

新时期高职院校篮球教学改革发展探讨

王浩

(山西铁道职业技术学院 山西太原 030013)

摘要:当今社会对人才的需要,不仅仅是学历的要求,还有对综合素质的要求。最近几年,伴随着国家的快速发展,教育的不断深入,高校的体育教学也就日益受到重视。所以,要使高等职业技术学院的体育课更好地开展,就必须对其进行持续的改革和创新。但是,目前我国职业技术学院的体育教育还面临着诸多问题,制约着职业技术学院的体育教育事业的发展,需要给予足够的关注。文章简单地对篮球教育的重要性进行了阐述,同时还对目前篮球教育中所出现的问题和进行了深入地剖析,并对其进行了一定程度上的变革,从而设计出了一套适合于职业技术学院的篮球教育改革的方案,根据这一方案,我们可以制定出一套具有一定指导作用的改革策略,从而实现培养全面人才的目标。

关键词:高职院校;篮球教学;改革策略

Discussion on the Reform and Development of Basketball Teaching in Higher Vocational Colleges in the New Period

Wang Hao

Abstract: The need for talents in today's society is not only the requirement of academic qualifications, but also the requirement of comprehensive quality. In recent years, with the rapid development of the country and the continuous deepening of education, the physical education teaching in colleges and universities has received increasing attention. Therefore, in order to make the physical education class of higher vocational and technical colleges better developed, it is necessary to carry out continuous reform and innovation. However, at present, the physical education of vocational and technical colleges in China is still faced with many problems, which restrict the development of physical education in vocational and technical colleges and need to be paid enough attention to. Article simply expounds the importance of basketball education, but also on the problems in the basketball education and carried on the thorough analysis, and to the change, thus designed a set of suitable for vocational technical college basketball education reform plan, according to the plan, we can develop a set of reform strategy with certain guiding role, so as to achieve the goal of cultivating comprehensive talents.

Key words: higher vocational colleges; basketball teaching; reform strategy

在职业技术学院,篮球的教育改革是一件长期而又十分关键的事情,它在职业技术学院的教育体系中占有比较大的比重,要提高职业技术学院的教育体系,就要按照职业技术学院的教育体系来进行。对于篮球教学中出现的教学内容单一、教师素质不高、教学考核评价不科学等问题,唯有明确相应的篮球教学改革思路,并提出针对性、科学的解决策略,才能推动职业技术学院篮球教学的迅速发展,并进行进一步的改革,从而为我国社会培养高素质的专业人才。

1 高职篮球教学对高职生的重要性

高职篮球核心素养的提出有利于丰富学生素质教育培养内容,提高学生篮球学习的质量,实现高职学生的全面发展。首先,通过职业院校的篮球教育,提高学生的知识水平和技术掌握水平。在高职学校老师的指导下,对学生进行相应的教育,使学生能够更好地学习并应用有关的技能,从而达到“立德树人”教育的目的。高等职业院校学生在学

习篮球赛中,可以在学习运球、传球、投球等技巧的基础上,进一步提升自己的体能。其次,对职业院校学生进行体育教育,有助于职业院校学生良好性格的形成。篮球是一种具有竞争对抗性质的团体项目,高职学生通过对其所掌握的相关技术进行训练,可以在不知不觉中增强其团体精神。在职业学校的篮球教育中,通过对职业学校学生进行适时、高效的心理指导,还可以提升学生的自信,增强他们的体能,并对他们的恒心和意志力进行培养。三是对学生的体育锻炼起到了促进作用。在对高职学生开展篮球课时,要注意四肢的柔韧性和协调性。适当的篮球活动可以使学生在其中体会到体育的乐趣,体会到生命的无限生机,从而养成一种良好的体育活动习惯。

目前,在国家提倡“素质教育”的背景下,加快职业技术学院的体育课程的教学,使其在传授新的理论基础上,达到提高职业技术学院体育课程的目的。在青年群体中,打篮球的范围很大,根据调查的数据,各个职业学校的学生都很喜欢打篮球,而且对它的喜爱程度很高。由此可见,在职业教育中,篮球是占据着主流的,而对其进行改革,从而更好的提高学生的整体素养。在此基础上,进一步完善和改进篮球课的课堂教学,为职业技术学院的学生创造良好的学习氛围。教学方式的好坏,在很大程度上取决于学生的学习水平,为此,必须在体育教育中改变现有的教学方式,消除不利的因素,为学生营造良好的学习环境。首先,进行篮球教育的改革,而教育方式也会对最后的结果产生很大的影响。对篮球教育的方式进行了创新,可以消除对学生进行篮球教育的负面影响,为学生创造一个更好的学习氛围。对篮球教育的课程设置进行了创新,可以为学生们在学习中掌握一些专业性的篮球知识,还可以逐步培养学生们的体育观念,提高学生们的整体水平以及训练水平^[1]。

可以用训练的方式来提高学生对篮球的学习效率,从而将“身体健康”的理念贯彻到实践中去,以此提高学生的整体素质。近几年,随着国家的快速发展,加强对高职院校的体育训练是适应国家对人才需求的必要条件,所以,通过对高职学院的体育训练方式进行创新,从而让学生学会规划自己的体育训练,从而促进他们的全面发展。

2 当前高职篮球教学中存在的问题

2.1 教学内容选择不够合理

在高等职业学校体育课程的教育中,注重对学生的体质和运动技巧的培养,相对于多数体育类型而言,高等职业学校体育更多的是以教育为主,通过对高等职业学校进行专业的身体锻炼,提高他们的体能,养成健康良好的运动习惯,并在此过程中指导他们学会基本的运动技巧,提高他们的总体社会适应性能力。因为目前的职业学校学生,他们还处在身心发展的早期,所以在进行有关的篮球教学的时候,如果老师没有进行合理、科学的筛选,很可能会造成他们对这门课的学习没有什么吸引力,进而影响到他们的学习积极性,这对于提高他们的篮球技术以及体质都是不利的。

2.2 忽视对学生篮球战术意识的培养

加强对篮球运动的技术训练,是提高学生技术能力的根本和先决条件。目前,许多高等职业学校,在进行一些有关篮球的相关内容的教育时,忽略了对篮球的战术意识的教育,导致许多同学对这项运动的兴趣和积极性都比较低。但是,体育老师们并没有将对篮球战术意识的训练工作给予足够的关注,在篮球的教育计划中,缺少了对战术意识训练的丰富与创新,这必然会对篮球战术意识训练的成效与质量产生一定的影响。

2.3 篮球活动教学不符合规范

由于学生的活动力度会骤然增大,所以他们的身体上的负担就会超过他们的承受范围,从而造成他们的肌肉拉伤等各种运动关节的伤害。例如,在进行篮球练习时,因为学生的姿态或带球手法不当,很容易导致其肩锁和膝关节肌肉损伤、指间和膝关节肌肉扭伤等挫伤,还有踝体膝关节扭伤等各种运动关节的损伤。所以,要求高等职业学校的体育老师,不但要让他们绕着运动场做一到两个来回的运动,还要让他们先做好跑步准备,然后根据篮球这项传统运动的特性,进行手腕、脚腕、膝关节、脚踝、脊椎等活动^[2]。

3 高职院校篮球教学改革思路与对策

3.1 游戏教学法贯穿教学过程,增强教学趣味性

在篮球练习中,要注意把运动与游戏教学有机地结合起来。首先,在使用游戏式的方法进行篮球

练习前,体育老师应该按照篮球练习的实际情况,制定出一套游戏式的方式,将这些游戏式的运动技能结合起来,并针对每一个运动的特定需求,设计出一套具有趣味性、挑战性的游戏,让学生们在游戏式的引导下,能够更好地理解和掌握相应的运动技能。其次,在篮球练习中,要为高职院校的学生提供更多的动手操作的空间,建立一种积极的、宽松的竞赛环境,让学生在轻松愉快的环境中自主地进行练习,从而确保篮球练习课的乐趣;最后,要把篮球基本的练习与学习理论紧密地联系起来,使学生能够熟练地运用篮球基本的技术,此外,体育教师还必须确定比赛的详细步骤和操作要求,以学生的学习兴趣为基础,进行适合他们个体发展的比赛教学,以保证比赛和篮球教学的密切联系,从而促进篮球训练的效果。在进行游戏教学时,体育教师要注意分层,贯彻因材施教的原则,从而促进学生在篮球训练中得到不同的发展。

3.2 科学制订篮球培养目标

一个好的课堂教学,既有教育目的,又有教育计划,二者缺一不可。高职教师在进行下一节课程时,可以从制订合理的训练目标入手,但训练目标必须科学合理。具体地说,就是应该对自己在教学中所要传授的知识有一个基本的认识,确定一个合理、明确、清晰的培训目标。与此同时,因为学生的年纪还很轻,他们的思维模式都不够完善,所以在制订的教育目的上,还需要与学生的现实状况相适应,从而使他们的身体和心理都能够得到良好的发展。而且这套教学方案也不能空穴来风,必须要按照《课程标准》的要求,将新的教育思想融合在一起,并且要考虑到每个人的体质特点,才能更好的掌握这套方案。

3.3 理论与实践有机结合,优化课程评价机制与流程

在进行篮球教育的过程中,高等职业学校一定要注重将战术意识理论与实际内容的有机融合,不仅要开设必需的篮球战术理论课,还要对课程的评价机制与过程进行完善,激发学生主动地去学习和掌握篮球战术理论。老师们要注重对个体战术的培养,要对他们进行因材施教,通过将他们的理论和实际相结合的方式教育和培训,从而让他们能够更快地提高自己的篮球战术意识。除此之外,在推动策略意识的理论和实际的教育工作中,老师

们还需要不断地解放思想,与时俱进,注重培养策略意识的多样化,主动地对学生们的个体能力和潜能进行研究,针对不同的学生进行差别化教育,在进行通用基本的基础上,加强对实战教育的差异化和个性化。如果是一些拥有较强的体质,并且参与篮球运动比较积极、热情的学生,那么老师就可以进行重点的培训,并且要做好学生的激励和指导工作,在多样化的实战训练中,让学生们对篮球运动产生浓厚的兴趣,逐步养成学生们的体育意识和战术意识,让篮球战术的理论和实际教学的作用得到加强。

3.4 微课辅助教学,提升教学效果

为了有效地改变目前在我国的职业技术学院的篮球微课程教学的现状,就要求体育老师主动地对自己的微课程教学模式进行调整和改进。首先,实现了篮球微课堂的主体转换,从“以老师为主”转向“以学生为主”;比如,在目前的篮球运动实践微课的教学方式中,大部分都是由老师来对篮球运动的技术动作进行示范,学生们只能是在一旁观察和模拟,并没有直接的参与,这样就很难将学生的学习热情和积极性完全激发起来,也不便于他们对技术的深刻了解,更不便于他们在现实的体育活动中使用。所以,老师可以改变这种方式,将学生当成主体,使用自己的手机来对他们参加篮球运动的练习和比赛的录像进行录像,再对录像进行合适的处理,形成一个完善的篮球微课,并在课堂上将这些篮球微课的资料呈现给学生,对在录像中出现的一些不规范的行为进行一一的指出和剖析,进而指导学生对自己不规范的行为进行自觉的修正。其次,要使篮球微课的教学变得更加充实,在开设微课的时候,老师们要将一些学生们都很喜欢的东西引入到微课中来,比如篮球运动一些基本的技术,这样才能更好地调动起同学们对这门学科的兴趣,让同学们更多地投入到这门学科中来,这样就能达到提高微课的效果。

3.5 融合拓展训练,促进篮球训练

随着职业院校体育教育的发展,传统的“篮球技术”的教育方式已不能满足现代职业院校学生的需要,必须对其进行创新,才能使其更好地发挥作用。因此,就有必要把拓展训练引入到篮球的训练过程中,对现有的篮球教育与培训方式展开革新,不仅要对其进行充实与创新,更主要的是要对其实

施的教学目的与方式进行改进,这样才能让更多的学生能够参与进来。当然,这种“相辅相成”的东西,在新时代还只是试验,不可能将二者的训练方式融会贯通,因此必须要进行更多的研究,才能找到最合适的训练方式,才能最大限度地利用双方的长处^[3]。

4 结语

由于高等职业技术学院规模的扩大,在校学生数量增长很快,目前高等职业技术学院的篮球教学活动越来越受到教师和学生的青睐。高等职业学校的教育改革正处在一个持续发展的阶段,我们应该给予足够的关注。在高等职业技术学院开展体育教育的教学工作中,应遵循理念的更新、内容的

创新、评价的科学合理等原则。为了达到职业学校的篮球教学改革的目的,还需要对教学方式和内容进行改革,对教学设施和平台进行更新,对考试系统进行完善,以此来提高篮球教学的品质,培养出高素质的人才。

参考文献

- [1] 安品齐,滕守峰.高职院校篮球教学改革思路与对策研究[J].灌篮,2021(30):20-21
- [2] 任军峰.高职院校篮球教学改革思路与对策研究[J].产业与科技论坛,2021,20(22):196-197
- [3] 梁磊.浅谈高职院校篮球教学改革思路与对策[J].记者观察,2018(30):80

(上接第 67 页)

3.2 让游戏在数的认识教学中成为“催化剂”

游戏是学生最喜欢的学习方式。为了发展他们的数感和量感可以开展“猜数”游戏,老师心里想了一个数,学生通过向老师提问,教师回答“多一些、少一些、多得多、少得多”帮助学生最终猜出老师心中所想的数。通过游戏既让学生进一步理解描述数的相对大小词语的实际意义,并能在具体情境中灵活应用,又渗透了“区间”逐步逼近的思想,学生在体会数的大小的同时,还能学到解决问题的有效策略,有利于发展学生的数感。比如教学“1亿有多大?”时设计“1亿张纸有多厚?”的活动,先测量出100张纸的厚度大约是1厘米,再算出1亿里面有一百万个100,也就是1百万厘米,用米作单位就是1万米,比世界上最高的珠穆朗玛峰还要高。通过操作、计算等活动把抽象的,陌生的大数与生活中具体的事物对应起来,经历数学活动的实践探究,逐步发展数感,让学生学会思考,学会用数学的方法解决现实问题

4 结语

“数的认识”是学生认识和理解数学的开始,是

形成数学抽象能力的经验基础,对学生今后的数学学习有着深厚的影响。新课标也明确指出数概念是所有数学概念的基础。通过对这一结构系统知识教学进行梳理,从最基本的课堂教学出发,深度分析教材,探索和总结在“数的认识”教学中培养学生数学核心素养的方法和策略,有助于学生深刻理解数概念的本质,感悟数概念的一致性,探究实现知识的迁移,培养学生数感、符号意识、模型意识和推理意识等核心素养。

参考文献

- [1] 史宁中,曹一鸣.义务教育数学课程标准(2022年版)解读[M].北京:北京师范大学出版社,2022
- [2] 曹一鸣.新版课程标准解析与教学指导.小学数学(2022年版)[M].北京:北京师范大学出版社,2022
- [3] 叶士江.探寻促进认知结构迁移的教学策略[J].小学教育,2022(7):14-16
- [4] 王勇.数学核心素养的特征分析与培养策略[J].小学教育,2022(12):7-8
- [5] 潘婷婷.关键教具对学生数学核心素养发展的促进作用[J].小学教育,2021(3):25-26
- [6] 李丹音,陈亚明.数的认识教学中培养学生数感[J].小学教育,2016(5):11-12