

# 浅谈篮球游戏在高校体育篮球教学中的应用策略

乔晓光

吉林体育学院 130000

**摘要:** 篮球在我国现在的年轻人中越来越拥有广泛的市场。因此,以高校学生对篮球的热情为思想基础,以科学的篮球游戏教学方式作为教学行动指导,在高校开展篮球教学,可以有效培养我国学生的篮球专业化水平,并且有效提升学生的身体素质,提升学生团队协作能力。与此同时,通过对篮球规则的学习和遵守,可以有效培养学生的核心素养和规则意识,使完成社会主义现代化教学目标中培养学生综合素质的教学目标得以实现。

**关键词:** 篮球游戏; 体育篮球; 策略

高校在开展篮球课程教学过程中,需要紧密结合篮球科目的特征,通过篮球游戏活动的形式,提升学生的篮球学习热情,使学生熟练运用各种篮球技术,充分发挥篮球教学具有的集体性与趣味性优势,激发学生的自主学习动力,为学生提供更加活跃、轻松的篮球学习环境,提升篮球教学工作的质量和效果。

## 一、高校体育篮球教学现状

### (一) 高校体育篮球课程发展不均衡

从高校体育教学的整体情况来看,受地区经济以及高校自身发展等多种因素的影响,体育课程的教育水平和质量本身参差不齐。从高校自身发展的情况来看,体育课程的教育水平和教学质量是篮球教学活动开展的基础,如果体育课程教学水平不高势必影响到篮球教学的质量。其次,受地区经济影响,一些高校缺乏较强的师资力量和基础设施环境,在高校体育课程篮球教学中难以实施标准化教学,学生缺乏完整的学习环境,也影响了篮球教育教学的质量和效率。

### (二) 篮球教学方式方法单一

高校体育篮球教学过程中,教师采用的教学方法以及应用的教学理念对于篮球教育的影响较深。从体育篮球教学的现状来看,一些教师在篮球教学过程中受到传统教学观念的影响,在体育课程篮球教学中关注学生对篮球技能的训练,并且结合学生的实际学习情况来纠正学生在学习中的错误。这种机械式的教学与训练方式难以激发学生的学习兴趣,也影响了学生学习的积极性。在高校体育教育教学改革的大背景下,传统的课程教学方式方法已经难以适应需要,只有顺应青年大学生的个性发展,关注学生在篮球运动中表现出来的个性差异,才能有效提高篮球教育教学的质量和效率。

## 二、高校篮球游戏教学的实践价值

在教育制度改革的背景下,高校体育教学工作获得了较大的关注,体育游戏活动的开展广受学生欢迎,在体育教学工作中发挥了良好的作用。与其他教学方式相比,体育游戏具有休闲性、娱乐性和趣味性等特点,能够为学生营造一个生动活跃的学习环境,提升学生的参与意识和竞争意识,不但增强了个人的身体素质,而且从中获得了更多的学习乐趣,有益于学生的身心健康成长。将游戏教学方式运用到高校篮球课程教学中,具有以下几方面的实践价值:首先,高校组织学生参加篮球游戏活动,能够提升学生的学习兴趣。篮球运动涉及的技术十分复杂,增加了学生运用的难度,尤其是学生训练某种篮球技术的过程中,需要重复多次训练,往往会失去耐心和动力,降低对篮球知识学习的兴趣。因此,开展篮球课程教学时需要借助篮球游戏活动的方式,使学生主动参与到篮球游戏中,让学生熟悉并掌握各项篮球技术的同时,提升学习效果。其次,在篮球课程教学过程中融入不同类型的篮球游戏,能够使学生在参与过程中实现师生、生生

之间的深入沟通与交流,增进师生间的情感,构建更加和谐、融洽的学习氛围,为学生提供更多自主学习机会,突出学生在篮球教学中的主体地位,激发其主观能动性,确保高校篮球课程教学工作达到相关要求。

## 三、高校篮球教学中开展篮球游戏的重要性

### (一) 培养学生对篮球科目的兴趣

篮球运动对体能和思维以及团队意识都具有极高要求的运动。通过对篮球的训练,学生的耐力,力量以及组织能力和团队意识都会得到有效的培养。而如何启发学生对篮球的兴趣,鼓励学生走进篮球场便成为现阶段篮球教学工作的核心思想。篮球游戏的教学方式通过游戏的形式开展篮球教育,可以有效引起学生对于篮球的兴趣,通过游戏的方式了解了篮球运动之后,学生便不会对篮球运动感到陌生和紧张,从而积极主动参与到篮球科目的学习之中,并且通过日常篮球游戏的参与,学生的篮球素质也会得以有效培养。在我国大学生篮球比赛中,夺冠的男篮主要是华侨大学,说明生活在国外的华侨子女,受到篮球文化的熏陶和篮球教育更为丰富。而夺冠的女篮几乎都是天津财经大学。这与我国地域有一定的关系,由于天津财大的学生大多是来自河北和东北地区,而这一地区的女生在身高和体能上有着先天的优势,因此在篮球项目的参与中有着较好的体能优势,同时天津财经大学篮球科目的教学也较为科学化,使得天津财经大学的女篮得以脱颖而出。

### (二) 在游戏中培养篮球素质能力

游戏教学法作为一种轻松愉悦的教学方式,不但可以保证学生较高的课堂参与度,而且避免学生在参与教学互动的过程中产生较大的精神压力,使学生在良好的课堂氛围中学到篮球知识,并且在游戏中可以有效锻炼学生的自助创造能力以及篮球素质能力,使学生为参与到正规篮球训练中做好基础性准备。

### (三) 培养学生的规则意识

所有体育运动的开展都是以规则为前提的。只有所有参与运动的人都遵守规则,尊重规则,体育项目才能得以有序开展,并且顺利进行。因此,规则在所有的体育项目中都是十分重要的,尤其是篮球这种具有一定身体对抗性的团队运动,其相关规则更是十分纷繁复杂。因此,在篮球训练中以篮球游戏的方式开展教学,通过游戏规则的制定,使学生在参与篮球游戏中的时候便认识到规则的重要性,并且严格遵守游戏规则,从而形成良好的规则意识。而这种意识迁移到篮球运动中,便是对比赛规则的重视,从而使得学生在比赛中避免犯规现象的出现,同时在生活中也会对社会公共秩序的遵守形成一定的思维体系,对于维护社会稳定有序也能起到相应作用。

## 四、篮球游戏在高校体育篮球教学中的应用策略

### (一) 分析学情, 保证教学的针对性

在篮球教学活动中, 通过对学生学习兴趣的分析, 制定具有可操作性与可实施性的教学目标, 使教学活动变得更加针对性, 为高质量教育工作的实施打下坚实的基础。实际教学活动中, 需要教师做好以下准备工作: 第一, 分析学生学习基础, 了解学生兴趣爱好。学生作为独立的个体, 对体育学习有自己的看法。有的学生非常喜欢篮球运动, 认为篮球可以带给自己快乐。有的学生则是比较讨论体育运动, 认为运动会带给自己压力, 使自己的身体与心理处于消极的状态。通过对学生篮球运动喜好情况的分析, 可以了解参与篮球学生的综合情况, 能够为个性化游戏篮球教学目标的建设做好铺垫。第二, 科学设计教学活动, 明确教学的重点与难点, 并采用生动有趣的方式体现出来, 减少学生的抵触情绪, 提升课本知识教学效果。在篮球游戏教学活动中, 加强与学生的互动, 保证教学目标建设的针对性与有效性, 使学生在教师的指导与帮助下快速投入课本知识学习中, 掌握篮球运动技巧与方法。

### (二) 发挥体育教师在篮球游戏教学活动中的主导与启发作用

高校篮球游戏教学涵盖了篮球知识介绍、篮球技能示范及裁判等内容。大学生非常喜爱篮球游戏, 学习热情很高, 教师应发挥自身的主导和启发作用。高校教师在开展篮球游戏教学过程中, 其知识讲授是否生动、形象, 篮球游戏设计是否具有科学性, 奖励与惩罚是否体现公平性, 均与篮球游戏教学成效紧密相关。体育教师讲授篮球知识时, 应确保简洁明了, 给予学生更多自由练习的时间。示范篮球动作时, 应做到精准, 保持姿势端正。

比如, 教师组织学生参加投篮游戏时, 可以先向学生示范十投九不中的情况, 阐明投篮的姿势与动作应该标准、端正。此外, 做好裁判工作非常关键, 在满足相关游戏规则和要求后, 要确保游戏的公正性, 进而使篮球游戏活动有序开展。

### (三) 热身运动中渗透游戏, 激发学生行篮球教学

在篮球教学活动中, 热身运动十分重要, 是帮助学生快速适应高强度篮球训练与运动的前提。以往篮球热身运动中, 教师会带领学生进行压腿、伸展运动, 热身运动模式比较单一, 无法激发学生篮球运动积极性。在游戏教学模式中, 教师可以采用多种不同的方法进行热身运动, 放松学生的肌肉与关节, 活跃身体, 为高质量篮球教学活动的开展提供基础保障。

例如, 在篮球教学活动开始前, 教师可以带领学生进行队列练习, 在游戏的过程中, 要求学生围成圈。游戏开始, 教师指定任何一人从逆时针或顺时针方向开始游戏, 第一人说:“立正!”同时做稍息的样子。第二人应接着说:“稍息!”同时做成立正的样子。第三人应接着说:“向左转!”同时做向右转。第四人接着说:“向右转”同时做向左转。如此交替进行。如果某人发生错误, 必须为大家表演一个节目。然后从发生错误的人开始, 继续游戏。在游戏活动开始前, 将游戏规则告知学生: 第一, 讲话与动作必须同时进行; 第二, 前后两人之间不能停顿时间过长, 否则为失败。通过这一热身运教学, 锻炼学生的反应能力, 使学生在游戏的过程中身体与心理得到放松, 为接下来篮球运动技能教学活动开展做好准备。

### (四) 紧密结合高校篮球教学纲要, 确保篮球游戏设计的合理性

教师应紧密结合高校篮球教学纲要, 确保篮球游戏设计与选取的合理性。通过科学分析和研究后, 选取合适的教学

内容融入到篮球游戏活动中, 保证篮球游戏活动顺利进行。比如, 教师可将橄榄球游戏作为主要模型, 引导学生将篮球场的两侧底线当成关键点, 教师作为裁判负责抛球, 两边学生需要抢球并把抢到的球传给队友, 队友不可以跑开, 仅可以站在原地护球, 然后通过传递的形式传至最后一名队友手上, 当队友将球压在底线上面后, 判定为赢方, 对赢得比赛的队伍进行一定的奖励, 输了比赛的队伍接受适当的体能惩罚。

### (五) 将游戏应用于技术技能的教学

总体来说, 高校阶段的体育课程篮球教学活动中, 篮球技能和技术的教学依然是最重要的教学内容。但传统的课程教学模式, 针对篮球技术和技能的教学主要以讲练和演习的方式为主, 这种模式下, 大多数学生普遍认为篮球课程枯燥无味, 难以长期坚持学习。尤其是对于初次接触篮球的学生而言, 在这种枯燥的模式下学生会产生强烈的抵触心理, 不利于学校的体育综合素质培养。因此, 教师将游戏教学与篮球教学活动结合起来能够寓教于趣。使学生在写作而愉悦的游戏情境中更好的掌握篮球的相关技术要领, 例如组织学生原地投篮、行进间投篮等各种技术动作的过程中, 教师为学生设计“活动篮筐”, 在这样的游戏活动中, 学生才能更加轻松的掌握含球相关的技术动作。同时, 为了让学生将技术动作深化, 教师还可以组织学生进行友谊竞赛, 这样的游戏活动中学生能够将所学到的篮球技术动作进行灵活运用, 进一步提高学生的篮球综合素质。

### (六) 应用于教学结束缓解阶段

学生经过一节高强度的课程锻炼之后, 肌肉和神经都处在紧绷状态, 因此教师应该及时帮助学生放松肌肉消除学生的紧张状态, 这样才能更好的保障学生的运动健康。以往的高校体育篮球教学中教师采取的缓解方式较为单一通常都是让学生慢步缓走, 并且大多数环节流程过于形式。针对这样的现状, 将游戏活动运用于体育课程结束的缓解阶段, 可以将具体环节与游戏元素巧妙结合起来。例如教师可以带领学生一起开展“组字游戏”, 让学生在相互合作的过程中通过自己的身体四肢摆成不同的字, 这样的方式能够寓教于乐、寓教于趣, 使学生在缓解的过程中更好的愉悦自身的, 身心从而获得更好的学习体验学生, 在这样的情境中也能回味无穷, 为接下来的篮球教育教学活动开展奠定了更加坚实的基础, 也为学生的终身体育运动意识提供了坚实的保障。

## 五、结语

在我国现代化的素质教育中, 以篮球游戏的方式开展高校阶段的篮球教育, 与我国现阶段教育的目标是相符合的, 与此同时也有效推进了教学制度在我国教育领域的改革过程。因此, 注重高等教育阶段篮球科目的教学成果, 就需要将篮球游戏教学方法在篮球教学中得以充分的利用。以理论的方式逐步深化到篮球教学中, 通过篮球游戏的教学方式以实践性的方式展现出来, 便可以有效为高校篮球教育的发展提供动力。

## 参考文献:

- [1] 王杨. 篮球游戏在高校体育篮球教学中的应用[J]. 科教导刊, 2017, No.324(12): 146-147.
- [2] 史永刚. 篮球游戏在高校篮球教学中的运用[J]. 读书文摘, 2016(14).
- [3] 刘海平. 篮球游戏在高校篮球教学中的应用分析[J]. 青少年体育, 2018, 000(008): 63-64.
- [4] 辛双雷. 浅析篮球游戏在高校体育篮球教学中的应用[J]. 中外企业家, 2019, 637(11): 189.