

普通高校篮球俱乐部教学模式的构建与实施研究

戴东胜

浙江科技学院体育部, 浙江 杭州
Email: 4294369@qq.com

收稿日期: 2020年11月23日; 录用日期: 2020年12月22日; 发布日期: 2020年12月29日

摘要

高校篮球俱乐部教学模式的构建与实施是高校体育俱乐部教学改革研究的热点之一。本文以浙江科技学院篮球俱乐部为例, 依据多年的实践经验, 运用文献资料法、访谈法、观察法、分析法, 回顾了浙江科技学院篮球俱乐部教学模式的构建与实施的现状。研究认为: 科学规范的篮球俱乐部教学模式的构建与实施应该从合理安排俱乐部的教学时间, 严格规划和调控俱乐部的教学人数, 提升学生课外体育自主活动的参与度、主动性、自觉性, 监督和管理诚信越野慢跑的考核和统计, 优化篮球俱乐部的教学大纲, 完善篮球俱乐部活动效果评价体系等六个方面展开, 为全国普通高校实施篮球俱乐部的教学改革和健康发展探索 and 提供新的思路。

关键词

普通高校, 篮球俱乐部, 教学模式, 构建与实施

Research on the Construction and Implementation of Teaching Model of College Basketball Club

Dongsheng Dai

Ministry of Sport, Zhejiang University of Science and Technology, Hangzhou Zhejiang
Email: 4294369@qq.com

Received: Nov. 23rd, 2020; accepted: Dec. 22nd, 2020; published: Dec. 29th, 2020

Abstract

The construction and implementation of College Basketball Club teaching model is one of the hot

spots of College Sports Club teaching reform. In this paper, the Zhejiang University of Science and Technology Basketball Club as an example, based on years of practical experience, the use of literature, interviews, observation, analysis, this paper reviews the current situation of the construction and implementation of the Zhejiang University of Science and Technology teaching model. The research holds that the construction and implementation of the scientific and standardized teaching model of the basketball club should be carried out from six aspects such as reasonable arrangement of the teaching time of the club, strict planning and regulation of the teaching number of the club, promotion of the participation, initiative, consciousness, supervision and management of the examination and Statistics of the sincere cross-country jogging, optimization of the teaching program of the Basketball Club, improvement of the evaluation system of the effect of the basketball club activities, etc., to explore and provide new ideas for the implementation of teaching reform and healthy development of basketball clubs in colleges and universities.

Keywords

College, Basketball Club, Teaching Model, Construction and Implementation

Copyright © 2020 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 研究对象和研究方法

1.1. 研究对象

浙江科技学院篮球俱乐部。

1.2. 研究方法

1.2.1. 文献资料法

通过查阅中国期刊全文数据库、万方数据库、中国知网、浙江图书馆、浙江科技学院图书馆, 阅读了大量有关该领域的硕士博士论文, 期刊杂志文献资料等, 为撰写本文提供研究思路和理论依据。

1.2.2. 访谈法

走访了浙江科技学院篮球俱乐部的 5 位篮球教学的一线教师, 拜访了浙江传媒学院 2 位篮球教练, 访谈主要内容包括篮球俱乐部教学模式的构建与实施的现状, 效果, 制约因素, 发展意见等。

1.2.3. 观察法和分析法

通过对浙江科技学院篮球俱乐部教学现状多年的观察, 在已获得实践经验的基础上, 运用相关文献资料, 听取同行和专家访谈的意见, 进行了相应的逻辑分析。

2. 浙江科技学院篮球俱乐部教学的现状

2.1. 篮球俱乐部师生教学的情况

截止到 2020 年 9 月, 浙江科技学院共有 31 位体育专任教师, 在全校内开设 13 个体育俱乐部项目, 包括: 篮球、足球、排球、羽毛球、乒乓球、木球、网球、武术、跆拳道、瑜伽、时尚操舞、健身、户外运动俱乐部。对浙江科技学院近三年学生选择篮球俱乐部开展教学和活动的情况进行梳理和统计发现,

篮球俱乐部选项课是教师设置人数最多的体育项目，选择篮球俱乐部活动学生参与人数也是全校最多的体育项目，由此可见，大学篮球运动有其独特的魅力，篮球俱乐部活动深受大学生的喜爱和追捧。

2.2. 篮球俱乐部活动师资情况

目前浙江科技学院有 6 位篮球俱乐部的专任教师，职称分布情况：教授 1 位，副教授 1 位，讲师 4 位；学历分布情况：博士 1 位，硕士 3 位，学士 2 位；6 位篮球专任教师从事篮球教学多年，有着丰富的篮球实践教学经验，其中于教授从事篮球教学工作 37 年，常副教授从事篮球教学工作 25 年，李老师从事篮球教学工作 24 年，彭老师从事篮球教学工作 23 年，戴老师从事篮球教学工作 20 年，赵老师从事篮球教学工作 17 年。

2.3. 篮球俱乐部活动的场地、器材情况

浙江科技学院目前有小和山和安吉两个校区，小和山校区共有 10 个篮球专用场地，其中室外 9 个，室内 1 个，6 个场地配备灯光球场，承担着全日制大二、大三、大四的学生，研究生，留学生，以及部分教职员工篮球爱好者的教学，训练，比赛的任务。安吉校区共有 16 个室外篮球专用场地，13 个场地配备灯光球场，提供给大一、中德工程师学院的学生、以及部分教职员工篮球爱好者的教学，训练，各种比赛的任务。

3. 普通高校篮球俱乐部教学模式的构建与实施

3.1. 俱乐部教学时间的安排

按照浙江科技学院体育俱乐部章程的要求，俱乐部的教学时间是由教师和学生协议商定的，教师要结合学生的课表，选择学生没有课程安排的时间段来选定俱乐部的教学时间。俱乐部教学时间的安排既要与所在高校规定的作息时间表有机地结合起来，又要与选篮球俱乐部学生的“课表”紧密地联系起来，选择相对集中而参与度高的时间段来选定俱乐部的教学时间，俱乐部教学时间的安排必须服从所在高校规定的作息时间表的整体安排。教学时间的合理安排是俱乐部活动时间内进行篮球教学必备的时间保障，通过俱乐部教学时间的科学安排，保证了学生每周相对固定的时间段内进行篮球的教学和训练。

3.2. 俱乐部教学人数的调控

在篮球俱乐部的教学过程中，时常会面临着这样的问题，不同时间段内，参与俱乐部活动的学生人数不均等现象。有的时间段内，学生人数较多，有的时间段内，学生人数较少，这样就增加了教师教学组织工作的难度，不利于因材施教和学生的教学。在篮球俱乐部的教学中，俱乐部教学人数的规模一般不宜过多，否则会影响教学质量，浙江科技学院篮球俱乐部实行教学改革以来，由刚开始的每班俱乐部教学人数规定在 60 人以内，逐渐减少到 45 人以内，目前规定俱乐部教学人数不超过 35 人，因此，俱乐部教学人数的调控显得尤为重要。

3.3. 课外体育自主活动的拓展

按照浙江科技学院体育俱乐部的章程规定，采用“1+1”的教学模式^[1]，每周 1 次俱乐部活动在教练的指导下，充分发挥教师的主导作用，规定课内学生练习篮球的技术和技能；另外 1 次活动称为“课外体育自主活动”，在助理教练的带领下，每周结合学生自己的课表，依据学校的作息时间表，从周一至周五白天的上课时间段内选择一次“体育自主活动课”。“课外体育自主活动”的教学内容分为体质训练和体育俱乐部专项练习，体质训练在助理教练的带领下开展身体练习，俱乐部专项练习主要以学生自我管理、自主学习、自主训练即“三自主”为主。课外体育自主活动的拓展是在基于学校主导的前提

下,规定了大学生参与课外体育锻炼的时间,在一定程度上满足了大学生对体育兴趣、爱好、和个人发展的需求。

3.4. 诚信越野慢跑的设置

诚信越野慢跑是俱乐部活动效果评价的一部分,由于限制条件较少,方法简单易行,近年来,诚信越野慢跑已经成为大学生课外体育活动的重要组成部分。调查发现,在国内的许多高校里,诚信越野慢跑的设置规则也各不相同,浙江科技学院推行的诚信越野慢跑规定,慢跑公里数计入俱乐部活动效果评价考核,占据考核总分的16分,即7.5 km积1分,120公里为满分[2],目前学生规定统一采用“运动世界校园”App软件,跑步时间段设置在早6:00~晚22:00,跑步范围限制在校园田径场地内,对慢跑不诚信者,俱乐部活动效果考核成绩一律按0分计算,并按学校相关规章制度进行处理。诚信越野慢跑的合理设置调动了学生参与课外体育锻炼的积极性和主动性,增强了学生的体质。调查发现,诚信越野慢跑虽然作为学校强制性规定的体育健身项目,但学生的参与性不是很强,主动性不是很高,浙江科技学院小和山校区打卡点仅是设置在学校唯一的田径场上,不能全部满足学生们的跑步需要,骑车刷跑、替人代跑等失诚信的行为时有发生,“运动世界校园”App软件设置的跑步配速时间范围过长。

3.5. 俱乐部教学内容的制订

篮球课程是普通高校体育俱乐部选项课之一。篮球俱乐部教学内容的制订包含了大学生篮球教学的大纲要求和计划,也是评价整个篮球俱乐部教学过程的重要依据。浙江科技学院篮球俱乐部的教学内容包括理论和实践两个部分,全年共计72学时,分为低、中、高三个会员等级。理论部分的主要内容包括:篮球运动的起源和发展,基本情况以及锻炼意义,现代篮球运动的发展趋势,主要技、战术的分析,篮球竞赛的主要规则与裁判方法。实践部分的主要内容包括:篮球的基本技术和基本战术,身体素质练习等。在《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的指导下,篮球俱乐部教学内容的制订改变了以往的教学模式,建立了“健康第一”新的课标[3],培养大学生逐步树立自主化、个性化、和终身体育的意识,实现大学生身体素质与健康水平的双丰收,因此,教学内容的制订要与之相适应,相协调,相发展。

3.6. 俱乐部活动效果评价的构建

篮球俱乐部活动效果评价的构建规定了俱乐部活动的具体考核要求和评价标准,在许多普通高校里,篮球俱乐部活动效果评价也通过“积分制体育俱乐部会员积分”来体现,客观合理的构建篮球俱乐部活动效果评价积分体系,能促进和端正学生的体育锻炼态度,培养和提升学生的体育兴趣与爱好,增进俱乐部教学的积极性和主动性。浙江科技学院篮球俱乐部活动效果评价的构建由出勤分,体育专项分,身体素质分,和诚信越野慢跑分组成,俱乐部会员每学期获得60及60个积分以上即可获得相关学分,出勤占8个积分,每学期学员缺勤该俱乐部教师的1/3课程的,则俱乐部活动效果评价为0分,体育专项包括体育专项评估、俱乐部竞赛、群体竞赛、对外竞技,占55个积分,身体素质选取立定跳远、引体向上(男)、仰卧起坐(女)、跳绳,三项合计占21积分、诚信越野慢跑,占16个积分,对外竞技成绩每学年只能计算一次积分,体育专项分和身体素质分各自制定了相应的实施细则。科学合理设置篮球俱乐部活动效果评价的体系,与新时代大学生的身体健康要求相适应,是当前普通高校体育课程改革探讨和解决的问题。

4. 结果与建议

4.1. 结果

研究认为:普通高校篮球俱乐部教学模式的构建与实施应该从俱乐部教学时间的安排,俱乐部教学

人数的调控, 课外体育自主活动的拓展, 诚信越野慢跑的设置, 俱乐部教学内容的制订, 俱乐部活动效果评价的构建六个方面深入展开, 当前开展普通高校篮球俱乐部教学模式的构建与实施符合我国高校体育教学改革推进的步伐, 它是一种新型的教学模式, 科学合理的篮球俱乐部教学模式的构建与实施能有效改进高校篮球教学的质量和效果。通过高校篮球俱乐部教学的改革, 激发和培养了学生的学习兴趣, 锻炼了学生自我管理、自我学习、自我训练的能力, 实现了篮球课程向篮球俱乐部教学模式的转变, 突出了“以学生为中心”的主体位置, 充分调动了学生在课外体育自主活动中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志, 为树立“健康第一”的教育理念和养成“终身体育”的习惯播下了种子。

4.2. 建议

4.2.1. 科学合理安排俱乐部的教学时间

教学时间的安排保证了篮球俱乐部教学模式改革的顺利进行和有效运作的前提和必备条件, 在追求“高效课堂”的背景下, 要更加规范和科学地安排好篮球俱乐部的教学时间, 俱乐部教学时间的安排必须与所在高校的上课作息时间表紧密结合起来, 要保持高度的一致, 杜绝出现“12:00~13:30 时”或者“17:00~18:30 时”等类似的俱乐部教学时间的安排, 在《新时代高校教师职业行为十项准则》的指导下, 结合新时代高校教师教学理念和教学方式, 俱乐部教学时间的安排, 要树立担当的精神, 首先要严格遵循本校的上课作息时间表, 科学规划, 合理地设置俱乐部的教学时间, 最大限度地满足学生的俱乐部教学时间安排的需求, 尽力提高篮球俱乐部活动的教学效果, 以适应大学生对篮球的技术、技能和训练的需要。

4.2.2. 严格规划和调控俱乐部的教学人数

实践证实, 俱乐部教学人数过多, 会影响到教师的组织与管理, 教学的场地、器材也随之需要增加, 降低了篮球俱乐部的教学效果。因此, 严格规划和调控俱乐部教学的人数, 充分发挥教师的主观能动性, 采取有效的措施, 使教学人数规定在合理的范围内, 积极开拓和提升篮球俱乐部的教学效果。通过对兄弟院校的普通高校执行篮球俱乐部的班级学生教学人数进行调研, 在实际的教学中达到篮球俱乐部教学人数为每班 30 人以下的比较少, 综合专家访谈的意见, 从有利于学生学习和掌握篮球的技术、技能, 提高俱乐部教学活动的效果视角出发, 篮球俱乐部的教学人数调控在 30 人为最佳学生教学人数[4]。

4.2.3. 提升学生课外体育自主活动的参与度、主动性、自觉性

普通高校主导的课外体育自主活动内容丰富多彩, 形式多种多样, 包括高校组织和推行的各级各类的体育比赛、体育课程改革后实行的俱乐部活动、国家规定的大学生体质测试、高校自行设立的体育社团活动、学校主导的诚信越野慢跑、体育主管部门要求的阳光体育活动、以及体育表演等等, 普通高校的学生课外体育自主活动大多采用学校规定项目和学生自主练习相结合的形式[5], 既有学生体质健康训练等规定性的体育活动, 又有结合体育俱乐部的选课项目、体育社团、体育健身等自主性的体育活动。近年来, 在各高校党委的换届选举中, 提出了“健康体育”的指导理念, 在习近平新时代中国特色社会主义思想引领下, 对强身健体、娱乐休闲、人际交往、追求体育梦融合于一体的大学生课外体育自主活动得到了党和国家的高度重视, 逐渐形成了课外体育自主活动是大学生体育锻炼最主要的健身方式之一。为了促进大学生身心健康得到全面发展, 鼓励和引导大学生积极参加课外体育自主活动, 因此, 高校领导要高度重视课外体育自主活动的组织和开展, 社会和家庭要积极支持和配合, 努力培养个人的体育兴趣和爱好, 各二级体育主管部门、学工部、团委、学生会体育部、体育助理教练以及骨干分子, 共同参与, 齐抓共管, 形成合力, 努力提升新时代大学生课外体育自主活动的参与度、主动性和自觉性, 为夯实大学生的身体素质和健康水平双丰收而努力。

4.2.4. 监督和管理诚信越野慢跑的考核和统计

近年来诚信越野慢跑在各大高校里开展的有形有色,特别是执行计入体育俱乐部积分的强制规定后,大学生的参与度明显提升,成为大学校园里课外体育锻炼一道亮丽的风景线,也成为了大学生增进健康,提高身体素质水平的行之有效的措施之一。同时,作为高校的体育管理部门,要加强监督和管理诚信越野慢跑的考核和统计,对于在诚信越野慢跑的实施过程中出现的不诚现象和行为要采取有效的措施,坚决杜绝。诚信越野慢跑是课外体育锻炼主要的教学内容之一,要加强大学生对诚信越野慢跑重要性的认识,自觉养成诚信越野慢跑的习惯,成为大学生课外体育锻炼的一部分。进一步完善“运动世界校园”App软件的计数、防作弊、防替跑功能,合理地设置定位、精准地配置跑步配速时间范围,努力提升跑步数据采集的有效性和精确性。推行诚信越野慢跑计入篮球俱乐部活动效果评价内容,健全诚信越野慢跑的公里数占据篮球俱乐部活动效果评价的比例,要加强对大学生的诚信教育,建立诚信档案。

4.2.5. 优化篮球俱乐部的教学大纲

篮球俱乐部教学大纲对教学内容的制订具有规定性和指导性,随着高校篮球教学课程改革的不断深入,越来越多高校的“篮球课程”被“篮球俱乐部”所替代,经过多年的高校篮球俱乐部模式的教学和运行,在教学内容的设置方面也暴露出一些问题,存在着教学内容的制订还停留在原先的教学计划上[6],进入新时代,缺乏新时代的教学元素和时代感、无固定的教材、技战术满足不了新时代大学生篮球教学的需求、对教学方法的创新不够,这些将潜移默化地影响着培养大学生篮球运动的基本技能、方法和健康发展。优化篮球俱乐部的教学大纲迫在眉睫,首先,要立足本校篮球教学的实际情况,聘请篮球教学的相关专家、教研团队、优秀教学一线人员对篮球俱乐部教学大纲的制订进行科学的设计、研讨、论证,组织篮球教研室一线教师对篮球俱乐部的教学大纲进行讨论、研究、总结,结合本校实际的篮球教学现状,科学规划、合理制订相应的教学内容。其次,要想方设法地提升教师的业务教学能力,尽力改善篮球教学条件,积极鼓励教师创新教学方法和手段。通过篮球俱乐部教学大纲的优化,使大学生在篮球俱乐部的教学过程中体验到篮球运动带来的乐趣,不仅能够强身健体,还可以使大学生的个性、潜能和创造力得到充分的展示。

4.2.6. 完善篮球俱乐部活动效果评价体系

篮球俱乐部活动效果评价的构建详细地规定了活动效果考核的内容、方法和评价要求,俱乐部活动效果评价构建的合理与否,会涉及到评价大学生活动效果的准确性,会影响到《指导纲要》的贯彻落实和大学生参与篮球俱乐部教学活动的积极性和主动性。进入新时代,篮球俱乐部活动效果评价的构建要有新的内容,提倡建立“多元因子”的活动效果评价体系[7],要重视过程,对原先传统的活动效果考核方式和方法进行改革,以适应新时代篮球俱乐部活动效果评价构建的需要,对心理健康、意志品质、理论内容、综合技术、学习态度、进步状况等过程指标评价要有所体现,不断地完善和充实俱乐部活动效果评价体系的内容,特别是对普通高校的大学生而言,面临着即将走上社会,要培养和树立大学生“健康第一”和“终生体育”的理念,在制定和完善俱乐部活动效果评价的同时,要考虑“以人为本”的因素,方法灵活,内容全面,必要时可增加一些供大学生选择和体现个性发展的活动效果评价内容,培养大学生对体育运动的兴趣和爱好,为大学生走上社会后自觉养成坚持体育锻炼的良好习惯打下基础。

参考文献

- [1] 戴东胜. 普通高校篮球俱乐部教学模式的构建研究[J]. 浙江体育科学, 2017(3): 102-106.
- [2] 牛文君. 我国普通高校积分制体育俱乐部构建与管理研究[J]. 浙江体育科学, 2016, 38(3): 86-89.
- [3] 高子健. 广州体育学院运动训练专业 2014 级篮球专项课程大纲实施运行研究[D]. [硕士学位论文]. 广州: 广州

体育学院, 2019.

- [4] 杨永强, 张云波. 体育课最佳学生人数的探讨[J]. 中国校外教育下旬刊, 2009(9): 153.
- [5] 陶成武. “健康中国”背景下大学生课外体育活动模式探析[J]. 体育科技文献通报, 2020(1): 3-6.
- [6] 王颖. 河南省高校体育教育专业篮球专修课教学内容优化研究[D]: [硕士学位论文]. 开封: 河南大学, 2018.
- [7] 张广飞. 高校公共体育课考试方法的初步探讨——以湖南大学为例[D]: [硕士学位论文]. 长沙: 湖南大学, 2014.