

篮球游戏在体育教学多样化改革中的作用及应用策略

前言

随着新课程改革的不断深入,义务教育阶段学校逐渐将素质教育作为教育教学的重要内容,体育教学则将“健康第一”作为指导思想,注重培养学生终身锻炼的意识和习惯。本文运用文献综述、逻辑推理及案例分析等研究方法,对篮球游戏的特点及其在教学环节中的设计要点,以及在初中篮球教学实践中的潜在作用进行讨论和研究,冀望更好地将篮球教育理论和见血实践相结合,丰富教学形式和教学内容,进而提高初中篮球的教学质量和效果。

关键词

体育教育; 篮球游戏; 初中体育多样化

篮球作为世界三大球类运动之一,极具影响力、挑战性和趣味性,篮球运动在广大青少年学生群体中的普及度也非常高。然而,枯燥单一的传统体育课堂教学模式导致学校篮球教育教学存在参与率低、学生兴趣不足、知识学习受限等问题。篮球游戏在初中体育课堂中的实践证明,篮球游戏加强了体育课的娱乐性和趣味性,有利于提高学生的参与度,更好地学习篮球相关的基础知识和技术动作,有助于推进初中体育课堂多样化改革实践进程,提高学生篮球素养和水平。本文旨在分析篮球游戏特点和作用基础上,探讨篮球游戏在初中体育教学多样化目标下课堂设计的策略要点,进一步推动中学体育多样化改革实践。

1 篮球游戏的特点与作用分析

1.1 篮球游戏的特点分析

1.1.1 篮球游戏具备较强的锻炼性

篮球游戏是将篮球运动与游戏相结合,因此篮球游戏中必然具备较强的锻炼性。以“爬格子”游戏为例,学生投

球的起跳阶段需要通过调动腿部肌肉力量完成这一动作,游戏对于学生腿部肌群爆发力的提升具有一定的作用。又如篮球运球接力、双人抱球往返跑等游戏,不仅能够较好地培养学生的篮球球感,同时他们的耐力、爆发力、平衡感等身体素质也可以得到较好的锻炼,因此篮球游戏具备很强的体能锻炼性。

1.1.2 篮球游戏具有浓厚的趣味性

“游戏”顾名思义其本身具有较浓郁的趣味性,如果在篮球教学中加入游戏,就能够使得青少年学生提高体育教学的好奇心和注意力,他们会尽力理解篮球游戏规则和玩法,努力赢得篮球游戏的胜利。因此,在此过程中学生既体会到了篮球游戏的乐趣,同时在潜移默化中对于篮球运动有了更深入的理解,对学生的身体素质提高也能起到一定的促进作用。

1.1.3 篮球游戏具有较强的竞争性

篮球运动是一项竞技性非常高的项目,在比赛中需要运动员在规定时间内通过一系列身体对抗和技战术布置来争

取得分。篮球游戏具有较强的竞争性和对抗性,没有竞争性和对抗性的体育游戏也无法激起参与者极大的热情、兴趣和好胜心,更无法让他们调动起全身肌肉参与到游戏中,最后也就达不到游戏目标。因此,竞争性是篮球游戏的一个重要特征,是为达到最终目的必不可少的一大特点。

1.1.4 篮球游戏具有严格的规则性

现代体育运动都具有技术规则,篮球运动和篮球游戏同样也不例外。在限定的规则和范围约束内进行篮球游戏,有利于保障篮球教学多样化课堂的教学秩序,保证青少年的安全,维护稳定有序的体育课堂,同时在规则的约束下进行篮球游戏,也有利于篮球运动公平性和完整性的表达,使青少年的运动热情能够更好地被激发,而不是自由散漫地进行游戏,否则无法达到体育游戏的目的。

1.1.5 篮球游戏的要求一般比较简单

体育课堂中的篮球游戏并不需要复杂繁琐的道具器械和程序流程,大多数情况下只需要一片篮球场地和几个篮球、障碍物等即可。篮球游戏是为了让学生在比赛中提升自身的身体素质,加强对篮球运动的认识和理解,因此游戏的简单性十分重要,若在游戏中设置复杂难懂的规则和流程,则会导致本末倒置,将教学重心放在了游戏的设置和安排上,忽视了对于身体素质及专项技能的开发和训练。

1.1.6 篮球游戏具有较强的综合性

篮球游戏本身具有极强的综合性,在篮球游戏中学生不但要通过自身的身体素质来赢得游戏,还要通过对游戏的战术布置、团队成员之间的交流及协作、对每一项游戏的规则研究等来获得游戏的胜利。因此,篮球游戏具有极强的综合性,具有高度包容性的综合训练。

此外,篮球游戏还具备多样性特点,有助于丰富篮球课堂的教学,提高学生的创新能力和整体素质。

1.2 篮球游戏在篮球教学中的作用分析

1.2.1 篮球游戏能够提升青少年学生的学习能力

篮球游戏与任何一项体育运动一样,都具有特定的得分规则和获胜方式,都需要参与者通过学习规则、竞技方式、布局战术等来赢得比赛。在体育课堂中,教师一般会先向学生讲解游戏规则,再指导学生进行游戏实践。在此过程中,出于对游戏的强烈兴趣和好奇心学生一般都会认真学习游戏规则,并且认真思考技战术和操作方法去获取胜利,这在一定程度上能提高学生的学习能力,教师通过游戏间接引导学生自主思考篮球的相关知识和技术动作,提高学生对于运动技术动作的认识和理解,增强学生的学习欲和求知欲。

1.2.2 篮球游戏能够缓解学生的心理压力,促进心理健康发展

面对日益激烈的社会竞争和考学压力,许多中学生的心理压力过大,心理健康状态并不佳。体育课是让一门学生放松、缓解压力的课程,篮球游戏能够带给学生身体上的放松,但传统的的教学模式下学生的心理压力不仅无法得到缓解,并且对于部分篮球水平较低、身体素质不佳、体育课成绩始终落后的同学来说,反而还会成为他们的额外负担。因此在篮球教学多样化改革实践中加入篮球游戏,不仅可以带动学生进入轻松愉悦的游戏氛围中,还能调动青少年学生的全身肌肉,在体育锻炼中释放自己、舒缓紧张情绪,有助于学生心理健康发展。

1.2.3 篮球游戏能够增强学生的团队协作意识和沟通交流能力

篮球运动是一项讲求多人配合和协作的竞技性团队项目,队伍中的每一位运动员、教练员、队医等都是不可缺少的一部分,每个人都在各自的位置上发挥着不可替代的作用。而篮球游戏大多也是小组合作,是需要通过集体的力量协作来完成的,因此学生通过在篮球游戏中的协商沟通,可以使学生在游戏中明白集体的成功离不开个人的努力,加深学生对于团队重要性的理解和认识,激发学生的责任意识和集体荣誉感,促进共同进步。

1.2.4 篮球游戏能够有效提升学生的篮球水平,提高篮球教学质量

初中篮球教学的关键在于对学习要素的把握,其中学生的学习能力也是一个重要方面。传统篮球教学形式单一、内容重复性大、学生兴趣不高。加入篮球游戏后,学生更愿意自发地对篮球进行学习,可有效提升学生的篮球水平,提高教学的整体质量。另外,对于体能训练而言,篮球游戏也可以起到调节作用,有利于减轻身体疲劳感,进而提高教学质量。例如对于篮球运动中的步伐练习,教师可以通过设计“鸭子步”小组接力赛、滑步往返跑障碍赛、高抬腿接力赛等游戏形式丰富课堂教学内容,达到教学目的和整体目标。

1.2.5 篮球游戏还能够培养学生良好的道德品质

遵守规则是每个人最基本的品质和素养,初中生正处于规则意识形成的重要阶段,需要正确引导。通过篮球课堂中的篮球游戏,教师应指导并教育学生要自觉遵守游戏规则,公平公正地对待游戏,培养学生的规则意识和约束自身行为的意识,并引导学生不仅是在课堂的游戏中要拥有这类意识,在学校里、社会上同样也要时刻规范好自己的行为,要具有“为自己行为买单”的责任道德意识,养成良好的行为习惯和道德品质。

2 篮球游戏在初中体育教学多样化中的应用策略

2.1 围绕核心问题加强篮球游戏设计的针对性

将游戏加入到体育课堂的原因,正是由于其对提高篮球专项技能水平和篮球素养具有效果,因此需要提高游戏设计的针对性。若出现盲目设计,与篮球主题相脱离,那不能让学生在比赛中提高专项技能,缺失了对身体素质提高的最终目的。篮球游戏要特别注重针对性,要求主题紧扣篮球,围绕教学内容和教学目标进行游戏设计。例如在投篮教学环节,可以设计“爬格子”的篮球游戏引导学生分组定点投篮,在两分区内各个规定的点位上按顺序进行定点投篮,在一个点上投中篮筐才可移动到下一个点,小组内全部成员完成所有点位的投篮用时最短的即为胜利。在该游戏中,可以提高学生参与度,达到篮球教学课的教学目标。

2.2 根据学生特点确保篮球游戏的应用恰如其分

初中生处于身心发展的重要阶段,各项身体机能还未完全发育成熟,并且男女生在身体素质和机能方面也存在着较大的差异,因此在设计篮球游戏时要关注到不同年龄、性别和身体素质的学生,运用适合所有层次和阶段学生的篮球游戏。要结合学生的特点和实际情况,游戏选择不能过于困难,也不能太过简单,在教学内容、方式及形式上要采取“折中”原则,及时听取学生的意见和建议,适时做出调整。例如在篮球运球的教学环节中,若是设计单人原地拍球、两人面对面拍球等游戏则显得过于简单,缺乏挑战性,从而使部分学生丧失对课堂的兴趣,注意力下降;若设计两人三足运球、挡拆运球练习等则难度过大,对篮球的专业技术能力要

求较高,这会使部分学生失去参与感和体验感,既无法达到基本技术教学目的,也无法更好地培养起学生对于篮球运动的热爱和兴趣,更无法完成发展学生身体素质的目的。

2.3 以教育教学效果为导向对篮球游戏进行科学合理的评价

在初中体育篮球课堂中引入篮球游戏,不仅为了提升教学的趣味性和娱乐性,激发学生动力和热情,更是为了达到全面提升学生篮球技能水平、提升身体素质的目的,培养学生终身锻炼的意识。因此,体育教师不能只是单纯地在体育课堂中引入篮球游戏,不能将游戏当作课堂主体,更不能将游戏作为考核学生的主要标准。教师应该对篮球游戏进行更多带有思考性的评价,比如在“爬格子”游戏中是否所有学生均能完成投篮任务、在每一个点位上投篮命中率是否达标、如何提高学生定点投篮技术等,教师均需要思考。在篮球游戏结束后,体育教师也要根据学生表现进行针对性评价,以便学生通过游戏获得乐趣的同时能够收获知识和技能。

3 结语

在素质教育不断推进,以及新课程改革持续深入的当下,将传统篮球体育课堂教学模式和方法与体育教学多样化实践及创新型篮球游戏相融合,需要体育教师根据青少年学生的自身特点与个性化需求开展教育改革和教学设计,并且紧密围绕教学目标、教育效果精心设计篮球游戏,使学生在趣味性十足的篮球游戏中认识篮球这项运动项目,了解篮球的基本概念和规则,提升其篮球专项技能水平和整体身体素质水平,增强学生的团队协作意识和社会责任感。

文/张伟荣(上海世外教育附属浦江外国语学校,上海 201114)

作者简介:张伟荣,男,上海人,上海世外教育附属浦江外国语学校体育教研室中教一级,研究方向:体育教育及管理。

参考文献:

- [1] 江明,曹坤.新课改背景下中学篮球教学的问题与对策[J].参花(下),2020(8):49.
- [2] 陈新洪.浅析初中篮球教学的问题及解决策略[J].考试周刊,2018(52):118+120.
- [3] 陈峰.中学篮球教学存在的问题及对策研究[J].中学教学参考,2015(27):89.
- [4] 高杰荣,陈林华.上海大学生体育社团发展现状及思考[J].安徽体育科技,2010,31(2):80-83.
- [5] 赵毅砥,廖偲,崔曼峰.创新性游戏教学法在普通高校篮球教学中的运用研究[J].广州体育学院学报,2021,41(3):104-107.
- [6] 林仙豹.篮球游戏在初中篮球教学中的应用探析[J].新课程,2020(2):78-79.
- [7] 潘志祥.体育游戏在初中篮球教学中的运用[J].中学教学参考,2021(6):22-23.