

探究中职篮球运动教学存在的问题及改进措施

冯珂峥

辽宁省鞍山技师学院 辽宁 鞍山 114000

摘要:随着物质生活水平的逐步提高,以及“互联网+智能手机”的普及,中职学生对篮球运动的兴趣愈加淡化,致使篮球运动能力逐步弱化。着力做好中职篮球运动教学,对于有效提高学生身体运动素质具有重要意义。基于此,文章对当前中职学校体育课篮球运动教学现状进行分析,进而提出了一些具有针对性的教学建议和教学创新方法,有针对性地进行教学创新改进,进而切实不断提高学生的身体综合素养,助力学生顺利升学和就业。

关键词:中职学校; 篮球运动; 兴趣意识; 多媒体; 体能训练

近年来,我国对篮球教育的重视程度及人们对篮球的喜爱程度日渐提高。篮球运动对参与者的身体素质、技巧、运动意识有着较高的要求,可以很好地锻炼学生的身体运动和协调能力。篮球是学生在日常生活中锻炼身体的一项体育运动,但部分学生对篮球的了解程度还不够,基本的动作还不标准,这要求教师让学生了解与篮球相关的知识,探索中职学校篮球体育课程教学的新方法,为我国的篮球教育事业贡献力量。

一、中职篮球课程现存问题

(一) 部分学校不重视体育课程

现阶段,部分学校相对比较重视学生的学业,中职的技能培训也是以教学为主,将体育课作为副科,作为学生放松身心的一个科目。部分学校用于发展专业体育课程的资金投入不多,篮球训练的教练不够专业。在个别学校,体育课程有时甚至会被其他课程占用,这样学生很难真正得到锻炼身体的机会与放松时间,难以舒缓学生紧张的学习压力,无法真正落实核心素养的培养要求。如果学生缺乏体育锻炼,就会感到身体和精神上的疲惫,身体素质下降,再加上较大的学习压力,学生的身心健康发展可能会受到限制。运动是解压和宣泄情绪的一种方式,能够让学生随着运动消除不开心的情绪。适当的锻炼可以缓解学生的学习压力,而且篮球是比较专业的一种体育活动,其考验学生的灵活应变能力与团队协作能力。中职本就是培养技能与实践人才为主的教育基地,学生有了良好的灵活应变能力,形成了良好的合作精神,进入社会后才能更好地适应社会。

(二) 部分中职体育专业师资不足

中职的教育重心是培养学生的行业技能,对体育的投资相对不多,导致体育课程的教学师资相对不多。有的中职体育教师的专业技能水平还未达标,没有形成较为规范标准的体育运动意识,对学生的体育锻炼要求不够严格,开展体育课时有时没有规范地指导学生。在教学篮球时,如果教师没有进行专业的规则讲解和监督,很容易出现磕碰、撞到其他同学等危险情况。目前,在一些中职学校篮球课程中,因为有些教师的篮球专业度不高,较少给学生讲述关于篮球的基本知识,如防守对手、传接球、持球突破等,主要让学生学习运球、传球等基本动作。在这样的情况下,学生不仅不能准确做好篮球的标准动作,还会因为没有进行适当的热身运动,导致肌肉拉伤等问题。这样的篮球体育课堂没有给予学生成长空间,会导致学生逐渐对篮球失去兴趣,对于课堂上

教师的指导及动作的训练也会逐渐敷衍,以这样的状态对待篮球的学习很难获得进步,而且学生没有从中形成明确的体育意识。有的教师很少根据学生的身心发展制订科学的教学方案,篮球体育课堂教学质量不高,难以发挥体育精神中篮球项目合作共赢的积极作用,学生身体素质得不到有效锻炼,人际关系和合作精神也无法得到良好发展。

(三) 体育设施

中职学校以技能型教育为主,故有些学校的专业体育设施不健全,学生能够选择的体育锻炼方式不多。篮球场不够规范,范围不够大,篮筐不多,篮球和塑胶球场质量欠佳等,是目前部分中职学校篮球体育教学面临的主要问题。在上体育课时,如果体育器材设施不足,就无法提升学生对篮球教学的兴趣。体育课程中篮球属于合作竞技型运动,是培养学生合作、团结、坚持与遵守规则等体育精神的最佳方式,能够健全学生的个性品德,锻炼学生的社会交际能力,使学生学会与人友好相处,懂得忍让与尊重,品性修养得到磨炼,为学生未来的发展打好基础。中职学生学习专业技能是为了进入社会后能够有良好的发展,而良好的人际关系与合作精神是社会生活不可或缺的能力,因此要保证中职学校篮球课程的教学质量。为保证中职学校篮球课程的教学质量,就必须从篮球器材设施开始优化,给学生提供良好的教育环境,让学生认真对待每一次篮球教学,配合教师和同学的篮球实训,真正地达到身体锻炼与精神素质锻炼的效果。

二、中职篮球运动教学的改进措施分析

(一) 教师要让学生熟练掌握基本功及提高动作的准确性

体育教师不能为了让学生达到预期的目的而让学生直接开展训练。体育教师应该先对学生开展基本的篮球课程教学、讲解,让学生明白篮球中的基本步伐,如投篮、传接球、运球、持球等不同的方法,以及在遇到一些情况时需要用什么样的方法防守等。教师可以选择一些视频配合自己的讲解,让学生更加了解篮球的基本内容,让学生对篮球产生基本兴趣。如果教师不能让学生熟练掌握基本功,而是让学生直接上场开展实操训练,学生不知道基本规则,场面会直接乱作一团,严重的甚至还会出现学生受伤的情况。在学生训练时,教师需要观察到每一位同学的动作,尽量让每一位同学的动作都能够标准、流畅。

(二) 体育篮球教师提高教学质量

学校需要让体育篮球教师在假期时间培训或听课,观察其他学校的优秀体育篮球教师如何授课,然后借鉴好的教学

方法纳为己用。教师需要了解篮球及把握球的状态,才能够教给学生正确优秀的内容。教师应该让学生对篮球课程产生兴趣,让学生在课堂上全身心地投入训练。教师需要在课前做好准备,明确这节课需要让学生掌握什么内容,需要把控班级的上课时间以及班级学生的身体状况、学习程度等,针对这些内容完善备课的内容。

(三) 将课程内容与游戏相结合

体育教师需要引起学生学习兴趣,让学生积极主动地学习、体育教师可以将课程内容与游戏相结合,如可以让学生进行直线运球,用最快的时间、最标准的动作走到指定的地点,运球过程中不掉落篮球的人就是获胜的一方,可以获得教师的表扬和奖励。体育教师可以设置丰富多彩的游戏,让学生在比赛中练习技能。这样学生就会对体育课程产生期待,大大地提高学生对篮球体育课程的兴趣,让学生能够全身心投入篮球的练习中。

(四) 根据学生身体状况差异开展有针对性的教学

体育篮球教师可以在上课前向学校了解每位学生的身体状况,针对不同的学生安排不同程度的练习,避免身体状况不是很好的学生接受高强度的训练,最后导致身体受到伤害。教师需要观察每一位学生训练的情况,给进度较快及进度较慢的学生分别采用不同的训练方式,让学生逐渐提高能力,并增强自信心。

(五) 加大对篮球体育教学的重视力度

学校应该提高对学生篮球体育课程的重视程度,给予学生完善的体育设备,并让学生拥有足够的场地开展训练。学校也可以多次开展篮球比赛,可以是同年级段和不同年级段,也可以是校内以及校外的比赛,让学生增加对篮球的兴趣。

(六) 开展合作比赛活动

体育篮球教师可以让学生参加学校内或学校外举办的篮球比赛,让学生在比赛中增长经验。学校可以开展丰富多彩的篮球活动,可以让学生分成小组开展篮球比赛,让学生根

据自己擅长的领域自由选择队伍中的合适站位,分工合作。如果学生遇到一些专业性、技巧性的问题,教师可以在旁边加以指引,让学生在实操中学习并纠正自己的不足,提高课堂教学的有效性。篮球比赛可以营造轻松的氛围,让学生以游戏竞争合作的形式放松心情,提高篮球运动水平。教师应该鼓励胜利的学生,安慰及指导失败的学生。在实操中学习能够让学生的综合水平快速提高,是非常有效的训练方式。在篮球比赛中,队友的一个眼神和动作,都是对团队默契的考验,而且学生能够从篮球合作中发现自己擅长的方面,开发自身潜力,加以运用发挥,还能观察其他同学的长处,做到取长补短,全面发展,共同进步。篮球运动中最需要团队精神,每个人分工不同,站位不同,习惯的运动方式存在差异,对默契配合有着最严格的要求,故能够促进学生之间交流,巩固学生友谊。

三、结语

总之,中职学生在学校学习知识、运动锻炼、升学成长,最终都要步入社会,成为社会人才。在中职教育中开展适当且专业化的篮球体育教学,不仅能帮助学生解压,强身健体,还能培养学生的社会适应能力,使其明白团队合作的重要性,懂得在集体中发挥自己的优势,用自己擅长的能力为集体做贡献。

参考文献:

- [1] 蔡球鹏. 中职学校篮球教学改革理论与实践分析[J]. 体育世界(学术版), 2020(11).
- [2] 赖伟杰. 中职体育教学中篮球运动的探讨[J]. 现代职业教育, 2019(08).
- [3] 马超. 中职篮球教学训练方式及改进策略研究[J]. 职业, 2020(01).
- [4] 严杰佳. 中职学校篮球体育课堂教学新方法的探讨[J]. 佳木斯职业学院学报, 2019(04).

