

微课在高中篮球教学实践的应用研究

前言

随着现代社会的发展,信息技术得到了前所未有的飞跃和提升,同时给社会各个领域带来了全新的机遇,而教育教学领域作为国家以及社会重点关注的重要领域之一,将信息技术与教育领域进行融合,同样也是时代发展下的必由之路。微课是信息技术发展下产生的一种重要教学手段,在如今各个阶段教育教学当中起到了重要作用。基于此,笔者结合多年体育教学经验,通过分析微课在高中篮球教学中的重要意义,对如何将微课应用于高中篮球教学实践当中的方法、策略展开讨论,希望对广大一线体育教师的教学工作有所帮助。

关键词

高中; 篮球; 微课; 实践方法; 教学策略

微课是现代化教育中必不可少的重要辅助教学手段,它的出现不仅给教育教学领域带来了巨大影响,同时作为一种全新的教学模式已经成为当下各个教育阶段、各个教学学科的重要辅助教学手段。对高中篮球教学来说,将微课与篮球教学实践活动进行融合,不仅能够帮助广大高中体育教师有效的实现轻松教学,同时也让学生在微课的帮助下实现对篮球知识更为深入的理解,切实提升学生的篮球技能。因此,作为一名新时代的高中体育教师,在进行篮球知识的教学实践过程中,要灵活地将微课与篮球教学内容进行有机结合,以此来促进学生篮球水平的进一步提升,助力学生的良好发展。

1 微课在高中篮球教学中的重要性

1.1 帮助学生理解教学中的重点和难点

在高中篮球知识的教学中,动作要领的教学不仅是篮球知识当中的重点,也是教师花费最多时间进行教学的部分。由于学生的初始水平不同,且学生的接受能力、理解能力等也存在差异性,不同学生对所学篮球技能和知识的掌握程度也会有所不同,在传统教学中,高中体育教师如果想要学生都能掌握良好的篮球技能是一件几乎不可能完成的任务。

但是微课的出现却有效改变了这一教学困境,高中体

育教师在进行篮球的教学实践过程中,将其中的重点、难点问题以微课的形式呈现给学生,学生就能够对篮球知识实现主动的学习和梳理。首先,微课短小精悍,其视频内容一般会控制在十分钟以内,涵盖技术动作内容、学练方法、易犯错误动作及教学重点难点问题,学生通过微课学习知识,其实就是对重难点问题的突破,而微课可以反复观看的特点,也使学生的知识复习得到了保障。其次,微课的应用对学生在学习篮球技能与知识的过程中所出现的问题,以及学生在练习过程中出现错误动作,能够起到正面参照的作用,从而能让学生进行自我纠正,这也有效避免了学生在同一问题上重复出现错误。因此,将微课与高中篮球教学进行融合,能够有效解决教学中的重点难点问题。

1.2 不受时空限制展示教学过程

对于篮球教学来说,学生只有在拥有理论知识的基础上进行实践活动,才能真正的掌握篮球动作要领。在传统的篮球教学中,教师往往是先讲解理论知识,再进行动作示范,再让学生通过反复的练习掌握相关知识和动作要领。但是对于篮球教学中的一些复杂或难度较大的动作来说,依靠教师的几分钟讲解示范,学生要在第一时间就能理解并应用是比较难的,因为篮球动作示范的过程较快,学生无法有效的捕

捉到细节知识,容易对篮球技巧的认知模棱两可。

但是,将微课融入高中篮球的教学实践中,让教师把动作要领、注意事项等关键问题制作成微课呈现给学生,学生在观看的过程中一旦产生问题,教师就能够利用微课的暂停、重复播放、快进、慢放等功能将其中的要领进行拆解,以此加深学生对篮球知识的认识,让学生在不受时空限制的教学展示中培养兴趣,提升技能。

1.3 排除篮球教学中遇到的困难

由于篮球的技术动作和理论知识有着很强的专业性,教师如果在教学过程中单用口头叙述,不仅会导致学生产生消极的学习态度,也很难实现理想的教学效果。但是教师如果能够将篮球教学内容制作成微课,将专业、枯燥的篮球技术动作和知识趣味化,用一种直观形象的手段进行处理,就能很好的避免教学中出现的难题,也能有效激发学生的学习热情。

2 微课在高中篮球教学中的应用策略

2.1 重视微课在高中篮球教学中的应用

微课的出现,是当下信息化教学的重要落实手段。将微课与高中篮球教学进行融合,能够帮助学生实现对专业知识的深入理解,使学生更好的掌握篮球技能。同时,微课的运用在某种程度上也提升了高中体育教师的教学水平,教师能够通过微课更好的看清自身教学过程中的问题,并及时的对教学方案重新设计,保障学生的学习效率。因此,作为一名高中篮球教师,最基本的任务就是要摒弃传统教学理念,从思想意识上重视微课在高中篮球教学中的应用。

首先,学校相关领导要带头组织成立专门的“微课篮球”教研小组,共同探讨如何更好的利用微课展开篮球教学活动。其次,学校的相关领导部门要制定对体育教师的培训计划,让各体育教师根据计划接受专业的篮球教学培训,培训内容不仅要包括基本的篮球教学知识,更重要的是要让广大体育教师掌握微课的制作方法、制作技巧,提升体育教师的信息技术素养以及信息技术应用水平。最后,学校要加强对校园网络的监管,坚决杜绝不健康、影响学生健康发展的网络资源流入校园,保证校园网络内容积极向上,为教师和学生提供良好的网络学习环境。

2.2 精心挑选高中生感兴趣的微课内容

将微课运用在体育教学实践当中,让学生通过微课实现对某一运动项目的认识,从而逐渐产生对运动的热爱,是当下各教育阶段的体育教师共同追求的目标。高中阶段的学

生早已没有小学生的稚气、初中生的冲动,这个阶段的学生不仅有着强大的学习压力,同时对自己所热爱的事物也更加明确。高中体育教师在利用微课进行篮球知识的教学之前,一定要做到对高中生性格特点、实际学情、个人能力的全方位把握,了解高中生的兴趣所在,并根据学生的特点进行微课课件的选择和微课视频的制作,找到高中生的兴趣点进行切入,才能达到事半功倍的效果。

篮球作为一项竞技体育运动,对于高中阶段的学生来说并不陌生,有的学生的篮球技能甚至十分成熟,而有的学生因为对其不感兴趣,可能也只停留在基本的运球状态,教师在进行教学时如果生硬的给学生讲解要领、技巧,篮球技能好的学生必然会“不屑一顾”,篮球能力差的学生也会听的“云里雾里”,造成不同程度学生均出现学习兴趣不高的情况。此时,教师如果能够将高中生感兴趣的视频、动漫、歌曲等内容与篮球知识、技能进行结合制作成微课,满足不同水平学生的需求,不仅能够促进学生产生强烈的兴趣,同时还能让学生在微课的帮助下各取所需,逐渐理解篮球技术动作要领,实现技能突破。除此之外,教师还可以利用微课给学生播放精彩的篮球竞赛视频,让学生身临其境般感受篮球运动的精彩之处,实现对学生兴趣的全面激发。

2.3 利用微课对篮球教学内容进行预习

篮球运动与其他一些体育运动相比有着自身的特殊性,同时还具有较强的实践操作性,教师在正式教学前给学生布置预习任务,大部分学生则会无从下手,即便有的学生进找到了预习方法,也多半停留在上网浏览篮球运动资料,简单了解运动要领层面,对篮球的连贯动作、运球技巧、传球技巧很难实现整体的把握。因此,高中体育教师在让学生进行篮球知识预习时,就可以将提前制作好的微课内容发送给给学生,让学生通过微课中的文字、图像或者视频对篮球运动产生整体认识,实现有效预习。

例如:在进行“单肩上投篮”这部分知识与技能的教學时,笔者就在正式教学之前,将投篮的步骤、动作要领、相关图片以及视频内容制成了微课课件,在学生进行投篮动作之前,将课件发送到班级学习群当中让学生根据课件进行预习。学生在预习的过程中,就能够通过微课了解到什么是投篮准备动作,如托球时的手部动作、托球的高度,肩、肘的位置,以及下肢的基本动作;当进行投篮时,能通过微课了解到投篮出手时,如何由下而上的蹬地发力到抖腕、拨手指,以及是用哪几根手指拨球等基本知识。当学生预习结束之后,笔者还会让学生用身边的物品进行初步的投篮练习,

从实际的投篮运动中感知动作要领。通过微课进行篮球知识的预习,不仅给学生的预习活动增添许多趣味,也能让学生在微课的帮助下逐步掌握动作要领,为之后实际的学习奠定坚实基础。

2.4 参照微课对篮球动作进行实地演练

在高中体育教学中设立篮球教学课程,不仅是对学生实践能力的考验,也能提升学生运动能力、身体协调能力。学生只有通过亲身的实践与操作,才能真正的掌握动作要领,实现自身体质、体育素养的有效提升。在高中篮球的教学实践中,教师将微课与动作要领进行融合,有助于学生实现对细节知识的有效把握,掌握篮球运动的细节,从而进行篮球学习和技巧训练。

例如:在进行“篮球交叉步持球突破”这部分知识与技能的教学时,笔者在正式教学之前,先让学生观看了一遍微课教程,当学生通过微课掌握了交叉步持球突破的基本要领之后,笔者再让学生进行动作的实地练习。通过微课,学生首先将两脚左右开立,整个身体前倾,膝盖弯曲,重心下沉,持球于腰际,让身体保持平衡;之后,学生要做投篮和试探步的假动作,再做交叉步进行突破,注意交叉步的一个四字口诀“蹬、转、探、放”,当球放出后,中枢脚蹬地、加速向前突破。最后,在突破后要让篮球与自己的身体保持相对固定的距离,自己的移动速度要与运球的速度保持一致,可做突破与传球或上篮的结合练习。学生在微课的指导下进行篮球交叉步持球突破的练习,更加清晰的掌握了交叉步突破的动作要领,也明确了交叉步持球突破的基本步骤。当学生在练习过程中出现问题时,

也能够通过回看微课,逐渐找到自己的问题所在,并参照微课内容纠正自己的错误动作,这样一来,不仅极大的提升了篮球教学的教学质量和教学效率,同时也让学生在微课的辅助教学中,实现了个人自学能力、技术动作的掌握能力以及体育素养的有效提升。

2.5 利用微课对篮球教学内容进行复习

对于篮球教学来说,学生的课后复习也是以学生自发的篮球训练为主,通常情况下教师并不会对学生的篮球训练活动进行监督,因此学生在复习篮球知识的过程中,一旦出现问题,很难对其进行有效的突破。但是如果在高中篮球教学中融入微课,学生即便是遇到问题,也能够通过微课寻找“正确答案”,在提升自身篮球运动技能基础上,实现自身身体素质、体育素养的有效进步。

3 结语

总而言之,将微课应用于高中篮球的教学实践中,既是新课程改革下对高中体育教学的全新要求,又是信息化教学得以全面落实的重要体现。因此,作为高中体育教师,在进行篮球知识的教学实践过程中,要深刻认识到微课对篮球教学产生的积极影响以及重要意义。本文通过“微课在高中篮球教学中的重要性”的解读和“微课在高中篮球教学中的应用策略”的五点分析,以此来开展微课教学,不仅能够帮助教师实现自身信息素养以及教学能力的提升,也能让学生在专业篮球知识的基础上,实现个人篮球技能、身体素质以及体育素养的有效提升,为自身未来更好的发展奠定坚实基础。

文/甘振杰(福建省宁德第一中学,福建宁德 352100)

作者简介:甘振杰,男,福建宁德人,福建省宁德第一中学教师,研究方向:体育教学。

参考文献:

- [1] 施宏斌. 微课在高中篮球教学中的应用研究 [D]. 济南: 山东体育学院.
- [2] 史亚东. 浅谈高中篮球教学微课应用 [J]. 体育时空, 2018, 000(16): 47, 49.
- [3] 陈磊. 微课在高中篮球教学中的应用研究刍议 [J]. 新课程: 中学, 2019(3): 1.
- [4] 罗七生. 微课在中学篮球教学中的应用探索 [J]. 灌篮, 2020(13): 2.
- [5] 谭磊. 微课在高中体育教学中高效运用的几点建议 [J]. 新课程(下), 2016, 000(7): 362.