**探析如何在初中篮球教学中渗透快乐体育理念**

**查天镛 常州市北郊初级中学 213002**

摘要：篮球运动是一项深受初中学生喜欢的运动项目，既能锻炼学生体能，又能培养学生的运动兴趣，是一项集娱乐、竞技、锻炼、益智于一身的运动。在新课改背景下融入快乐体育的教学理念，能够在提高学生篮球教学质量的同时，给学生带来快乐，进而培养学生健康自信的心理素质，促使学生在篮球运动中获得快乐，从而更加喜欢体育，主动参与体育锻炼，成为全面发展的初中生。

关键词：初中体育；篮球教学；快乐体育

引言

初中生的身心发育达到了发展极为快速的时期，针对学生进行篮球教学，不仅仅可以满足学生对于运动的需要，还能强化学生的运动兴趣，帮助学生实现身心共同的发展，让学生的体能也得以全面的增强。在传统的教育模式中，初中篮球教学往往是学生自己的选择，并没有体育教师针对整个班级的篮球运动教育和指导，而学生参与到篮球比赛之中的机会也就更少。在素质教育的背景下，初中体育教师需要根据篮球运动的特点来进行课堂教学策略的改变，让学生通过体育篮球游戏和比赛，来增强对于篮球运动的认知，全面提升篮球教学的质量。

1快乐体育的内涵

“快乐体育”就是在体育课上给学生提供快乐的环境、愉悦的氛围，让学生在轻松的环境中进行体育锻炼，从而达到强身健体、身心愉悦的目的。实施快乐体育教学需要教师充分发挥引导作用，调动学生积极性，让学生以快乐的情绪参与体育运动，进而培养学生锐意进取、团结协作的体育精神。在初中新课改下想要获得更好的教学效果就需要教师深入研究开展快乐体育教学的方式方法，不断创新教学方法，根据初中学生的心理特点和生理特征进行教学改革，让学生在轻松自由的环境中参与体育锻炼，培养初中学生热爱体育、终身体育的精神。

2在初中体育篮球教学中渗透“快乐体育”理念的重要性

2.1提升学生的体育能力

篮球运动是一项适合中初中生的运动项目，在初中阶段进行篮球教学要注意训练强度和密度，不然学生容易产生厌倦感，影响篮球教学正常有序进行。同时，在初中篮球教学中要想达到良好的教学效果，就需要教师采用快乐教学法调动学生的学习兴趣，推动初中体育教学有序发展，进而提升学生的体育能力。因此，在初中体育篮球教学中融入快乐教学理念非常必要。

2.2建立融洽的师生关系

快乐体育能够改变以往师生之间教与学的关系，架设沟通和自由交流的桥梁，改变以往体育教学枯燥乏味，成为师生之间友好相处的一剂良药。这样能够建立平等自由的师生关系，便于教师及时了解学生需求，并制定针对性较强的篮球教学方案，不仅能够让学生自由发挥个性，而且能够体现教师对学生的亲切感，极大地调动学生的积极性，发挥良好的教学效果。

3初中体育篮球教学中渗透“快乐体育”的措施

3.1加强宣传，培养学生篮球意识

篮球是一项全球性的运动，教师在教学中帮助学生掌握相应的篮球技巧，不论是传球、带球，还是掩护和投篮，教师都应该在教育过程中注重学生篮球意识和观念的培养，让学生感受到篮球文化的魅力，并在不断的团结合作过程中感受到篮球本身的乐趣。为了让学生能够对篮球运动产生更加强烈的求知欲望，教师可以对篮球运动进行适当的调整，比如增加一些体育游戏来帮助学生进行技能的训练，让学生意识到篮球运动还可以这样有趣，继而愿意投入更多的时间和精力参与其中。此外，教师还需要对学生的具体情况和个人特长进行深入的了解，确保在进行篮球运动训练和比赛的时候，每一名学生都能处在自己优势的位置，发挥自身的特长和潜力，实现篮球运动的价值。与此同时，表示还可以通过播放NBA篮球比赛的视频，让学生逐渐养成篮球比赛的体育精神，实现身体和心理的双重发展。

3.2营造和谐、积极的体育教学环境

初中体育教学中快乐体育的实施有助于引导初中生养成积极向上、乐观的心态，全方位构建良好的教学环境，有助于初中生在和谐的氛围中尽情享受游戏，并实现综合素养的培养。而在初中教学活动中，良好的教学氛围是促进初中生发展的关键。恰当地开展体育游戏，有助于提升初中生参与课堂学习的积极性与主观能动性。例如：体育活动中，为了训练初中生的肢体平衡力与跳跃能力，教师可以为初中生设计“圈圈乐”的体育游戏教学，在欢快的音乐情境下钻呼啦圈，促使初中生快速完成既定的活动目标，促进其平衡能力与肢体协调能力的提升。为了引导小学生的积极参与，教师可以结合初中生的运动喜好，尊重初中生个体的差异，从而构建和谐的活动氛围，全面激发初中生的积极参与。同时，教师也可添加一些初中生喜爱的元素，营造积极向上、良好的活动氛围，为其带来良好的游戏体验。游戏作为初中快乐体育教学活动的重要形式，也是学生体育学习的重要途径，而体育游戏在提升学生参与积极性的同时，也有助于增强其身体素质，为学生的个性成长奠定良好的物质基础。

3.3循序渐进，强化篮球技能训练

初中篮球运动的开展目的是为了让教师能够让学生的技能增强，减少在比赛和活动中的犯错比例，让其赢得最终的胜利。而篮球技能所涵盖的内容又包括运球、传球、接球、投篮和防守。运球是整个篮球运动中最为基础的部分，这不是一蹴而就就可以形成的，从一开始进行篮球训练的时候，学生可能会在拍打篮球的时候导致篮球出现方向的偏离，因此，教师需要监督学生进行反复的练习，并引导其保持正确的体态和运球的姿势，最终掌握运球的技术。控球便是学生对球的控制和把握，只有有效的控制篮球的运动，学会标准的控球姿势和运球的姿势，才可以让“球不离手”。当然在这个练习过程中，教师一定要注意解释清楚控球的规则，让学生养成良好的规则意识。传球和接球训练是学生实现团队协作能力的关键，而正确的传球和接球的技术，又能让学生在比赛中占得先手，教师在对学生进行这部分技能的教授时，也需要注重学生正确姿势和传球技巧的传输和不断的纠正，让学生将一些错误的姿势改变过来，养成良好的传球和接球的习惯。投球是整个篮球比赛中至关重要的环节，投球的精准度可以决定比赛的输赢，练习学生的投球技术可以全面提高学生的命中率，让学生在不断的训练中拥有获胜的机会。教师需要引导学生在训练中用不同的姿势进行投篮，并进行反复的练习，确保学生在每个位置都能取得较高的投篮成绩。并告诫学生在投篮时一定要保持心态平稳、视野集中，而这个辛苦训练的过程也是学生精神内化的过程。防守训练是极有挑战的一项技能，只有学生做好有效的防守，才能让对方的进攻化整为零。因此，在具体的篮球教育中，初中体育教师可能会忽略防守的训练，导致学生即使投篮能力较为精准，但在对方的攻势下很容易溃不成军。由此，教师更需要教会学生正确的防守姿势，掌握精准的防守时机，确保提升防守技巧的实用性，为初中篮球教学质量的提升做出有效的贡献。

3.4融合小组合作教学模式，提升教学目标

教师可以利用小组合作教学模式来开展初中体育课堂，这种教学模式优势在于学生之间通过相互配合，可以建立集体意识，教师可以选取一些团队运动项目，让学生通过小组合作，从而建立起正确的学习方式，例如：教师可以选择篮球运动，在开展篮球运动的过程中，教师可以结合学生的身体素质进行组队，由于篮球运动是一个需要长期奔跑的体育项目，所以教师可以先带领学生进行小组体能练习，可以引入小组竞赛的形式，让学生为了团队荣誉而战，看哪个小组成员能快速的完成教师布置的任务，就给予一定的小组奖励，适当的奖励会激励学生不断的进取，然后在带领学生展开篮球技巧练习，通过这样循序渐进练习使学生真正的热爱上篮球这项体育运动。由此可见，小组合作教学模式在快乐体育教学法中发挥其应有的作用和效能，教师要抓住教学的关键点，带领学生一同去学习体育运动。帮助学生克服学习困难。初中体育教师要明确快乐教学法的真实意义，要注意活跃课堂氛围，要通过小组合作教学模式建立集体意识，要让学生快速的融入到篮球等集体活动当中来，最终达到其应有的教学目的。

4结束语

在新课改背景下初中篮球教学需要不断创新，从学生身心健康成长的角度出发实施快乐教学，将“快乐体育”理念应用在教学中，不仅能够激发学生对篮球运动的参与兴趣，而且也能达到强身健体的教学目的。教师在教学中发挥主导作用，能够为学生创造轻松自由的学习氛围，从而获得最佳教学效果。

参考文献

[1]周淼.快乐体育理念下初中体育教学新模式的创建[J].当代体育科技,2018,8(20):105-106.DOI:10.16655/j.cnki.2095-2813.2018.20.105.

[2]陈飞.初中体育课堂技能学习方法探讨[J].教育,2018,(30):86.

[3]项雅香.快乐体育在中学篮球体育教学中的应用分析[J].科教文汇(下旬刊),2018,(12):122-123.DOI:10.16871/j.cnki.kjwhc.2018.04.056.