

浅谈高中体育篮球教学中的“以赛促学”

李跃发¹ 丛芸²

1.浙江省宁海中学

2.浙江省宁波市宁海县山水小学

DOI:10.12238/mef.v7i10.9663

[摘要]现阶段，随着社会经济的高速发展，我国教育体系不断展开深入的探索、创新，高中体育教学模式必须做好适应性的革新准备，切实满足新时期学生的成长需求。本文在清晰认知高中体育篮球教学采取“以赛促学”模式积极作用的基础上，逐步研究、分析了大量的资料数据，并坚持推行更加贴合实际需求新型运用策略，如合理调配资源、加强心理疏导、创新评价形式、重视实践训练等，以期可以为关注这一领域的人们，提供一定程度上的参考。

[关键词]以赛促学；高中体育；篮球活动

中图分类号：G63 文献标识码：A

On “Promoting Learning by Competition” in Basketball Teaching in Senior High School

Yuefa Li¹, Yun Cong²

1. Zhejiang Ninghai Middle School

2. Shanshui Primary School, Ninghai County

[Abstract] At present, with the rapid development of the social economy, China's education system has been carrying out in-depth exploration and innovation, to meet the needs of students in the new era. On the basis of a clear understanding of the positive role of “Promoting learning by competition” mode in senior high school sports basketball teaching, this paper studies and analyzes a large number of data step by step, it also insists on carrying out new application strategies that are more in line with the actual needs, such as rational allocation of resources, strengthening psychological relaxation, innovating evaluation forms and attaching importance to practical training, etc, to provide some degree of reference.

[Keywords] Promoting learning by competition; High school sports; Basketball activities

引言

在高中体育篮球教学的过程中，传统模式更加关注基础知识和体能应用技巧的讲解，对培养学生的实践能力缺乏足够认知，很难落实到新课改的教育基准。因此，相关人员需提高对同学们学习热情、兴趣的重视程度，深入探究学赛结合的新式教学方法，进一步通过确定阶段目标，不断丰富课堂的讲学内容，助推学生树立终身体育意识，形成正确的体育活动观念。

一、高中体育篮球教学中采取“以赛促学”模式的积极作用

“以赛促学”是指通过开展各项级别的比赛、活动，对参与人员的专业知识进行补充的过程。在高中体育学科篮球一项的学习期间，采取该模式将会大幅提高课程教学的质量，锻炼、培养学生的实践能力，从根本上促进其走向全面发展的新未来方向。将竞赛融入常规课堂讲学的积极作用是，能充分调动同学们参与的兴趣，让其彼此间加强交流，拉近心灵上的距离，并缓解科目学习上的压力，拓宽视野，丰富知

识储备，从而便于孩子们更好地适应社会，获取荣誉。另外，还可营造体育文化氛围，逐步改变原有的不重视观念，让学生能够积极展示自我，促进高中体育教学的深层发展。

二、“以赛促学”模式在高中体育篮球学赛结合教学中具体的运用分析

（一）合理调配资源

篮球教学期间，相关人员需适应当前时代关于体育学科的全新观念和认知，积极适配课改的宣传工作要求，让社会各界深入了解“以赛促学”模式指导下学赛结合的教学价值，以便取得其资金、资源上的大力支持。目前，高中体育课程改革过程中仍存在部分问题，多以资源配给不均为主，部分项目的基础设施相对落后，设备难以得到及时、有效的改善、更换^[1]。如篮球项目的教学需要在专业场地进行，其篮球架和篮球的选设，都应尽可能贴合高中生的生理身体状况才能把优势最大化。同时，还应与各级社会团体、篮球俱乐部合作，制定人才的共享培养计划，并通过设置获胜奖金、荣誉证书等，激发学生的参与热情，促使其更加专注提升自我的

实践能力，进一步灵活利用所学的知识，深挖潜能。可巧设多类型的篮球竞赛，吸引不同的参与者，也让孩子们获得更多的比赛参与机会，接触不一样的文化、思想观念，打造一个舒适的体育学习空间。基于此，高中校方管理层必须合理调整资源的具体分配，依据自身的真实财务情况，优先发展更具有优势的运动项目和类型，确保其具有专业的场地设施。

（二）加强心理疏导

为充分发挥“以赛促学”模式对体育教学起到的积极作用，相关人员需高度重视竞赛对学生心理的影响，及时引导其疏导、驱散自己的负面心态，逐步增加专业知识持续补全带来的自信。学习篮球知识的过程中，高中校方会举办多次、不同类型的比赛，这一方面将加大同学们的心理压力，让其产生畏惧、抵触情绪。另一方面还能促使学生锻炼自己学会技巧、战术知识的实战能力，提高体育学习活动的参与热情。如何有效协调、平衡这两个方面的影响，将会是新时期体育教师亟待解决的首要任务。

第一，篮球比赛本身的竞争性，会要求学生在正式开始前完成高强度、集中型的训练。部分学生的身体素质欠佳，可能很难适应这样的训练，甚至产生明显的厌烦、抵触心理，还会畏惧敢于参与比赛的其他同学，逐渐自卑。教师必须针对这一类学生，采取更具有针对性的层级培训方式，把他们分成不同的组合，如一组（基础）、二组（提高）、三组（拓展）。这期间，不同组接受的训练任务和预期达成指标均不一致，若其中部分同学满足其他组的升阶要求，则可转移自己的分组，获得强度更高的培训目标规划。如部分孩子无法适应训练指标，出现消极的负面心态，还存在干扰到其他人正常集训的情况，体育教师需从其培训数据和表现状态推断问题产生的原因，抓住关键的调整节点，有耐心地询问、帮助其慢慢疏导心理负担，利用有效的指导，极大地提升学生的竞争自信心。

第二，篮球比赛是团队合作性质的学习活动，会要求学生们间具有足够的信赖关系，能够相互沟通、理解，默契十足。一般来说，篮球项目相关的比赛多以积分制为主，其通常会采用团队对抗的形式创设活动规则。教师应确定班级内同学们组成合作的基本原则，合理规划不同位置之间的替换方式，确保每个参与人员都能获取到应有的锻炼机会。为保证孩子们的身体健康，需注意把控成员参与比赛的时长、场次，尽可能避免其过度疲劳，让学生拥有趣味性十足的活动体验。举个例子，部分学生可能会由于团队比赛的原因过于紧张，存在意外受伤的可能性。体育教师可在比赛前向同学们宣传“友谊第一，比赛第二”的观念，并适度给予一定的鼓励，辅助其克服心理上负面情绪的干扰，增强自信心，真正意义上将篮球竞赛视作知识理论、技巧的实战考试。这期间，应引导他们彼此之间共同交流、探讨战术，能从物理、心灵上

拉近谈论双方的间隔距离，营造良好的体育活动氛围。

（三）创新评价形式

在篮球项目的教学活动设计期间，教师应结合比赛开展的实况，创新评价的形式，提高综合评价的公正性、公平性和公开性，始终把过程性评价形式作为主要的参考对象。传统的实践活动教学评价，相对学生在过程中取得的进步，更加关注最终的成绩结果，难以从全面视角认识到知识的掌握程度，这极大地影响了同学们关于体育项目的参与积极性。由于高中生的身心发育尚不成熟，不能正确地处理竞赛带来的压力，可能会受到消极情绪的干扰，无法取得预期的理想成绩，难以得知具体的进步情况^[2]。因此，为改变原有模式带来的发展局限性，高中校方管理层和教师可一同创新评价形式，依据多元的数据支持，建立较为完善的教学评价体系，帮助学生正确认知自身关于篮球学习方面的不足之处，扬长避短。

体育教师应在课堂上播放各类篮球有关的运动视频，运用生动、有趣的讲解方式，让同学们感受到竞赛独有的紧张和刺激感，深度体会运动的魅力，激发其学习的兴趣和动力。与此同时，还应定期收集、整合班级内学生的各项数据，掌握各个孩子基本的身体素质，如球场擅长方向、体能强度、技巧应用熟练度等，做好摸底调查，提高最终给定成绩的公正性。在评定成绩时可结合其他学生的建议和意见，针对优秀团队内各成员的多个考核元素展开分析，确定贴合真实竞赛项目标准的预设答案，即选好冠军、季军、亚军的归属团队对象，且需选出每个站位角色的最佳表现者，如最佳控球后卫、最佳前锋、最佳中锋等。教师应利用现代化的影像技术，记录班级学生的参赛情况，并在比赛结束后引领其实现对局反思，找准薄弱项，明确未来补习、改正的方向。

（四）重视实践训练

高中生学习篮球项目期间，教师需适应新课改中关于体育学科的各项标准要求，在结合典例资料中数据分析的基础上实施高强度实践训练，强化同学们基本技巧和战术的灵活运用能力。在设计实战化训练时，应根据学生的学情来调整方案规划方向，抓住弱项的优化节点，提高理论战术指导的力度，贯彻落实全新的教育观念，培育其体育核心素养。传统的教学理念更加注重知识教育，很少切实理解不同层级学生的理解差异性。因此，这类单一教学方式很难融入到现有的体育运动体系中，从基本逻辑上来看必须深化实践的导向性，完善旧知和新知间的关联，把理论实战化训练列为重要的课堂组成结构。教师在传授篮球相关知识时，应用“以赛促学”的模式，将会助推传统的课程改革进度，为其注入全新的活力，大幅改善高中体育学科的教育效果和质量。

第一，赛前。正式开始前，教师应对学生实行层级分组，按照其基本的体能和技巧掌握程度，确定各个成员的角色分

工，同时还需向其详细介绍比赛的布设场景、设备、注意事项。应要求他们事先完成热身训练，如弓步压腿、高抬腿、前踢腿、俯卧撑等活动，把关节活动开，尽量避免不必要的拉伤。比赛过程中学生的安全极为重要，必须综合、全面地思考各项风险隐患的产生原因，制定应急处理预案，将责任落实到具体的负责人身上。

第二，赛中。此处篮球竞赛实战模拟采取“NBA全明星技巧挑战赛”形式，其具体的内容是要求球员在规定时间内，快速运用运球、传球、投篮等操作通过存在各种障碍物的场地，用时最短者获胜。需注意的一点是，若参赛学生未按照要求完成某一关卡的动作，则可判定其扣分或失去资格。在比赛的过程中，学生应充分发挥自身的团队合作能力，灵活运用篮球技巧同其他同学展开竞技、交流，进一步增强其对社会交际的适应性，保证课程教学质量达到预期的标准^[3]。实战阶段结束后，教师应对同学们的比赛状况及各项数据成绩实行综合评分，帮助其查缺补漏，明晰自己的薄弱项。

第三，赛后。教师应在赛后收集学生比赛期间所有的数据资料，带领他们逐帧解析具体的犯错误位置、倾向，并为其提供更好的战术指导，设计优化方案。赛后的反思阶段极为重要，利用该阶段将学过的知识再次讲解，能巩固学生对篮球项目学习技巧和策略灵活应用的扎实基础，促使其不再把理解深度局限在课程教学和游戏上，进一步训练其精准把握自身水平和薄弱项的能力。教师需及时根据同学们的进步情况，调节教学的策略，更好地满足其当前的学习需求，确保“以赛促学”的教学模式，能顺利达到提升综合素质的根本目的。

（五）规划未来发展

在教育实践中，高中体育教师应依照循序渐进的教学原则，逐步引导同学们参与到“以赛促学”的实践课堂活动中，切实发挥优势教育的积极作用。与此同时，培育学生的

自主能力，让其学会制定个性化的体育训练方案，有力完成精准的自我评估，并设计、完善终身体育精神的主动探索、学习意识，将会持续激发学生学习的内动力，帮助他们找到体育魅力带来的特殊成就感。高中校方在与篮球俱乐部等机构合作之后，需要对方提供专业的训练员和运动资源，针对性设计定向的培训，保证有潜力、有兴趣的学生能够获得更多成长^[4]。另外，体育篮球项目的深度学习，也可同其他的科目实行有效融合，结合校内的资金实况，合理配设运动项目的比赛类型，强化方案落实的检验效果。

三、结论

“以赛促学”模式能够让学生更加主动、积极地参与高中阶段的体育教育活动中，教师可通过将比赛和知识、技能讲解融合在一起，引导其逐渐认知到自己的不足之处，查缺补漏，改正错误，获得自我能力的高效提升。基于此，相关人员需总结篮球教学典例的经验和技巧，重构课堂主体，为同学们提供更多的展示、锻炼空间，进一步助力我国的体育事业迈向新起点。

【参考文献】

[1]朱蒙蒙,苗青斌.“以赛促教、以赛促学”模式在高职体育教学中的应用探讨[J].成才之路,2024,(24):105-108.

[2]吴文星.“以赛促练”对提高中学体育篮球教学的效果[J].新体育,2023,(12):70-72.

[3]张旭.高校体育课程“以赛促教”教学模式创新研究[J].冰雪体育创新研究,2021,(17):117-118.

[4]张雅娟.以赛促教以赛促研提升教育教学质量——江苏省基础教育青年教师教学和班主任基本功大赛(初中体育与健康)在徐州举行[J].中国学校体育,2020,39(12):11.

作者简介：

李跃发（1984.12），男，汉族，龙江省齐齐哈尔人，职称：中级教师，学士学位，研究方向：高中体育教学。