

# 小学体育课中篮球内容教学的问题及改进方法

文/邹康

**摘要：**篮球教学是小学阶段体育教学的重要内容之一，在新课改背景下，基于小学生活泼好动的特点，对于篮球教学活动的高质量开展提出了全新的要求。为了能够更好地完善小学篮球教学工作，有效提高小学篮球教学质量，本文分析了现阶段小学篮球内容教学中存在的问题，提出对应的改进方法。希望能帮助小学生掌握更多的体育技能，进一步强化学生的身体素质，为学生的身心健康发展提供保障。

**关键词：**小学体育课；篮球内容教学；问题及改进方法

篮球运动作为小学体育教学中的重要组成内容，通过篮球教学能够帮助小学生增进健康、增强体质，丰富学生的课余文化生活。篮球项目也具备较高的学习、锻炼价值。新课改的教育目标将更加着重于培养学生的独立思考能力、创造性思维能力、团队合作精神。这些教育理念将有助于更好地满足学生的个性化需求，并且更好地帮助学生在日常训练中取得成功。因此，教师应遵循新课改的教育理念，根据最新的课程标准来改进篮球的教学方法，让它更具有实用价值，并促进学生的全面发展。

## 一、小学体育课中篮球教学的作用

近年来，各级部门都非常重视和支持教育工作，这大大推动了教育的变革和发展。体育教学除了传授学生必须掌握的基础体育技巧和理论知识外，也应积极组织各种形式的体育活动，增强学生的身体素质和精神状态，满足当今社会对于优秀人才的需求。关于篮球教学的意义，可以总结为以下两点：一是开展篮球教学可以提高学生的身体素质。研究表明，许多学生把大量的精力放在繁忙的课业上，而缺乏足够的休息和锻炼，这就导致学生无法充分利用自己的体能，也就无法充分发挥自己的潜能，最终导致学生的学业和日常生活受到不良的影响。研究发现，篮球课程能够帮助学生更好地应对挑战。老师应指导学生安排好自己的课堂作息，并充分利用课余时间锻炼身体。二是开展篮球教学可以进一步提升小学的体育教学水平。在众多的儿童活动项目中，篮球无疑是最受学生欢迎的。它不仅提供了丰富的训练内容，还教授了许多有用的技能。因此，许多学生选择了这项活动来增强自己的身心健康。所以，通过加大对篮球课程的投入，改善课堂内容和授课模式，能够持续推动学校的体育课程质量，从而提升整个学校的体育水准<sup>[1]</sup>。

## 二、小学体育课中篮球内容教学的问题

### （一）意识、基础较为薄弱

全社会对小学篮球教学的重视程度不够，很多人都会觉得打篮球只是一种娱乐活动，但实际上，它也可以促进学生更好地完成学生的学业，增强体质，通过合理的锻炼，可以大大改善学生的身心状态，并且可以帮助学生更好地实现自我价值，从而获得全方位的成长。总而言之，篮球是一项极具价值的课外锻炼。因此，为了让学生更好地成长，应该采取多种措施，大范围地推行小学篮球课程。同时，由于缺乏充足的资金和良好的设备，学校在小学篮球课上的投入远远低于预期。尽管现在鼓励实施素质教育，但许多学校依旧将重点放在了培养学生理论技术和技巧上，而忽略了对体育的重视。在这种情况下，需要重新审视教学模式，并加强对体育的重视。改进体育教学模式，可以让学生选择更加有趣的运动项目，比如篮球运动。篮球运动对于儿童的成长和健康至关重要，教师应提高篮球教学模式，激发学生运动热情，努力让学生投身其中。通过参加各种体育课程，可以让学生在身心健康的同时，也在思想上得到锻炼。这些课程对于促进学生的身心健康都有着至关重要的作用。然而，在实际操作中，有些老师把篮球教学作为一项强制性的任务，把重点放在了体育课上，忽视了课下的作用。事实上，体育课既有助于增强学生的身体素质，也有助于培养学生的智慧和优秀的心理素质。

### （二）内容、形式较为陈旧

篮球教学在体育课程中应被视为一门独立的学科。通过多年的研究，发现，将“教”与“学”相互融合，可以很大程度地改善体育课堂的氛围，使得它的教学内容、形式以及活动范围都得以扩大，从而使小学体育课堂的质量得到显著的改善。尤其是针对

篮球,可以通过多种多样的教学形式,让学生充分感受到运动的乐趣,从而激发出学生的运动热情。对于小学生来说,学生的喜欢和需求往往会影响学生的运动技巧的掌握。在进行篮球教学和训练时,有些教师由于未考虑如何将“教”和“玩”有机地融入一起,加上学生本来就有着热衷运动的倾向,因此,传统的篮球教学模式很难满足学生的喜欢和需求,教师要针对小学生的身心特点设计多种多样的运动方案,这样才能促使学生拥有更丰富的运动经验,让学生更深入地理解和掌握运动技巧。因此,为了提高小学生的身体素质,必须将“玩”和“教”有机地融入体育课和篮球教学当中,以激发学生的兴趣。需要注意的是,由于学生的骨骼尚未完全成熟,其肌肉力量和耐力都相对薄弱,加之小学生的心跳速度比较慢,更容易感到疲惫,如果学生的锻炼量过多或者锻炼时间过长,会对学生的身心发展产生不利的影响。因此,为了保



证青少年的身心健康发展,小学生的体育锻炼强度应该在合理的范围内。将“教”和“学”紧密联系起来,让学生更好地掌握运动技巧,并进行适当的训练,让学生在保证一定训练强度的同时也可以获得良好的心理和精神状态<sup>[2]</sup>。

### 三、小学体育课中篮球内容教学问题的改进方法

#### (一) 树立正确意识,理论结合实践

首先,通过深入的篮球内容教学,不断扩大学生的知识面,培养出具具备良好篮球素养的学生,是小学篮球教学活动的基础和保障。这需要体育教师拥有丰富的专业知识,深入理解篮球的规则、技巧、策略,并且不断积累丰富的实践经验。小学体育教师应根据学生的身体特点和学习能力,设立一套科学的训练方案,组织学生学习篮球理论和技巧,以便学生更好地理解这项体育项目的规则、性质、技巧、策略。采取多样化的教学模式来帮助学生理解这些篮球运动知识,比如设立任务、组织分享讨论、课后反馈、撰写训练日志等。以运动心理学、运动训练学等知识为依据,将基本的篮球技能和战略结合到实际的体育教学中,这样可以大大提升学生的篮球的实力,从而使得学生可以更好地参与到篮球内容学习中。为了更好地实现篮球内容教学目标,学生也应该拥有出色的篮球意识,以便能够更快地应对各种情况,从而更好地完成任务。通过了解队友的传球目的,可以更加准确地完成整套的战略部署。例如,当观赏比赛时,经常可以发现队友之间的空切接力,表明了团队协作的重要性。为了避免传球失败,教师必须准确地理解每个人的运动特点,并且给予充足的指导。通过将技巧与战略相结合的训练,可以提高学生的篮球素质。学生需要具备一定的逻辑性和决策能力,才能掌握相应的篮球技巧和比赛心态,从而促进学生的综合能力的发展,随着对技巧、策略的不断深入研究,学生的篮球意识也在不断发展,认知能力及毅力不断增强。在教学训练中对学生进行有效的心态调节,以此来加强学生的身体素质,从而更好地发挥出自身的潜质。

#### (二) 突出主体地位,尊重个体差异

首先,确立学生主体地位。新课改的实施奠定了“以教师为主导,以学生为主体”的教育理念。过去的课堂上,学生往往只能按照老师的指示或者传统的方式来完成任务,缺乏主观能力。相比之下,采用多元化的教学

方法,可以鼓励学生独立探索,并与老师共同探究,这样能激发学生的兴趣,促进学生的参与度,进而达到最佳的课堂效果。例如,当学习体前变向运球时,教师应该首先进行一次示范,以帮助学生更好地理解这一技术。接着,学生可以根据自己的理解进行模仿和练习,直到学生对这一技术有了更深刻的认识。最后,教师应该重点强调运球的距离、高度等细节。另外,由于每个年级的学生身体特点及理解能力不同,体育教师应尊重学生个体差异,科学合理地设计篮球教学方案。教师还应该采取平等的态度,给予学生充分的尊重,当学生遇到困难时应给予针对性的指导。让“吃不消,跟不上”的学生很容易就能够找回自信,获得成功的喜悦;让“进度快,止不住”的学生更好地发挥自己的潜力。体育教师在教授篮球课程时,充分考虑到每位学生的独特性,并采取适当的措施来帮助学生提高自己的能力。在性别方面,男学生通常会比较好奇心、敢于冒险和热爱。因此,教师应该在课程的初期就鼓励男生去练习投掷,帮助学生发掘自己的潜能,促进学生对篮球运动的喜爱。虽然女学生通常比较胆小,不太敢于冒险,但教师也应该鼓励她们练习投掷。教师可以通过不同的授课方式帮助初学者提升篮球技巧。比如,教师可以让初学者练习原地投掷,并让其练习跳跃。如果学生的技巧掌握得不错,教师还可以教授如何通过快速移动、转换视角等手段帮助初学者提升投掷能力。让学生展示自己的技能,发掘和培养学生的运动特点,让学生能够找到最佳的发展方向,从而提升学生的自尊和成就感,让学生能够更加轻松愉快地完成课程<sup>[3]</sup>。

### (三) 创新教学方法,完善教学过程

教学方法是衡量教师教学能力的重要指标,它可以帮助教师更好地指导学生,并增强学生的主观能动性。单一的教学方法会抑制学生对篮球的兴趣,因此,教师应该根据学生的不同需求,采取多种教学方法,并通过多样化和有趣的方式,让学生更好地体验篮球,从而提升教学效果。一是案例教学法。通过使用案例教学法,教师可以更好地帮助学生,并培养学生的独立思考能力。例如,在教授小学篮球课程时,教师应该利用实际例子来指导学生,让学生通过实践操练来掌握篮球的基本原则、技巧,并培养学生的创新思维。通过观看篮球比赛的录像来让学习相关技巧,教师可以将学生分成若干个小团队,通过写作探究性学习来获取知识。学习团队将会在一起讨论并分享自己的学习经验。教师还可以对每个团队开展针对性的训练以使其获得相应的篮球技能。通过实践,

学生可以将所掌握的知识应用到实际的篮球训练中,从而更加积极地打造个人运动特质。二是游戏教学法,通过使用各种游戏来帮助学习,这种方法能够更加轻松地培养学生的兴趣,并且能够更加有效地帮助学生掌握知识。作为一名优秀的篮球老师,需要充分利用这种方法,并且要能够将课堂与游戏结合起来,以便更加有趣地完成篮球教学课程。如采用“单手肩上传球”的动作训练,可以采取游戏的方式进行,先把学生划分到四个不同的团队,每个团队都要接受一次独立的肩部传递技能的挑战,并且根据每次的传递速度来评定团队的表现。这种有益的游戏式教学方式,不仅能激发学生的体育热情,而且还能够获得良好的教育效果。三是角色扮演法。目前,小学篮球课堂上,学生通常只能扮演接收者的角色,这种单一的角色定位不利于培养学生的篮球兴趣。为了解决这个问题,教师可以采用角色扮演的方式,让学生在模拟比赛的过程中进行训练,增强学生的角色感,并通过多样化的角色活动来增加学生的体验,从而提高篮球课堂的效率。如“传切配合”训练以“正切”和“反切”为基础,结合“明星模仿秀”的内容,为学生提供一系列精彩的明星动作视频,以及一系列角色扮演活动,以此来激发学生的兴趣,让学生对篮球训练有更多的期待,并且能够通过仔细研究视频,自主建构出一套完整的训练计划。

### (四) 科学选择内容,结合竞技比赛

首先,在选择小学体育课程的教学资源时,需要注重形式多样化,需要根据《体育与健康课程标准》的相关规定,确定适合小学生的篮球课程内容。为了更好地帮助学生,体育老师应该根据学生的具体情况来安排课程,确保课程的主题及重点与学生的需求及能力相符,以保证篮球课程的教学质量。老师还可以把课程的主题拆分为若干个具体的步骤,然后根据步骤来安排课程。例如,可以通过培养投掷技巧、控制节奏和控制球的技巧来提高学生的技术水平。为了达到最佳的教学效果,建议采用多种体育活动,例如学生的往返跑,这样既能锻炼学生的体魄,又能增强学生的心脏和呼吸系统。此外,还建议根据每个学生的年龄和健康状况,因材施教,精准地设计课程,从而更好地帮助学生成长。以往,许多老师只关注传授基本的篮球技术,例如发球、投篮,却没能充分激发学生的学习热情,也没能让树立起终极的体育观。在培养核心素养的教育理念下,教师应该更加注重让学生更好地认识并掌握篮球运动,并且通过与其他课程的互动,让学生更加深刻地领会这项运动的精髓,



让学生能够真正地感受它的魅力。其次,在设计篮球课程的过程中,需要特别注意它的锻炼、玩耍和娱乐功效。因此,老师应该根据学生的成长水平,采取适当的课程设置;针对初学者,老师应该让学生参与体育活动,并通过玩乐来激发学生的学习热情;针对有一定篮球基础的学生,老师应该让学生掌握更多的篮球知识,并通过练习来巩固学生的竞争优势;在课堂上,会让高年级的学生练习更复杂的篮球技术,同时也会注重培养学生的团队合作精神和竞争精神。最后,通过实际操作来锻炼学生,这种方法无疑是最有效的。在竞技体育中,场景紧张,竞争激烈,情况复杂,因此,拥有清醒、敏锐、善于思考、果敢决策的能力,才能成功地应对各种情况。而这些,完全可以通过篮球实践来实现,它不仅可以让学生更加熟悉技术,还可以让学生更加熟悉如何应对各种挑战。为了提高竞争力,学生需要学会快速作出适当的决策,并且具备良好的战略思维。因此,教师需要制定明确的训练方案,最终提升学生的篮球技能和身体素质<sup>[4]</sup>。

#### 四、结语

新课改的教育理念将学生置于课堂的核心,将学生的需求与老师的引导有机地融为一体,以期达到既增加学生的实践能力,又能够激发学生的潜能,从而促进学生的全面发展的目标。教师在课堂教学过程中,通过不断发现问题、分析问题、解决问题,进而

建立科学合理的多元化教学模式,促进学生主动参与篮球学习,从根本上为学生的篮球学习效果提供支持。教师应积极分析篮球内容教学过程中体现出的各种问题,以树立正确意识,理论结合实践,突出主体地位,尊重个体差异;创新教学方法,完善教学过程;科学选择内容,结合竞技比赛等措施,将理论与实际结合在一起,充分利用教学工作的优势,为学生提升体育综合素养奠定良好基础。

#### 参考文献:

- [1]吴建军.“教会、勤练、常赛”视角下小学篮球教学内容的优化与应用[J].体育教学,2022,42(8):43-46.
- [2]冒华.趣味田径在小学体育教学中的应用研究[J].基础教育论坛,2022(22):63,65.
- [3]漆利君.关于初中阶段体育课程篮球大单元教学内容的研究[J].全体育,2022(3):46-50.
- [4]王晓波.提升小学生体育核心素养的有效策略探究——以“行进间单手肩上高手投篮”为例[J].拳击与格斗,2022(18):114-116.

**作者简介:** 邹康(1993—),男,本科,研究方向:小学体育。

(作者单位:贵州省黎平县水口镇归双小学)