

# 初中生篮球教学训练的实践探索

孙海峰

如东县岔河中学 江苏省 南通市 226403

**摘要:**在初中体育教学中,篮球教学受到师生的喜爱,然而,怎样在有限时间当中,提升初中学生学习的主动性,提升篮球教学的效率。本文在初中教学改革背景之下,分析如何创新初中篮球课堂教学,并且提出行之有效的训练方法。希望切实增强学生综合素质。

**关键词:**初中生;篮球教学;训练;实践

## 一、引言

对于初中生篮球意识的培养来说,就是应当抓住技术性的篮球教学内容展开实际渗透,并且对此展开反复练习与强化,使得学生们能够具有篮球意识。然而此种意识都是默化潜移培养出来的,进一步地养成以及产生正确的一种篮球的“潜意识”,即篮球意识。当然,正是由于具有这种潜意识,才可以有效指引学生们在篮球竞赛过程当中完成无法想象的高难度动作,并且能够打出平时训练过程当中没有练习的配合动作。

## 二、初中篮球教学中存在的问题

第一,教学方法比较无趣单一,根据相关调查可以发现,初中学生喜欢篮球活动,在实际生活当中,大部分成员都非常喜欢这项运动。但是,这些教师能够实现课堂教学目标的基础。倘若教师所选择出来的活动形式比较无趣且单一,势必使得篮球课程教学变得更加的枯燥。在篮球教学中,教师教学方法就是展示标准的动作,再让学生们进入放养的一种状态,教师和学生间缺少一定的互动。这样的教学模式中,绝大多数学生就会渐渐地失去学习的兴趣。

第二,地位低下,初中体育课程在教师心中、在大部分学生心中“地位低下”。在我国应试教育影响下,音体美课程被人们放到“副科”的位置上。即便篮球项目深受初中学生的喜爱,在面对“应试”以及“爱好”选择过程中,学生们还是会选择“应试”。让这些课程逐渐为主科服务。

## 三、初中生篮球教学训练的实践探索

(一)采用灵活训练方法,提高学生学习兴趣

初中阶段的学生思维活跃,具有较强的自我表现欲望,但是学生的学习持久力和主动性相对较差。所以在此过程中,教师应当运用到分组训练、团队训练等方式,把篮球技能训练以及动作要点有效融合,提高学生综合素养,此时还应当适当加入一些趣味的小游戏,例如运球比赛等活动,从而增强学生们运球的技能,通过创设兴趣课堂,在篮球教学的编排中加入多种元素。在教学过程中,教师应当掌握基本的篮球技巧,对于不同的教学环节进行有效过渡,从而提高学生的学习效果。例如,在休息过程当中,教师需要为学生们讲述NBA以及CBA实际的动态,或者播放相关比赛的视频,进一步地引导学生们交流探讨,并且鼓励他们向喜欢篮球明星学习,提升自身素养。引导学生不仅要学习篮球技能,也应当学习篮球明星的运动精神。通过观看国际比赛,能够激发学生的爱国情怀,使学生在篮球训练课程能够直面困难并克服困难。

(二)在教学中,培养学生传球配合意识

传球意识就是建立在球员实战基础以及良好篮球意识方面,它就是球员根按照比赛的客观实际,在正确判断的基础之上,应当有效运用篮球传球的技术,以此实现战术目的,在争取到篮球比赛的主动权时,能够发挥出来神经应急的一种反射意识。在主观层面,主要就是有效了解篮球运动的知识,篮球意识的养成需要相关知识当作基础。在教学篮球理论知识过程当中,使得学生们能够在比赛、训练中,都可以自觉地完成相关的任务。另外一点,专业技术化水平。受到系统专业训练的球员,他们在传球意识方面,可以比非专业的要强一些。此外,对待学习态度,态度其实是学生们最好的老师,良好学习态度可以使得学生们在训练过程当中,发挥出来积极促进的作用。此外,学生身体协调的能力也会具有一定的影响。

客观方面就是体育教师自身的指导水平,教师本身对篮球运动项目的理解深度等均和传球意识具有密切的联系。此外,训练所应用的手段以及方法,教师能够设计出来传球训练的方法能否有助于学生增强传球技术,能否有助于加深学生的理解。学生们篮球意识的培养目的就是为了比赛,同时比赛又能够提升以及检验学生们的篮球意识。在比赛过程当中传球以及课程教学训练过程当中传球碰见的情况具有很大区别。例如,在日常训练中,需要对双人间接球进行加强,还应当加强训练三人间接球的活动。

## 四、结论

综上所述,初中体育教师在篮球教学过程当中,尽管学生们具有非常大的热情,但是教师在实施课程教学目标时,依旧会很多的问题。因此,初中体育教师应当注意发挥出主导的价值,让学生们始终保持对篮球运动学习的兴趣,进而能够生成终身体育意识。

## 参考文献:

- [1]周兴伟.对高校篮球教学几个重要问题的思考[J].北京体育大学学报,2007(3):389-391.
- [2]薛岚.论篮球技战术教学的最优化问题[J].上海体育学院学报,2000(2):65-67+70.
- [3]谢爱文.刍议高中体育篮球训练的特点及其教学策略[J].当代体育科技,2015(29).
- [4]邵明昊.“新课改”下篮球教学在历下区中学体育课程中的发展研究[D].山东师范大学,2018.