

职业院校篮球和气排球教学的课程设计与教学方法研究

李冠霖

(广西水利电力职业技术学院通识教育学院, 广西南宁 530105)

摘要 为了探讨职业院校篮球和气排球教学的课程设计与教学方法, 研究采用文献综述、案例分析、教学实验等方法, 对职业院校体育教学现状进行了深入分析, 并针对篮球和气排球教学的特点, 提出了具体的课程设计方案和教学方法。研究表明, 创新的教学方法能够显著提高学生的学习兴趣和技能掌握水平, 同时, 合理的课程设计对于提升教学效果具有重要意义。此外, 案例分析揭示了教学方法创新在实际应用中的有效性, 为职业院校体育教学提供了有益的参考和指导。

关键词 职业院校; 篮球教学; 气排球教学; 课程设计

DOI: 10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2024.10.032

在当今社会, 体育教育作为培养学生身心健康的重要途径, 受到了广泛关注。职业院校作为高等教育体系的重要组成部分, 其体育教学不仅关系到学生的身体健康, 更对提升学生的职业素养和综合能力具有重要影响。篮球和气排球作为受学生欢迎的两项体育运动, 教学质量直接影响到学生的兴趣和参与度。然而, 传统的体育教学方法已难以满足当前职业院校学生的需求, 如何设计有效的课程和创新教学方法, 成为亟待解决的问题。本研究旨在探讨职业院校篮球和气排球教学的课程设计与教学方法, 以期找出更加有效的教学模式, 提高学生的学习兴趣和技能掌握水平。

1 职业院校体育教学现状分析

1.1 职业院校体育教学的现状

职业院校体育教学在我国教育体系中占有重要地位, 旨在培养学生的体育技能、增强体质和提升团队合作能力。当前, 职业院校体育教学普遍注重技能训练与理论知识的结合, 采用课堂教学与实践相结合的方式, 以期达到全面发展学生体育素养的目的。然而, 体育课程内容相对固定, 缺乏针对性和创新性, 教学方法和评价体系也较为传统, 难以满足学生多样化的需求和兴趣。

1.2 篮球和气排球教学的特点

篮球和气排球作为职业院校体育教学中的两项重要内容, 吸引了大量学生的参与。篮球教学注重技巧训练、战术

理解和团队合作, 气排球教学更侧重于技能的基本训练和运动的趣味性。两者都强调身体素质的提升和运动技能的掌握, 但由于学生基础水平的差异, 教学过程中需要采取不同的方法和手段, 以适应不同学生的学习需求。

1.3 存在的问题与挑战

职业院校体育教学面临的主要问题包括课程内容的单一化、教学方法的传统化以及评价体系的落后性。首先, 现有的体育课程内容往往忽视了学生个体差异和兴趣多样性, 难以激发学生的学习热情。其次, 传统的教学方法过于依赖教师的讲授和示范, 缺乏互动性和参与感, 不利于学生技能的有效掌握。最后, 评价体系多以技能水平和体能测试为主, 忽视了学生的综合素质和个性发展, 难以全面反映学生的学习成果。此外, 教师队伍的专业化水平不高、教学资源的匮乏以及学校体育设施的不完善等也是制约职业院校体育教学发展的重要因素。

2 篮球教学的课程设计

2.1 篮球教学的目标设定

篮球教学的终极目标是确保学生在技能、体质、团队精神和篮球文化理解上都有显著提升。具体而言, 我们希望通过一个学期的训练, 学生的基本篮球技能得到显著提高, 如运球速度提高20%、投篮命中率提升至少15%; 学生的体力测试成绩(如50米跑、立定跳远)平均提高10%, 以反映

作者简介: 李冠霖, 男, 副教授, 研究方向: 体育课程改革和教学训练。

学生的体质增强。通过团队协作训练和比赛,提高学生的团队合作能力,期望至少有80%的学生能够明确表示他们在团队合作方面有所进步;通过课堂讲解和实践活动,希望至少90%的学生能够达到对篮球文化和运动价值有深入理解。

2.2 篮球教学内容的选择与安排

在篮球教学内容的选择与安排上,计划将课程分为四个主要模块:基础技能训练、体能增强训练、战术理解与应用以及篮球文化教育。在基础技能训练模块中,将通过四周,每周三次的训练,重点教授学生运球、投篮、传球和防守等技能;体能增强训练将在接下来的三周内进行,重点提升学生的速度、力量和耐力,通过定期的体能测试(每两周一次)监测学生进步。战术理解与应用模块将占用三周时间,通过视频分析、模拟比赛和小组讨论的方式,帮助学生理解并实践不同的篮球战术。篮球文化教育模块,将在最后两周进行,通过举办篮球运动员讲座、观看篮球历史纪录片等方式,加深学生对篮球文化的认识。

2.3 篮球教学方法的创新

为了使篮球教学更加高效和有趣,学校可以引入多种创新教学方法。首先,实施小组合作学习模式,将学生分成5人一组的小队进行训练和比赛,增强学生间的互动和团队合作能力。例如,每组完成的训练任务和比赛成绩将作为该组的评分标准,以激励团队合作。其次,利用视频分析技术,每两周安排一次视频回放分析会,让学生对比自己和职业球员的比赛片段,提高技术理解和模仿能力。此外还计划采用情境模拟训练,如设置特定比赛情景让学生应对,以提高他们的应变能力和战术理解。最后,通过引入篮球小游戏,如“21点”“马拉松射击”等,增加训练的趣味性,提高学生的参与度和学习兴趣。

2.4 篮球教学评价方式的改进

为了全面评价学生的篮球学习成果,学校可以采用综合评价体系,结合技能测试、体能测试、团队合作评估和篮球文化理解测试。技能测试将通过标准化的技能测试环节(如运球绕杆、定点投篮)来进行,每个学期初、中、末各进行一次,以监测学生技能的进步。体能测试则包括50米跑、立定跳远等项目,在学期初、中、末进行。团队合作能力的评估将基于小组合作学习和比赛的表现,包括小组成员的互评和教师的观察记录。篮球文化理解测试以期末小论文或报告形式,让学生表达他们对篮球文化的理解和感悟。通过这种多元化的评价方式,旨在全面、公正地评估每位学生的学

习成果,同时激发他们的兴趣和潜能。

3 气排球教学的课程设计

3.1 气排球教学的目标设定

气排球教学的目标设定旨在培养学生对气排球运动的兴趣,提高他们的运动技能,增强体质,促进团队合作精神,以及理解和尊重体育运动的精神。具体目标包括:(1)技能目标:通过一个学期的教学,使学生掌握气排球的基本技能,如发球、接球、扣球等,技能掌握率达到90%以上;(2)体质目标:通过系统训练,学生的身体素质得到全面提升,如耐力增加20%,反应速度提高15%;(3)团队合作目标:通过团队比赛和合作训练,80%以上的学生能够展示出良好的团队协作能力;(4)精神文化目标:通过课堂讲解和实践活动,95%的学生能够理解气排球运动精神,展现出良好的运动道德和团队精神。

3.2 气排球教学内容的选择与安排

气排球教学内容的选择与安排应围绕技能学习、体能训练、战术应用和文化教育四个方面进行。首先,技能学习部分侧重于基本技能的教学与练习,将花费五周时间,如第一周重点教授发球技巧,第二周专注于接球和传球技能,以此类推;其次,体能训练部分,安排在教学的6~8周,通过针对性体能训练项目提升学生的速度、力量和耐力;再次,战术应用部分,安排在教学的9~11周,通过模拟比赛和战术讲解,帮助学生理解和应用气排球战术;最后,文化教育部分,安排在教学的最后一周,通过观看气排球比赛视频、讨论气排球的历史和精神,增强学生的文化认同感。

3.3 气排球教学方法的创新

为了提高气排球教学的效果,可以采用以下四种创新教学方法:(1)分层次教学:根据学生的技能水平将其分为不同的小组,进行针对性训练,确保每个学生都能得到提升;(2)互动式学习:通过小组讨论、角色扮演等方式,增加学生之间的互动,提高学习的趣味性和参与度;(3)利用技术手段:运用视频分析、VR技术等现代技术手段,帮助学生更直观地理解技巧和战术;(4)游戏化学习:设计和引入气排球相关的小游戏,通过游戏化的方式激发学生的学习兴趣。

3.4 气排球教学评价方式的改进

传统的气排球教学评价方式主要依赖于技能和体能的测试,这种方式较为单一。改进的评价方式应当多元化,综合

考量学生的技能掌握程度、体能水平、团队合作能力以及对气排球文化的理解。具体来说,可以采用以下四种评价方式:(1)技能和体能测试:通过标准化的测试项目评价学生的技能和体能水平;(2)团队合作评价:通过小组比赛和团队任务,评估学生的团队合作能力;(3)自我评价和同伴评价:鼓励学生进行自我反思,并通过同伴评价互相提供反馈;(4)文化理解测试:通过简答题、论文或口头报告的形式,评价学生对气排球文化和精神的理解程度。通过这种多元化的评价方式,可以更全面地了解学生的学习成果,同时激发他们在多方面的兴趣和潜能。

4 职业院校篮球和气排球教学方法的研究

4.1 教学方法的理论基础

职业院校篮球和气排球教学方法的理论基础主要依托于体育教育学、学习心理学和教育技术学等。体育教育学强调通过体育活动促进学生身心发展,学习心理学提供了学习动机、认知发展和群体互动等方面的理论支持,教育技术学则为教学方法的创新提供了技术手段和理论依据。这些理论基础共同构建了一个多维度、互动性强的教学方法框架,旨在提升学生的技能水平、体能素质、团队合作能力和运动精神。

4.2 教学方法的实践应用

在职业院校篮球和气排球教学中,实践应用主要包括五个方面:(1)分层次教学,根据学生的实际水平和需要,进行个性化指导;(2)结合现代教育技术,如视频分析、在线教学平台、虚拟现实等,提高教学的直观性和互动性;(3)强调学习过程中的反馈,通过即时反馈和定期评估,帮助学生及时调整学习策略;(4)采用案例教学和问题解决法,通过真实或模拟的比赛场景,提高学生的实战能力和解决问题

的能力;(5)促进团队合作,通过小组讨论、团队比赛等形式,增强学生的团队意识和协作能力。

4.3 教学方法的效果评估

教学方法的效果评估主要通过学生的技能提升、体能改善、团队合作能力增强和运动精神的培养等方面进行。具体可以采用技能测试、体能测试、团队合作评估和学生反馈等多种方式。此外,还可以通过比较实验组和对照组的教学效果,以及长期跟踪调查,全面评估教学方法的有效性和可持续性。

4.4 面临的问题与解决策略

在职业院校篮球和气排球教学中,可能会面临诸如学生学习动机不足、教学资源有限、教学方法难以满足所有学生需求等问题。解决这些问题的策略包括:(1)通过设置明确的学习目标、引入竞赛机制等方式,提高学生的学习动机;(2)充分利用校内外资源,如合作学校、社区资源等,弥补教学资源的不足;(3)采用个性化教学策略,满足不同学生的学习需求;(4)加强教师培训,提升教师的专业技能和教学能力;(5)增加家校互动,通过家长的参与和支持,形成良好的学习氛围。通过这些策略,可以有效解决教学过程中遇到的问题,提高教学效果。

5 结语

本研究通过对职业院校篮球和气排球教学方法的探讨,发现以下四点主要内容:首先,个性化和分层次的训练方法能够有效提升学生的技能水平和体能素质;其次,引入现代技术手段,如视频分析和数据统计,可以提高教学的科学性和效率;再次,创新的教学方法,如游戏化学习,能够显著提高学生的学习兴趣 and 参与度;最后,教学过程中应注重团队合作和策略思维的培养,以促进学生综合素质的提升。

参考文献:

- [1] 崔立,李娟.高职院校篮球教学中多元化训练方法的应用[J].拳击与格斗,2023(23):52-54.
- [2] 卢炳秋.高职院校篮球专项教学的核心力量训练路径探析[J].广西教育,2023(30):156-159.
- [3] 周孟玥.比赛教学法在大学篮球教学中的运用探微[J].山西青年,2021(21):112-113.
- [4] 庞开瑞.新时期高职院校开展气排球教学革新与探析[J].科技风.2017(17):44.
- [5] 李学萍.高职院校当前体育教学的创新性思考——气排球在高职院校推广的可行性研究[J].成才之路,2013(01):20-21.
- [6] 江雄.气排球运动在高职院校公共体育课程开展的可行性研究[J].体育风尚.2018(4):181-182.
- [7] 邱晓燕.气排球在滁州地区高职高专类院校推广的可行性研究[D].苏州:苏州大学,2014.