

“教会、勤练、常赛”一体化教学模式 在初中篮球教学中的应用

李少强

(山东省济南中学, 山东济南 250001)

摘要 文章探讨了“教会、勤练、常赛”一体化教学模式在初中篮球教育中的应用及其效果。该模式融合了篮球技能教学、持续训练和定期比赛,能够提高学生的篮球技能、增强学生的团队协作精神,并促进学生全面发展。通过教练和学生的反馈,评估该模式的实施效果,结果表明,该教学模式能显著提高学生的学习兴趣 and 篮球技能,但同时存在教练水平不均、学生参与度低、比赛压力过大等问题,强调了通过提升教练水平、优化学习环境和平衡比赛压力来进一步提升该模式教学效果的必要性。

关键词 “教会、勤练、常赛”; 篮球教学; 一体化教学模式; 教育创新

DOI: 10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2024.07.022

在当代教育环境下,体育教学的创新成为提升学生综合素质的关键。在初中阶段,教学模式的创新对于激发学生的兴趣、促进身体发展及培养团队精神尤为重要。“教会、勤练、常赛”的一体化教学模式应运而生,通过整合全面提升学生的技能与团队合作能力,促进他们的全面发展。此模式的创新之处在于其对学生参与的重视和对比赛教育价值的深化理解,为初中篮球教育提供了新的视角和实践路径。

1 “教会、勤练、常赛”模式应用价值

1.1 提高学生的兴趣和积极性

篮球作为一项广受青少年欢迎的运动,自身就具有一定

的吸引力。然而,在传统的教学模式下,过于单一的技能训练和缺乏实战演练往往会削弱学生的学习兴趣。相比之下,“教会、勤练、常赛”模式通过结合技能教学、实践训练和比赛竞技,使学生能够在多样化的活动中持续感受篮球的魅力,从而显著提升他们的学习兴趣和参与积极性。这种模式下,学生不仅能学习到运动技能,更能通过实战应用这些技能,从而加深理解、培养兴趣。

1.2 促进学生的身体健康成长

篮球运动对于青少年身体发展具有重要意义。不仅能够增强学生的身体素质,如力量、速度、耐力和协调性,还有助于提高其心肺功能。在“教会、勤练、常赛”的教学模式

作者简介:李少强,男,中学一级教师,研究方向:体育教育。

下,学生通过系统的训练和频繁的比赛,能够得到充分的身體锻炼,从而促进身體全面发展。

1.3 培养学生的团队协作精神

篮球作为一项团队运动,其最大的特点之一就是对团队合作的要求。在“教会、勤练、常赛”的教学模式中,学生不仅需要掌握个人技能,还需要学会如何在团队中发挥作用。通过组织团队训练和比赛,学生在合作中能够认识到“沟通、协调、互助、共赢”的重要性,不仅让学生体验到团队合作带来的成就感,也有助于培养他们的社交能力、领导能力和集体荣誉感。长远来看,这些团队合作的经验对学生的人际关系和未来职业发展具有重要的影响。

2 “教会、勤练、常赛”模式的应用

2.1 教会基本篮球技能和规则

篮球教学的基础在于教会学生基本的篮球技能和规则。技能教学包括但不限于控球、传球、射门、防守等基本技巧,需要教师精心设计训练计划和方法,以确保学生能够逐步掌握并精进这些基础技能。篮球规则的教学也是至关重要的,不仅能帮助学生理解篮球比赛的运行方式,更是确保比赛公平性和安全性的关键。规则教学应该涵盖比赛规则、运动员行为准则等,以培养学生的规则意识和公平竞争精神。

2.2 组织多频优质的训练和练习

在“教会、勤练、常赛”模式中,定期、多频次的高效训练和练习是提高学生篮球技能的重要手段,同时,这些训练和练习应当具有科学性,并根据学生的年龄、体能和技能水平进行适当调整。高效的训练不仅仅是重复的技能练习,还应该包括战术理解、团队协作等方面的培训。为了保证训练的有效性和趣味性,教练应采用多样化的训练方法,如模拟比赛、小组竞技等,以激发学生的学习热情,提高他们的实战能力。此外,定期的技能评估也是必要的,这有助于教练了解学生的进步情况,并据此调整教学策略。

3 “教会、勤练、常赛”模式现存问题

3.1 教练水平参差不齐

教练的专业知识水平参差不齐,在篮球技能和理论知识的传授上存在差距。一些教练具备深厚的篮球技术理解能力和丰富的实战经验,能够有效地指导学生掌握复杂的技巧和策略。然而,有些教练在这些方面较为欠缺,无法提供深入指导,影响了学生技能的发展,导致他们对篮球理解不全面。除此之外,教学技巧的差异也是一个重要因素。教学方

法和技巧对于激发学生的学习兴趣、保持训练的高效性和趣味性至关重要。有的教练更擅长采用创新和互动的教学方法,有的教练则仍然依赖传统和单一的训练方式。教学方法的不一导致学生在学习动力和效果上存在差异。教练的教学经验也是影响教学质量的关键因素。经验丰富的教练通常能更好地理解学生的需求,高效地管理团队并及时调整教学策略以适应学生的学习进度和能力。

3.2 学生参与度不高

教学内容与学生的兴趣不匹配是导致参与度不高的主要因素之一。如果教学内容过于单调或与学生的兴趣和需求脱节,学生就会感到无聊或不感兴趣,从而降低他们在课程中的参与度。缺乏创新性和吸引力的教学方法也会影响学生的参与积极性。如果教学方式缺乏变化和创意,不能有效激发学生的学习热情,就会让学生对篮球训练和比赛产生抵触情绪。除此之外,学生的个人因素也是影响参与度的重要因素,包括学生的先前体验、个人兴趣或身体条件等,例如,一些学生由于缺乏自信、体育技能不足或对竞技环境的恐惧而不愿积极参与。学校环境和资源的限制也会影响学生的参与度,例如,学校缺乏足够的体育设施器材或者课程时间安排不当,导致学生无法充分参与篮球训练和比赛。

3.3 比赛压力过大

在“教会、勤练、常赛”一体化教学模式中,比赛压力过大是一个值得关注的问题,会对学生的心理健康和学习动机产生负面影响,影响教学效果。过大的比赛压力源于对成绩和表现的过度关注,有时,学生感受到来自教练、同学和家长的高期望,使他们在比赛中承受巨大的心理压力。特别是在竞争激烈的比赛中,对胜利的渴望导致学生感到焦虑和压力过大。除此之外,比赛压力还来自学生对自身的期望和对自我价值的认知。一些学生将比赛成绩看作是评价自我能力和价值的重要标准,因此在比赛中感到巨大的压力,不仅影响他们在比赛中的表现,而且对他们的自信心和心理健康造成长期影响。缺乏有效的心理调适和应对机制也是导致比赛压力过大的原因之一。如果学生没有学习到如何有效应对比赛中的压力,或者无法得到外界的支持来帮助他们处理这些压力,将不利于他们的身心健康发展。

4 “教会、勤练、常赛”模式优化策略

4.1 提高教练水平

首先,增强教练的专业培训是提高教学水平的基础。学校应定期组织教练参加篮球教学和训练方法的研修班,这些

研修班应包括最新的篮球训练技术、教育心理学、青少年体育教学理论等内容,旨在增强教练的专业知识,加深其对篮球运动和青少年教学的理解。其次,学校应鼓励教练相互交流经验,可以通过组织交流会和研讨活动促进教练之间的知识分享和技能传递。这种互动不仅能帮助教练学习先进的教学方法,还能提升他们对篮球教学整体理念的认识。再次,实施绩效评估和反馈机制也是提高教练水平的关键。通过定期的教学质量评估和学生反馈,可以有效地监测教练的教学效果,并据此提出改进建议。这种反馈机制既可以帮助教练了解自己的教学优势和不足,也可以为他们提供持续改进和发展的机会。最后,为教练提供持续的职业发展支持是保持教练水平的重要手段,包括为教练提供进一步教育的机会,如高级教练资格认证、体育教育学位课程等,以促进教练的长期职业成长和发展。

4.2 营造积极的学习氛围

首先,教学内容的多样化和个性化是提升学生参与度的重要策略。课程设计应考虑到学生的不同兴趣和能力水平,提供多种学习路径和活动选项,例如将篮球技能训练与游戏、竞赛等活动结合,增加学习的趣味性,激发学生的参与兴趣。其次,创建一个支持性和包容性的学习环境对于提高学生的自信心和参与积极性至关重要,这包括鼓励学生之间的正面互动、表扬学生的努力和进步以及提供一个不恐惧失败的环境,让学生能够安心地参与、勇于尝试。再次,积极的反馈和激励机制也是增强学生参与度的有效手段。通过设立可达成的目标和奖励机制,如小奖品、荣誉证书等,可以增强学生的成就感和参与动力。同时,教练和教师应持续给予学生正面反馈和鼓励,帮助学生建立起对篮球学习的积极性。最后,家校合作也是营造积极学习氛围的关键。通过组织家长会议、开展学校体育活动等方式,让家长了解学校的教学理念和方法,鼓励家长参与孩子的篮球学习过程,从家

庭层面增强学生的学习动力。

4.3 平衡比赛压力

在“教会、勤练、常赛”一体化教学模式中,平衡比赛压力是保障学生身心健康和教学效果的重要方面。为此,需要采取一系列策略来有效管理和减轻学生在比赛中的压力。首先,重塑比赛的目标和意义至关重要。教师应向学生强调比赛是学习、展示技能和团队合作的机会,鼓励学生将重点放在个人和团队技能的提升上,而非仅仅关注比赛结果,这种观念的转变有助于减少学生对输赢的过分关注,从而缓解压力。其次,提供心理支持和应对策略是管理比赛压力的重要手段,教练和教师可以给学生传授应对比赛压力的技巧,如放松呼吸、正面心理暗示和目标设定等,帮助学生在比赛前后有效管理自己的情绪和压力。组织心理辅导活动,如团队建设和情绪管理研讨会,也有助于提升学生的心理韧性。再次,合理安排比赛和训练是平衡压力的关键。教练和教师需要确保比赛和训练的安排既能够激发学生的兴趣和挑战,又在他们的体能和心理承受能力范围之内,并且留出适当的休息和恢复时间,避免过度竞争的发生。最后,家长和学校合作也是重要的一环。通过家校沟通合作,确保家长理解比赛的教育目的,鼓励他们以积极健康的方式支持孩子参加比赛,避免给孩子带来额外的压力。

5 结语

“教会、勤练、常赛”一体化教学模式在初中篮球教育中展示了其显著的价值,但存在教练水平不均、学生参与度低和比赛压力过大等问题,通过提高教练水平、营造积极学习氛围和平衡比赛压力有助于优化这一模式,促进学生的全面发展和篮球教学质量的提升。未来的篮球教育工作应集中在持续改进教学方法和提升教育质量上,以更好地满足学生的需求和促进他们的成长。

参考文献:

- [1] 王聚安,柳光磊,武雨佳,等.基于“教会、勤练、常赛”的高校体育课程模式研究[J].昆明冶金高等专科学校学报,2023,39(5):51-56.
- [2] 郭振毅.“教会、勤练、常赛”视角下提升小学体育教学质量的策略研究[J].青少年体育,2022,(12):120-122.
- [3] 张江涛,田晓娇.“教会、勤练、常赛”理念下初中校园排球教学策略研究[J].运动精品,2022,41(12):25-27.
- [4] 王伟.“教会、勤练、常赛”视角下贵州省高校篮球普修课程教学模式改革探讨[J].体育科技,2022,43(5):135-136+139.
- [5] 温刘军,冯景.基于“教会、勤练、常赛”理念的结构化体育教学探索[J].体育师友,2022,45(4):16-19+27.