的战术训练,实现提高战术意识的目的。

(三) 培养思维观察力

篮球战术意识的灵魂是思维,根据篮球竞技的特点,对篮球战术思维进行专项训练,并通过训练将战术意识和运用技术结合在一起,进行有目的的比赛,是提高篮球战术意识的最有效途径。通过篮球比赛,可以使学生对复杂的赛场情况有相应的判断能力,分析对手的意图,是团队成员更加团结默契,结合所掌握的技术和理论知识有针对性地应对赛场上的变化,让学生手握主动权,同时学生的瞬间思维能力能够得到很好地训练,促进学生战术思维指导动作。学生在比赛中需要对空间、方位和距离进行准确的观察,尤其是赛场上迅速变化的各种关系,学生需要能够及时准确地判断,并根据运动走向,制定作战计划。以此同时,对于学生专项智力的培养也是非常重要的,每一项运动和作战技术都需要学生的智力支持,而篮球规律的认识和理解也是离不开学生智力水平。故提升学生的质量水平是培养学生篮球战术意识的基础和必要条件。

(四) 创新篮球战术教学方式

篮球战术教学在体育教学中具有特殊性,当今时代大学生的个性非常鲜明,若是采用传统的教学方法,无法实现实

际教学需求。故高校篮球战术教学方式应得到创新,目的是为了吸引学生学习兴趣及提高学习热情。这就需要在教学活动中,根据实际情况和需求,采用适合的新方式进行教学。如采用多媒体设备,将多媒体技术结合到实际作战中,在视频播放的同时,对篮球技术和战术意识进行分析和讲解,令学生在观察多媒体视频等资料时,能够了解运动员的身法和技巧,学习篮球战术规则。在篮球战术的教学过程中,教师需要转变纸上谈兵的传统教学方式,将学生分小组进行比赛、分组练习等,通过比赛和练习让学生了解篮球战术的重要性。与此同时,教师还需要凭借战术训练培养学生的应变能力,将战术运用到整体教学过程,让学生从心理培养战术意识。

(五) 注重学生的心理和作风训练

篮球项目对身心素质的要求比较高,心理训练是提高学生心理素质稳定性的必要途径,而作风训练能够提高学生运动道德和品质,两者兼得才能保证学生提升篮球战术水平。故教师在对准学生进行篮球战术训练的过程中,一定要加强对学生心理和作风的训练,对学生的心理有目的的施加影响。一般而言,对于学生的篮球心理训练方法有几种:自我暗示、放松、注意力集中和令动训练等,在实际教学中,教师需要对学生的文化素质提出较高的要求,采用篮球明星和专业赛事对学生进行精神和道德的教育,让学生树立健康正直的体育理念。在篮球战术训练的过程中,教师不仅要训练严格要求,对教学方式创新,使学生的团队精神和遵纪守法的意识得到加强,还要采用激励的方式使学生的身心得到放松,引导学生在训练中调节身心,保持较好的情绪,令学生在训练过程中,更加注重战术培养的过程,而不是只看重比赛结果。

五、结语

篮球战术意识的培养是高校体育教育中较为重要的环节,是决定篮球比赛获胜几率的关键点,也是高校体育教师用于深化篮球知识、内涵,培养学生体育素质的重要途径。面对现有篮球教学的不足之处,体育教师应结合实际需要和问题,及时进行创新和改正教学方式,加强对理论知识的掌握程度,提高学生之间的默契和对于战术技术的运用,进而提升高校学生的篮球水平和篮球战术意识。

参考文献:

- [1] 陈强. 高校篮球教学中运动战术意识的培养[J]. 灌篮, 2019, 000(026): P.44-45.
- [2] 张成龙, 刘雷. 高校篮球教学与训练中中学生战术意识的培养研究[J]. 体育风尚, 2020, 000(002): P.41-41.
- [3] 郑汉, 任春香, 祝振军. 高校篮球教学与训练中中学生战术意识的培养研究[J]. 青少年体育, 2019, 000(008): 100-101.
- [4] 王罗景. 高校篮球教学中运动战术意识的培养研究[J]. 环球市场, 2019, 000(006): 126, 128.