

# Reform of Basketball Course Teaching in University

Yu Xiang

Zhejiang University of Science and Technology P.E and Army department, Hangzhou, Zhejiang, China

**Abstract**—Reform of basketball course teaching should change the form of technical skill instillation into the aim of encouraging college students to exercise and to develop permanent exercise habits. It should attach importance to college students' mastery of basketball skills and the improvement of their physical and mental health with the principle of "people-oriented". The purpose of the reform is to enhance college students' sense of fitness, to strengthen their abilities of working out and to develop their habits of exercise gradually as well as to make them the successors of our society.

**Keywords**—basketball curriculum, transformation of education, colleges and universities, development ideas

## 普通高校篮球课程教学改革新思路

于向

浙江科技学院体育部, 杭州, 浙江, 中国

**摘 要** 高校篮球课程教学改革要从单纯意义上的技术技能传授, 转变为以培养大学生自觉进行体育锻炼、形成终身体育锻炼行为习惯, 必须紧紧围绕“以人为本”的教育指导方针, 在重视大学生掌握篮球运动技能和身心素质提高的同时, 使大学生健身意识不断增强、健身能力不断提高、健身习惯不断养成, 真正把他们培养成为体魄强健的社会发展建设者和接班人。

**关键词** 篮球课程, 教学改革, 高等学校, 发展思路

### 1. 引言

随着社会的发展, 以愉悦、放松为主要目的的休闲体育运动项目正日益受到人们的追逐, 并成为人们进行健康休闲最具活力和最具发展性的生活方式, 面对休闲体育运动热潮的到来, 积极进行体育教育改革, 以顺应体育休闲化、娱乐化的社会发展, 把许多大学生喜欢的休闲体育项目引进高校课堂, 如: 体育舞蹈、瑜伽、木球、防身术等, 以满足大学生对休闲体育的需求。而作为高校传统体育教学的篮球运动项目, 由于受竞技运动训练模式等因素影响, 难以满足大学生健身、健美、休闲、娱乐等多元化需求, 导致校园里出现了大学生喜欢打篮球但不喜欢上篮球课的现象。如何改变这一现状, 对普通高校篮球课程教学模式与教学内容等进行探讨研究和改革, 以促进高校篮球课程教学质量的提高, 是摆在我们高校体育教育工作者面前的重要课题。

### 2. 高校篮球课程改革的目的是意义

学校篮球课程设置和校园篮球运动文化活动的开展是国家篮球运动发展的基础, 一个国家要提高篮球运动水平,

必须从“学校体育”抓起。纵观近代世界篮球运动的发展历程, 诸多篮球强国的篮球运动发展水平都与其各类学校篮球课程开设的基本状况有着紧密联系。篮球课程是高校体育教学的主干课程, 随着素质教育和高校课程改革的继续深入, 传统的教学模式、内容已满足不了大学生的身心需求, 影响了大学生体质的健康发展。在面向全体学生、着眼于学生全面发展和终身体育教育观念指导下, 高校篮球课程必须紧紧围绕“以人为本、健康第一”的指导方针进行教学改革, 努力培养大学生的健身兴趣和能力, 促进个性和身心健康全面发展是篮球课程教学改革的重要任务。

### 3. 高校篮球课程的基础作用及内在潜力

体育课作为高校大学生的必修课, 篮球课程是其重要内容之一, 它在促进大学生身心健康和校园篮球运动文化中发挥着极其重要的作用。首先, 高校篮球课程通过特定的体育教学传播路径进行系统而科学的传播篮球知识技能和篮球文化, 在传播的过程中能使篮球运动内容更加丰富、发展更加快速; 其次, 大学生通过篮球课程的学习, 能提高自身篮球素养, 提升欣赏篮球技艺和篮球运动文化的

品位,为社会造就热爱篮球、喜欢篮球的基本民众;再次,通过篮球课的学习,使大学生掌握篮球运动基本知识、技能,培养大学生进行终身体育锻炼的意识和能力,为毕业后继续坚持体育锻炼打下坚实基础;第四,为社会培养篮球产业经营者、篮球市场管理者,促进我国篮球产业和篮球事业的繁荣与发展。尤其是在我国大力发展体育文化产业的今天,以“篮球俱乐部”为主要“商品”因素的卖方市场和以“篮球爱好者”为消费投资主体的买方市场,形成了刺激竞技篮球运动向着高水平、高技艺的方向不断攀升,同时也促进了我国篮球健身运动的进一步全面普及与广泛开展,这种局面的形成,又以其强劲的反作用力来推动以CBA为龙头的篮球产业经济的快速发展。由此可以看出,高校篮球课程建设的内在潜力和基础作用是巨大的。

## 4. 制约高校篮球课程发展的主要因素

### 4.1 课程设置不尽合理

我国普通高校篮球课程设置,从理论上教学目标体现了“以人为本”促进学生身心健康全面发展的教育理念。但在实践教学过程中,由于各高校的教学条件、场地、器材不同,教师的教学手段、方式、组织形式各异,学生之间身心素质、技能水平参差不齐,另外教师在教学内容选择、教学进度的安排等方面也存在一定差异。因此,在普通高校篮球选项课中要用64学时来保证高质量的完成“运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应”五个领域的教学任务是极其困难的。除此之外,多年来高校篮球教学一直存在着实践课教学与理论课教学比例失调的现象。这并非是体育教师理论水平低,不善讲解,而是他们从思想上认为,普通高校的大学生对篮球理论缺乏兴趣,自身重视也不够,结果使变化多端、寓意深刻的篮球技战术理论变得枯燥乏味,影响了大学生学习篮球运动的兴趣与参与篮球运动的主动意识和练习积极性,制约了大学生对篮球运动内涵的理解与把握,导致了篮球教学满足不了大学生的学习需求,也限制了大学生发散式思维的发展。

### 4.2 教学方式缺乏创新

讲解、示范、模仿、练习的传统教学方式,目前在高校篮球教学实践中依然占主导地位。首先,这种方式在技术教学实践中,教师的示范动作对学生掌握技术动作具有很强的直观视觉效果,但教师在进行技术动作示范或战术的演示过程中,却很难把动作的“动”与“静”有机的联系起来,只能是示范、演示与讲解分别进行,或以静态挂图为模拟对象进行演示,由于演示过程缺乏时空变化的关联性,

动作要点难以突出,学生建立正确的动作概念、形成动作表象时较为困难,体会正确的技术动作有一定的难度;其次,部分高校为了改进教学条件,购买一些体育教学音像资料,但由于多种原因也无法像多媒体那样实现信息的集成、控制和交互,让学生达到感性认识与理性认识的高度融合;再次,由于篮球教学受室外空间、环境等因素的影响,教师在讲授篮球技术动作和战术分析时,学生的视听效果会受到一定限制,给学生掌握技术动作和战术配合带来一定困难。第四,随着时代发展一部分高校教师也采用了现代化手段CAI和多媒体技术进行教学,但篮球课程教学并未发生根本性的变化,教学效果也不尽如人意。

### 4.3 实践教学单一守旧

改革开放30多来,我国普通高校在篮球课程设置、篮球技战术理论、实践教学方面积极借鉴和学习国外先进经验取得了一些成绩,但多数学校只是把国外篮球课程设置、管理方式、教学组织方式和校园篮球运动文化进行了简单的“照搬”和“模仿”,并没有把深层次的内容引入我国高校篮球课堂教学之中,或者把国外学校篮球课程教学的精髓与我国高校篮球课程发展的具体实际紧密结合起来进行教学改革,缺乏具有自己个性特点和创新理念的“本土化体系”模式和内容。如:教学手段单一,教学内容不符合学生的生理心理需求,运动强度不能根据学生的身体素质和个体差异进行安排;教学中过于强调篮球运动的技术动作和战术配合的规范性,忽视篮球运动自身所具有的娱乐性、趣味性与健身性;在培养学生体育健身意识、健身习惯、吃苦耐劳精神、坚强意志品质、团结协作能力及促进学生德智体美劳等综合素质全面发展方面缺乏有效的手段和方法;对学生的评价与考核多数学校只重视学生的终结性评价,忽视学生平时的学习态度与积极表现、个体差异程度和进步幅度等因素,这种考评方式缺乏全面性、客观性,对学生体育意识的培养和学生个性发展极为不利。

### 4.4 学生自身健身意识淡薄

大学生群体是未来社会建设的主力军,其体质状况关系着国家未来的发展。但是,从近几年普通高校对大学生“体质健康测试”结果的跟踪调查发现,大学生群体的体质状况并不乐观,尤其是在爆发力、耐力、力量等体质指标方面都呈现出明显的下降趋势。而国家体育总局、教育部2011年9月对《全国学生体质与健康调研结果》也可看出,我国中小学生体质连续下滑的现象20多年来首次得到了遏制,但大学生体质下滑的情况仍然没有得到解决。除此外,近些年社会媒体也有多次报道某些高校大学生在体育运动中出现运动猝死等严重事件。究其原因(除客观因素

外),主要是大学生自身对体育锻炼不感兴趣、参与体育健身意识差、投入健身时间少,个体健康状况不良等因素所致。

#### 4.5 教学管理导向错位

目前我国许多普通高校在教师工作绩效评价与职称晋升制度中,主要是以硬性指标(教师发表学术论文的数量和级别高低以及申报到的课题)来衡量教师的业务水平,决定其工作绩效、职称晋升的(虽然也强调教学工作重要,但并未真正摆到应有的位置)。如果学术论文没有在核心期刊发表,或达不到一定数量,对其评职称、工作绩效会带来很大影响。因此,一些教师面对关乎自身生存发展的选择,不得不放弃深入探求教学规律、不断提高教学质量、有效增进教学水平的追求,而将大量时间和精力用于撰写和发表科研论文上,研究揣摩学术刊物的“口味”上,使大量课程教学改革的实际工作处于被动应付的局面。除此外,“生评教”的不科学性,对高校教学改革和教学质量的提高带来一定影响。一些教师之所以在体育教学过程中不敢大胆对学生进行严格管理、严格训练,是怕遭受学生“低分评教”的报复,对教师自身发展(职称晋升、岗位聘任等)造成严重影响,增加了教师教学的心理负担,打击了教师的教学积极性。其结果影响了体育课的教学质量,甚至还导致了一些与教育发展相悖(学生要分,教师送分)的不正常现象出现,这严重损害了教育的严肃性和公正性,对体育教学改革也带来了极大的伤害。

### 5.高校篮球课程建设要坚持走改革创新科学发展之路

#### 5.1 积极探索提高大学生健身意识的篮球教学新模式

普通高校篮球课程建设要根据社会对现代化建设人才需求和学生的个人需要进行改革,努力将多学科知识引入篮球课程设置之中,如:把人文社会学、人体生理学及体育文化等多学科知识与篮球专业知识、技能的传授紧密结合起来进行全面考虑。积极引导大学生主动参与,乐于探究,勤于健身的理念。努力建设以提高大学生身心健康为重点、以发展大学生综合素质为内容、以丰富高校校园体育文化为核心的高校篮球课程新模式。努力通过篮球课程教学培养大学生积极向上、开朗乐观的生活态度和高尚的思想道德情操,教会大学生正确处理竞争与合作的关系;通过校园篮球文化活动培养大学生良好的心理品质和团结合作精神,促进大学生正确人生观、世界观的形成。

#### 5.2 篮球课程要体现以人为本科学发展的教学理念

随着科学技术的发展,篮球课堂教学已不再是大学生

获取篮球知识技能的唯一途径。大学生可以通过多元化的渠道,如:社会上的健身俱乐部、网络、校园文化活动等多种途径获取其篮球知识、技能和体育健身方法。教师作为“专家”这种角色也正在发生变化,教学过程已由过去“以教师为中心”改变为“以学生为中心”的教学理念正在逐步形成。因此,课程教学要重视大学生对篮球运动兴趣和终身参与体育健身意识的培养,教会大学生科学锻炼身体的方法,培养大学生主动获取健身知识的能力。努力使大学生在接受篮球知识技能学习和提高身心素质的同时,充分感受到篮球运动所带来的乐趣和自我满足与成功的体验,为大学生毕业后坚持终身体育锻炼打下坚实基础。

#### 5.3 篮球教学要呈现灵活多样的方式方法

篮球教学改革要转变从知识技能的单向传授为主,向提高学生综合素质、培养学生认知能力、理解能力为主的方向发展。把课堂教学以教师为中心、技术技能传授为主,向以教师为主导、学生为主体、学生主动参与、师生互动的教学方式转变。使课堂教学与技术技能传授、健身方法与理论知识传授、篮球竞赛与篮球运动专题研究及校园篮球文化活动相结合,突出体现篮球课程的兴趣性与娱乐性、知识技能性与文化性、健身性与延续性,增强篮球课堂教学的活力和氛围,提升大学生的篮球文化品位和欣赏能力。要充分发挥多媒体教学技术在篮球课教学中的积极作用,为大学生主动学习和掌握篮球健身知识、技能搭建平台。如:教师可以把篮球技战术理论知识、篮球竞赛规则与裁判法知识、体育健身科学知识等教学课件和内容上传到网络课程之中,让大学生根据自身的需要自主安排学习时间、选择学习内容,培养大学生学习的自觉性。

#### 5.4 教学内容要不断优化和改进

高校篮球课程要从实际出发,积极寻求适合我国高校篮球教学发展的教学内容。第一,要从大学生健康成长的长远发展角度出发,培养大学生在生理、心理等各个方面形成终身发展的意向;第二,使大学生掌握篮球运动的基本技能,养成坚持锻炼身体的习惯;第三,校本教材内容的编写要在符合教学大纲的基础上,考虑到大学生的接受能力和兴趣培养,要注重实用性、健身性和娱乐性相结合,努力将篮球教材编写成为“课内外教学于一体、休闲娱乐健身于一体”、内容丰富,提高健身能力,提升文化素养的好教材。从培养大学生赏析篮球运动的能力入手,培养大学生对篮球运动的兴趣,调动大学生参与篮球运动的意识,强化其动机和欲望,努力造就出一大批高素质、高境界的篮球运动爱好者和篮球健身运动的参与者。使课内开的“花”,在课外继续汲取丰富的营养,结出丰硕的“果实”。

## 5.5 教学管理要引领教师健康发展

体育课教学是融知识、技能于一体的复杂系统工作。因此，高校体育教师工作绩效和业务水平的考核，要充分考虑到体育学科的专业性质与特点，客观评价教师的劳动成果，科学界定教师的学术论文与实际教学能力、水平及教学效果的关系。在专业技术职务晋升方面，引导教师紧紧围绕教学本职工作开展学术研究和教学改革。在管理方面，要以调动教师工作积极性，提高篮球课堂教学效果，增强大学生体质和身心素质，提升高校体育教学质量为目标。努力通过制度创新，打造教师成长与发展的平台，铸造专业技能、教学质量和教学水平不断提升的教师队伍。只有“以人为本”建构与社会经济发展相适应的普通高校篮球课程发展新体系，才能促进高校篮球课程和学校体育的快速发展。

## 参考文献(References)

- [1] Lianjie-Zhang, jiekai-Ji. Sports Technology curriculum reform philosophy problem. Journal of Beijing sport university June 2007(6): PP.809-810.
- [2] Lin-Wang, University physical education curriculum in the learning society. Zhejiang sports science, June 2013(9): pp.48-50.
- [3] Shouwen-Wang. Some thoughts on reform of the ordinary university sports teaching. China's higher education research, June 2007(5).
- [4] Deliang-Cai. Analysis the problems existing in the college basketball option class and countermeasures. The contemporary sports science and technology, June 2012(21): pp.38.
- [5] Gaoxiang-Wang. College basketball teaching reform and the development train of thought of research. Journal of sport science and technology literature. June 2012(2):pp.22.