

对篮球运动在“水平一”中普及推广的探讨

吴健

(福建省漳平市实验小学,福建 漳平 364400)

摘要 近年来,我国在教育方面进行了大规模的改革创新,在教育的过程中更加注重学生的综合素质发展。其中,小学篮球教学逐渐受到了广泛关注,在近几年进行了推广与普及,但在推行的过程中受到了多方面的阻碍,存在着教学内容上的不足以及学生学习兴趣较低,同时教学效果不佳的情况。对此,广大教师应结合小学篮球教学实际现状,分析探究如何做好小学篮球技能教学,为篮球运动在“水平一”的普及推广提供相关建议。

关键词 小学篮球 水平一 教学探讨 普及推广

中图分类号 G62 **文献标识码** A

文章编号 1673-9132(2019)12-0153-02

DOI 10.16657/j.cnki.issn1673-9132.2019.12.141

在当前教育改革的背景下,我国的教育逐渐面向培养学生综合素质发展。其中,篮球运动在近年来得到了推广,同时也逐渐成为小学体育教学中的重要教学内容。在现阶段,教师主要是以“水平一”中的篮球技能教学为主,为学生提供良好的篮球教学。“水平一”主要是结合小学生的心理和生理特点,为学生提供良好合适的篮球教学方法,帮助学生在学习篮球运动。下面,笔者就对小学篮球教学进行探究,以为我国水平一中篮球教学提供良好的教学依据。

一、现阶段小学篮球教学中存在的问题

(一)部分学校的教学观念依旧处于落后水平,篮球教学未得到很好的推广

在现阶段,虽然教学改革的浪潮已经席卷整个中国,大多数的学校已经在教学方式与教学重点上进行了巨大的改变,但依旧存在着部分学校未跟上改革潮流,延续着传统的教学观念,依旧单纯注重学生的文化知识学习,进行应试教育,在很大程度上限制了学生在多方面的发展与成长。与此同时,对于体育教学的重视程度也相对较低,并未做到培养学生的身心健康同时进步成长。在此过程中,篮球运动并未得到很好的推广,同时,“水平一”中的篮球教学也并未得到学校的重视。

(二)部分小学的篮球教学缺乏专业教师的专业指导

虽然篮球运动的教学逐渐得到了推广,但由于多方面的原因,大部分学校在体育教学方面一直缺乏专业性的教师,尤其在篮球教学方面,缺乏具备专业知识的教师来进行教学,导致“水平一”中教学知识无法有效的展示给学生,严重影响了“水平一”中篮球运动教学在小学的推广普及,同时也影响了篮球运动教学的教学效果。

(三)小学生对篮球运动的学习缺乏兴趣

由于部分学校的篮球教学在教师安排以及课程安排上存在不足与缺陷,导致教师在篮球教学时无法依据“水平一”课程中兼顾到学生身心特点,为其安排合理有效的课程,学校也没有足够的课程安排给学生学习篮球,使得大部分小学生在

篮球运动的学习上缺乏积极性,没有学习兴趣。这也使得篮球运动在“水平一”中的推广普及受到了阻碍,影响了篮球运动在小学发展进步。

二、在小学篮球教学中推广普及“水平一”篮球运动技能的具体措施

(一)做好“水平一”篮球技能教学在小学篮球教学中的宣传解读

在现阶段,要想做好篮球运动在“水平一”中的推广普及,首先需要做的就是做好对于“水平一”中篮球技能教学的宣传与解读。当前,“水平一”主要指的是在对于中小学的学生体育教学中的体育课程安排。其中,“水平一”主要对应的就是低年级学生的体育课程,一共分为六个等级,由简到难,课程的安排主要是依据学生不同阶段的生理与心理上的特点来进行的,具有较高的科学性与合理性。从水平一到水平六,该项体育课程的教学目标是培养学生掌握一门能够提升自身身体素质,并能够在今后的相关比赛中能够使用到的体育技能。学习的过程不仅要做到符合不同年龄段学生的身心特点与要求,还要让学生学习掌握一项体育运动的基本技能与相关战术,能够在比赛中运用。通过这种方式,能够使得学生在日后的实战中体会到篮球带来的乐趣,从而产生兴趣,培养长期参与篮球运动的习惯,这也恰恰是新课标中“终身体育”思想的体现。

要达到这一目标,教师需要结合学生的年龄特点,考虑到学生不同时期的身体素质以及心理素质发展,寻求合适的教学方法来配合相应阶段的教学,并辅以适量有效的竞赛,强化篮球学习的教学效果。对于使用“水平一”教学课程的一二年级的小学生,考虑到其正处于身体发展的敏感时期,发育不成熟,对精细动作的掌握较差,同时,考虑到其对于事物的好奇、喜欢模仿的心理,教学就要注重中掌握简单的技术动作,并配合一定的游戏情境将其展示给学生,通过活泼有趣的教学方法进行教学。这样不仅可以提高学生的学习兴趣,还能有效促进学生对于基础运动技能的学习掌握。

(二)在小学的篮球教学中注重采用游戏化的情境方法进行教学

考虑到小学生在生理与心理上面的特点,在进行教学时要考虑到教学方法的运用。其中,通过情境化、游戏化的教学可以提高学生的参与兴趣,提升教学效果。首先,需要注重到情境教学的重要性。在实际操作中,教师要根据教学的目标和内容创设出具有吸引力的教学情境。这种情境的创设可以通过体育器材以及体育场地构成,也可以通过教师的语言表达来创设。通过创设情境,不仅能吸引学生的参与欲望,还能诱导学生产生相应的情感体验,从而真正提高教学效率。

其次,应当注重到游戏化的教学方法的运用。在教学过程中,教师应当注重到把握学生“爱玩”的心理,利用体育游戏的趣味性吸引学生注意力,将体育知识融合在游戏当中,展示给学生,使得学生能够在玩中学习到体育技能以及安全知识,培

培养学生的创新意识以及多方面的能力,提高学生参与课堂教学的积极性。例如,教师可以让学生玩“狼来了”这个游戏。即将学生分为两个队伍,一方作为“猎手”,一方为“狼”。“猎手”站在罚球线准备投篮。“狼”站在球场底线处,等待教师命令,准备以蹦跳的方式抓“猎手”。“猎手”需赶在“狼”拍打到自己之前将篮球投篮,如果投篮进,“狼”即被猎枪击中淘汰,换同组下一对“猎手”与“狼”上场重新开始;若投篮未进但击中篮筐,“狼”需暂停行进5秒钟,直至“狼”碰到“猎手”或者“猎手”投中结束。这项游戏由参与的学生轮流扮演“猎人”与“狼”。活动结束后,胜利次数多的一方获胜,失败方进行才艺表演,胜利方获得“投篮小能手”勋章。

这项游戏化、情景化的篮球小游戏充分利用了游戏的特性以及情境创设的优点,将投篮比拼辅佐以猎手与狼之间的较量的游戏背景,在很大程度上增加了学生参与的兴趣,并在游戏进行的过程中提高了练习效果。在此过程中,游戏的规则在一定程度上对于投篮练习者施加一定的心理压力,这从侧面培养了学生在面对压力时的心理承受能力,对于日后在比赛中的投篮动作的强化和实战应用有着较大的促进作用。同时,在游戏的过程中,投篮练习者迫于压力,会把握每次投篮机会,并增加投篮练习的密度。在练习投篮的同时,对学生的下肢力量也进行了训练。通过这样一个简单有趣的游戏,不仅增进了学生之间的友谊,也提高了学生之间的合作协作、配合的意识,对于学生的身心健康发展有着良好的促进作用。

三、在小学推广普及“水平一”篮球教学的具体单元计划

(一)初始阶段的教学方法安排

小学的“水平一”的篮球教学主要是针对于学生篮球入门所准备的,学会篮球的第一步通常是先学会原地运球。该项技能的学习与掌握需要教师为学生讲解运球的基本要领、学生领悟之后才能进行。

在此过程中,教师首先需要向学生详解一下篮球运球动作的基本要领,给学生展示篮球运球的要点,保证每一个学生都能够基本掌握。然后增加原地运球教学课程,将学生分为5人一组的纵队,每组1个球,每人原地运球10个,由队首学生先开始,然后依次传递下去,进行两个来回的练习,每个人运球10次,并在最后示意下一位学生接球,然后下一位继续原地运球。紧接着可以增加训练难度,要求每位学生运完球后立即跑到队尾进行传递;将每次落球的范围规定为更小的区域等。将学生划分为小组进行比拼,在运球不停止的情况下,用时最短的组获胜,进一步提高原地运球的趣味性,增强学生在训练中的趣味性,提高训练效果。

(二)巩固阶段的教学方法安排

熟悉基本的运球技能后,需要进行相应的巩固练习来加强学生对于篮球运球技能的掌握程度。其中,图形接力运球是一种比较不错的训练方法。该项训练需要在掌握好运球基础后,将学生划分为小组进行传球运球练习,需要学生掌握一定的交换球的基础技能之后才能进行。教师将学生安排为有规则的图形(如圆形、正方形等)来进行接力运球。在接力运球中,以正方形接力为例,教师将学生分为4人结为1组的小组,每人各站在正方形的一个角上,每个人前面标记一个落球区域(可根据训练情况设置区域的大小),要求学生传球时必须准确,按照顺时针方向进行,每个人运球10下,保证球落在规定区域内,没有落在规定区域内的运球不能计数。等到训

练后期,教师要适当的加大训练难度,例如,进行六角形传球运球,要求学生每次将球传给对角的同学,然后该同学将球向右传,保证传球的准确性。随着人数的增加,游戏的难度也在增加,对于学生之间的配合度要求得也更高,不仅能够提高学生的运球技能,还能够很好地培养学生之间的团队协作能力。

(三)提高阶段的教学方法安排

1.定点投篮与跑步上篮。对于年龄较小的学生来说,投篮具有一定的难度,需要教师进行合理的安排。首先,教师要结合学生的力量进行投篮位置的选定,考虑到低年级的学生来说,手臂力量以及下肢力量都较弱,需要合理选择训练才能达到效果,培养学生投篮的技巧以及手臂力量以及下肢力量。在此过程中,教师首先要对学生进行一定的力量训练。其次,教师可以先选好投篮点,规定学生必须站在投篮点进行投篮,并且进行分组对抗,每组分配5人,每人投篮1分钟,累积哪一组命中数多哪组获胜。上篮训练则需要有良好的体能以及投篮机巧支撑,教师要在课堂上对于学生的体能进行一定量的训练,在日常的训练中注重提高,并合理安排进行上述的比拼比赛,用于巩固训练效果。游戏的紧张气氛有助于激发学生的积极性,从而有效提高教学质量。

2.躲闪运球。躲闪运球训练属于对于小学生来说属于较为困难级别的训练,对于学生的体力耐力以及身体灵活性的要求较高。躲闪运球需要在半个篮球场上进行,在此过程中,教师需要将学生需要分成2组,每组5人,在半个球场内每个人都拿篮球进行运球,分为外围和内围两个部分,外围为1组设为2个球,外围的人需要把这2个球滚或抛入内围,去袭击内围人腰部以下的地方,被击中或运球停止则出来,出来的人要加入外围击球行列,直至内围都被击中为止。这个游戏不仅能够有效提高学生的运球能力,还能够锻炼学生的视野和灵活性。

四、结语

现阶段,小学体育教学越来越受到社会关注,其中,对于篮球运动的普及与推广也日益重要,做好篮球运动在“水平一”中的推广与普及是时代之所趋。在此过程中,学校与教师要注重把握不同时期学生的不同生理与心理特点,制订科学合理的教学计划,在保证学生积极主动、饶有兴趣参与体育活动的同时,注重培养学生一定的篮球技能与技巧,为学生日后的运用提供良好的保证,也为篮球运动在中国的发展注入新的力量。

参考文献:

- [1]赵娟.“快乐小篮球”第2课时(水平一)[J].体育教学,2017(10).
- [2]胡盛生.对实施小学篮球单元教学计划的探索[J].教师,2014(9).
- [3]金晓辉.解析目标差异 把握价值取向——以浙教版水平一(一年级段)小篮球教材为例[J].吉林教育,2015(8).
- [4]毛磊.太原市城区小学篮球教学现状调查研究[D].山西大学,2013.
- [5]张元文.少儿篮球适宜教学体系的研究[D].苏州大学,2007.

[责任编辑 张翼翔]

作者简介:吴健(1973.4—),男,福建漳平人,一级教师,研究方向:小学体育教学。