

初中篮球教学策略探究

张 锋

四川省南江县沙河中学 四川 南江 635600

摘 要：随着知识经济时代的发展，传统教学模式与理念已经逐步淡出人们的视野。从教学方式层面来看，国家与地方政府部分都投入大量的物力与人力推动教学改革，探索新的教学模式。从学生学习层面来看，学习渠道得到拓展。但是在改革过程中，仍存在不少弊端与问题，对学生的身体与心理有着一些损害。初中篮球教学，在初中教育体系里并不受重视。因此，改善初中篮球教育，不仅可锻炼学生的身体素质，还可以全面提升学生的综合素质。

关键词：初中篮球；教学策略；探究

初中阶段的学生素养最容易培养，团队协作能力和压力协调意识都是需要这一阶段重点培养的。为了让学生在体育锻炼中掌握体育的精髓，并且鼓励学生进行终身体育锻炼，在初中体育教学的过程中教师要灵活运用体育教学策略，从培养学生的兴趣入手，逐渐提升学生的体育综合能力。篮球作为初中阶段一个普通的体育项目，也是人们在生活中时常接触到的，切实贴近学生日常生活，对培养学生的体育兴趣来说是一个很好的项目。

1 训练方法要讲究实效

篮球运动流行于国外，是一种高强度对抗性体育项目。考虑到初中学生的体格、性格特点等方面内容时，他们还不适合进行高强度训练，所以初中体育教师更要强调教学方法，结合本校学生的具体情况制定篮球教学的具体计划。初中学生的兴趣广泛并且具有较大的可变性，尤其是对于新鲜的事物，往往会投入更多的心思去研究学习。篮球运动对抗性强烈，竞争性强烈，所以容易引起学生的兴趣。篮球运动能够充分体现体育教育的主要内容，一场五对五的比赛中，能够同时具备田径项目中的跑和跳；在篮球的不断变化之中也能训练眼力，提高自身的灵活性以及和团队的协作能力；初中篮球课不仅能够提高学生的篮球水平，而且还能增强学生的体质，使其身体得到全方位的发展。

简便的训练方法就是教师通过制定一系列的篮

球动作，让学生跟着做，并且重复动作，加强运球手感以及身体的协调能力，不同的动作要接替训练，不能在一个动作上占用太多的时间。训练的过程要遵循由易到难，由简到繁，循序渐进。以传球为例，首先要训练的是无球的动作模仿，然后结合篮球进行双人互动练习，逐渐提高动作质量。

2 设计符合学生标准的教学内容

学生的感觉器官在初中阶段得到强化，他们的听觉和视觉在这一时期最为发达，所以学生在这一阶段更叛逆，喜欢自由，而篮球比赛里的规则正是对其的限制。没有更严格的规则，没有裁判，没有比分，学生之间的篮球比赛更倾向于团队意识的培养。因此，初中体育教师要制定更为自由的篮球教学内容，使其更倾向于“街头篮球”的效果。此时主要是培养初中生的篮球球感，所谓篮球“球感”或“球性”的词语意思就是学生对于篮球的熟悉程度，这对于初中生以后的篮球兴趣发挥具有重要的作用。不同班级的学生对待篮球的兴趣会有很大的不同，所以初中体育教师要能够根据不同情况来制定不同的指导方法，在学生进行个人练习时可以建议原地运球来提高“球性”为主，从而提高他们对篮球的感知能力。街头篮球的设定是在没有严格教师监督下进行的，学生能够充分发挥自己对篮球的理解，根据自己的想法进行自我尝试创作篮球动作，也可以根据学生自己的需要来学习各种篮球技巧。

比如,一些同学不懂得篮球规则,所以在准备比赛时,教师可以根据不同篮球水平的学生进行分类,在各自的场地内进行训练,通过观察学生间进行的运球、传球等动作进行思考抢断球的练习,以便创造出更适合学生的篮球规则。

3 培养学生的篮球兴趣

竞争是提高学生进行篮球学习的好方法初中体育教师在进行篮球项目教学时,可以在课堂上设置一场小比赛,这样一方面可以检验学生们课堂学习的程度和效果,另一方面比赛还可以带动学生的学习激情,从而使课堂充分活跃起来。通过在篮球教学课堂上设置比赛,使学生投入到准备比赛和进入比赛情景中去,进而对他们熟练掌握篮球知识以及运用技巧起到积极的作用。在篮球教学中采用比赛法,能够更大可能的带动全部学生加入知识的学习中去,这样才能使每一位学生的潜能被发掘出来,从而增强他们对于篮球学习的自信心,使其能够在今后的体育学习中更具有学习的主动性。作为中学体育教师,在进行篮球教学模式的研究时,要考虑全面,不能一味地沿用传统体育教学方式,埋没不同学习程度学生们的才能,应该积极进行模式创新,使自己的课堂对于学生而言更具有吸引力。比如:教师在教授学生们投篮技巧时,前半节课可以让同学们进行自主练习,后半节课通过分组进行投篮,哪一组投篮进球总数最多获胜;体育教师在教授运球时也可以进行分组练习并进行比赛,全组运球所用时间最短的获胜,规定获胜小组每人都可以得到小礼品作为奖励,在这样的模式下,教师可以充分观察每一位学生的学习情况,也可以提高体育课堂学生的参与度,不失为一种两全其美的方法。

4 满足学生需求

初中篮球教学过程中,教师应重视学生个体的不同身体素质和发展需求,依据学生的兴趣特点合

理设计教学内容,在讲解示范和训练的过程中要突出学生的主体地位,由学生自主选择练习项目,形成自主、合作、探究的体育学习方式。同时,教师还要依据学生实际水平合理编排训练内容,并鼓励他们勇于实践和创新,为学生终身体育意识的养成打下良好的基础。

例如,在篮球的传、接球教学中,教师在向学生讲解运动技能的同时,还要与学生探讨各种练习的方法,锻炼学生观察力、注意力以及对篮球技能的认知能力。同时,教师要鼓励学生在观察模仿中进行自我创新,并打破性别的局限性,依据学生的实际能力水平进行科学分组,5~6人最为适宜,让学生在体验、交流、想象、分析的过程中,自由创新练习形式,可上、下肢配合运球,也可轮流交叉传球,让学生在多向交往中掌握篮球技能和理论知识。

长期进行体育锻炼是保证身体健康的必要条件之一,初中生正值青春发育期,也正是进行体育锻炼的好时期,因此,在初中阶段,教师应引导学生树立起长期锻炼、终身运动的意识,为其今后的学习和健康打下坚实的基础。作为初中体育教师,同时也要积极进行教学方式的创新,为体育课堂增添吸引力,激发学生们参加体育锻炼的主动性和积极性。

参考文献

- [1] 于之琰.浅谈如何提升初中篮球课的教学有效性[J].时代教育,2017(22):141.
- [2] 谭秀照.浅谈初中篮球教学的影响因素及对策[J].当代体育科技,2017,7(03):110+112.
- [3] 查星璐.提高初中体育篮球教学有效性的思考与探索[J].新课程(中学),2017(01):9.
- [4] 徐仁勇.初中篮球教学的影响因素及对策探析[J].好家长,2016(21):227.