# 篮球教学设计论文范文(精选24篇)

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2025-04-29

*篮球教学设计论文范文 第一篇为迎接市小学生篮球赛，特组织中心小学篮球集训队，相关事项如下：一、训练任务：培养学生顽强拼搏、团结互助、共同提高的良好风气。以技术训练为重点，同时抓战术配合意识及运用到实战当中去，树立新的队伍形象，争取获得更大的...*

**篮球教学设计论文范文 第一篇**

为迎接市小学生篮球赛，特组织中心小学篮球集训队，相关事项如下：

一、训练任务：

培养学生顽强拼搏、团结互助、共同提高的良好风气。以技术训练为重点，同时抓战术配合意识及运用到实战当中去，树立新的队伍形象，争取获得更大的进步。

二、训练原则：

1.根据学生的实际情况制定训练计划，注重挖掘学生的潜力。

2.训练工作中突出狠抓思想作风，注意调整学生的心理状态。

3.狠抓基本技术训练，使学生熟练掌握基本技术，为今后继续提高打下扎实的技术基础。

4.有目的、有针对性地提高运动员的技、战术能力。(身体、战术、思想、心理和智力等方面能力)

5.每天的训练时间为1小时。(时间可安排于晨操和下午课外活动)

6.全队战术训练的过程中，要重视个人战术训练，以及全队的默契配合。

三、训练内容：

1.身体训练：

(1)力量：四肢力量与腰部力量为主。

(2)速度耐力：专项素质结合快速运、传接球练习、球场各种跑与防守训练。

2.投篮：

(1)罚篮

(2)近距离篮底擦板投篮。

(3)三分线外远投。

(4)中锋要掌握转身投篮动作。

(5)各锋、卫队员要有自己的熟悉投篮点。

3.篮板球：

(1)强化篮板球意识、掌握原地起跳抢篮板球动作。

(2)提高弹跳力，学会先挡人后抢篮板球。

(3)注意抢到篮板球后第一传的处理能力。

4.积极防守：

(1)提高个人防守能力，不断提高封堵快攻路线、积极抢断、补位、调位的防守技术。

(2)掌握各种防守步伐练习，防守重心要降低，移动速度要快，学会扬开双手去扩大防守控制面积，做好防投、传、切的准备。

(3)掌握半场、全场紧逼人盯人防守的方法及-方法。

(4)注意战术的变化，巩固和提高区域联防(2—3、2—1—2)

5.快攻和防快攻：

(1)注意培养学生发动快攻的时机，并打成功率。(抢到篮板球后的发动、对方得分底线球和发边线球出现紧逼的情况)

(2)长传快攻和短传快攻相结合。

(3)造成以多打少(3—2、2—1)和以少防多的方法。

(4)快攻一传的接应与前锋快下位置选择的配合。

6.阵地进攻：

(1)增强个人进攻能力，首先要敢主动进攻。

(2)阵地进攻内外结合，以外线为主，大胆突破及中远距离投篮。

(3)多运用小配合练习(掩护、策应)。

(4)组织后卫的发动配合。

四、训练重点安排：

1.第1——2周：

(1)讨论和制定计划。

(2)恢复性身体素质训练、熟悉球性练习。

(3)个人投篮与防守技术训练。

(4)熟练掌握各种传球技术训练(原地、行进间)。

2.第3——4周：

(1)柔韧性练习。

(2)半场小配合练习(掩护、传切)。

(3)罚篮、三分球练习。

(4)小力量训练。

3.第5——6周：

(1)半场人盯人攻守练习。

(2)全场人盯人攻守练习。

(3)五点投篮练习。

(4)罚篮练习。

4.第7——8周：

(1)加大运动量，进一步抓专项身体素质训练。

(2)防守步伐练习，看手势方向练习防守动作。

(3)半场、全场一打一、二打二练习。

(4)速度、力量、耐力训练。

(5)区域联防(2——3、2——1——2)。

5.第9周：

(1)半场各种运球突破上篮技术。

(2)半场一打一、二打二、三打三。

(3)罚篮、五点投篮。

(4)教学比赛。

6.第10周：

(1)篮板球训练。

(2)强调后卫、前锋与中锋的配合。

(3)-联防训练：如1——3——1进攻打法。

(4)教学比赛。

(5)罚篮。

7.第11-12周：

(1)阵地进攻，强调配合训练。

(2)快攻路线训练。

(3)进攻多打少训练(二打一、三打二)。

(4)教学比赛。

(5)五点投篮。

8.第13周：

(1)全面进行战术准备，以迎接上级有关比赛。

(2)保持训练水平，积极、认真投入到今后的训练比赛中去。

五、训练实施方式：

1.每天上午07:00至07:30体能训练

2.下午16:30至18:00技战术训练

3.课程：篮球技战术训练、篮球专项体能训练

4.辅助训练安排体第一阶段辅助训练：(时间可安排于晨操)

周一：投篮训练(定点投篮以20个计算命中率;移动投篮20个,多组数重复训练，每人300个)。

周二：敏捷训练(禁区步伐环绕、跳绳、半场折返跑、禁区对角、快跑、梅花桩折返跑)。

周三：运球训练(全场椅子障碍物运球通过、一对一运球攻守、假动作切入)。

周四：防守训练(空手背手防守步伐、切断防守步伐、前进后退防守步伐、半场移动防守步伐)传接球训练(全场7次、5次、3次)两人互传上篮;全场双手长传上篮、各式传球训练

周五：越野慢跑5000米法克雷克(运用学校附近山区乡间道路作放松式慢跑)。

第二阶段体能：

周一：间歇训练：边线七点来回冲刺15趟(注意心跳最高220次减去年龄数，冲刺完成后以慢跑、慢走恢复至心跳120次左右

再作第二回合，共作15-18次)。

周二：循环训练：设8至10个站，计有双脚并拢前后左右跳跃、伐船式前后弓身、左右手上伸跳跃、180度转身跳跃、俯卧弓身、等。

周三：肌力训练：抬膝碰胸、登阶、背部伸展、伏地挺身、双杠推撑、二头肌卷举、等。

周四：速度训练：举腿跑、原地立姿摆臂、双脚跳耀前进、全场冲刺、半场冲刺、等。

周五：爆发力训练：低障碍物侧向跳跃、双脚原地跳跃、原地触板跳、跨步跳跃、跳绳、单脚连续跳、跳碰胸、等。

周六：重量训练：蹲举、高拉、直立双手上赙、屈膝举手上赙、腿部推举、负重登阶、俯卧腿后肌腿卷举、部伸展、立姿单脚腿后机卷举、腿部伸展、大腿内收、大腿外展、、等。

**篮球教学设计论文范文 第二篇**

>一、设计思路

本课以《体育与健康课程标准》为依据，全面贯彻“健康第一”的指导思想，坚持以学生为主，为学生提供一个自主的学习机会和平台，使其将知识学习、实践经验、习惯养成、能力培养统筹起来，最终促使其综合能力形成，激发学生积极思考和大胆想象，充分发挥学生的积极性、主动性、创造性，给学生以自学自练的时间和表演的平台，培养学生在学习中去尝试、去感受、去创造，体会不同的乐趣。

>二、教材选择

根据高中男生的生理、心理特点及其发展要求，从兴趣出发，发展学生的上、下肢力量、协调能力，培养团结协作精神，展现同学的青春活力，并培养学生自主能力、创新能力。通过学习篮球技术中的行进间上篮技术，提高学生的学习兴趣和综合素质。

>三、教学过程

1、身体预热部分：以篮球活动为主体，并通过游戏对抗练习等方式，激发学生学习兴趣。

2、学习技能部分：学习篮球的行进间运球接单手肩上投篮技术，重点解决该技术中的持球时机、步法等，并通过学生的自主学习、探究学习等方式增强学生学习欲望。

3、恢复心律部分及评价：采用结合篮球的一些练习，在愉快、和谐的气氛中使学生进行充分的放松。

>四、教学特点

1、激发学生兴趣：通过篮球专项活动和有对抗性质的持球游戏活动，再加以教师语言的调控，使学生产生学习的欲望。

2、学生自主：在学习技能部分，分为六个小组，启发他们积极思考、大胆尝试，为学生提供了自主的平台。

3、分层次教学进行提高：设立提高组，使学生中接受能力比较强的`能够在掌握教师所传授的部分的基础上得到提高。

>五、课前预计

全课练习密度预计：45±2% 平均心率：135±5次/分

60%以上学生能够初步掌握篮球的行进间运球接单手肩上投篮技术动作 30%的学生能够进行提高难度练习并运用到教学比赛当中。

**篮球教学设计论文范文 第三篇**

篮球体育教学论文

1．传统篮球教学模式存在的问题

以篮球教学为例，综合对传统与现代篮球教学的比较，我们可以总结出传统篮球教学模式中存在如下问题:

1．1实践与理论脱节

受教学目的和教学任务的影响，一味的强调技能培养使得老师在课堂中过分强调技能的重要性，而忽视了学生本身篮球基础、兴趣爱好、身体特征等其他因素，使得学生对于老师对技能培训的灌输接受程度降低，甚至产生厌烦情绪，学生并没有太多机会真正实践领悟技能以及体育运动带来的乐趣，教师一味的按照教材、书本进行教授，培养出来的学生只会几个重复动作的叠加，并不能对篮球技巧融会贯通。理论与实践脱节使得学生无法适应时代的变化。

1．2教学手段单一陈旧

1．2．1缺乏对新科技手段的应用传统篮球教学的教学手段少之又少，书本、几个篮球架，几颗篮球，然后就是体育老师对动作要领的重复演示，学生重复练习。采用的媒体也只是黑板、粉笔、幻灯片等。学生通过声音、图片来理解技术要领及内涵显然不够。

1．2．2课堂演示具有片面性课堂的演示仅仅局限于教师言传身授或者参照静态图片学习。而教师只能将篮球技能的每个动作分解进行演示，缺乏连贯性，每个动作演示的时间较短，学生不易掌握。在课堂中，教师不可能一个人同时完成传球、接球、防守等一些列连贯动作，学生学习缺乏整体性。同时教师的讲解具有片面性，言语难免会有差错，造成学生也发生误解。

1．3气氛枯燥

由于视听效果差，实践机会少，部分学生只能望着篮球发呆，课堂气氛枯燥导致学生接受能力差，学习意愿减退，课堂效率大大降低。

2．现代篮球教学中新教学模式

现代篮球教学中加入了很多新的教学模式，引进了新兴技术，并且开始重视新战术的创造，同时教学方法也进行了革新。

2．1新技术的应用

2．1．1CAI课件的应用CAI课件是一种基于WORD，PPT，投影仪，录音机，以及SWF动画等手段而高于其的一体计算机辅助系统教学课件。这种课件在体育教学中的应用极大地提高了体育教学课堂的生动性和教学效率。在篮球课上，利用该课件，学生可以清楚地了解相关技术理论，动作技巧分析甚至观看完整的竞技球赛，研究战术的配合，可以亲自操作系统，真实模拟，使技战术完美配合。

**篮球教学设计论文范文 第四篇**

>一、指导思想

本课内容以“健康第一”为指导思想，以学生发展为中心。根据新的《课程标准》精神，在教学中，要充分体现学生的主体性，发挥教师的主导作用。挖掘教材的内涵，培养学生“主动参与、乐于探究”的良好学习习惯和团结向上、勇于拼搏集体主义精神，在学习中逐步形成敢于迎接挑战的积极态度和坚强的意志品质。为其终身体育打下基础。

>二、教材分析

交叉步持球突破技术接行进间单手低手投篮是水平五中的教学内容之一，是篮球运动中运用较为广泛的一项技术，主要应用于进攻、突破上篮，它的特点是出手速度快、不易被封盖，命中率高、稳定性强。在实际的教学比赛中有很多学生对持球突破技术缺乏正确的应用，因此为了培养学生对篮球的兴趣，提高学生在篮球比赛进攻能力，把交叉步持球突破与行进间单手低手投篮技术结合起来，应用到比赛中，大大增强了学生的篮球技术的实用性。在素质练习中采用X跑训练来提高学生团结协作积极主动参与，把练习推向高潮！

>三、学情分析

本课教学对象为高中学生。高中学生身心发展已趋向成熟，具备独立思考、判断、概括和模仿能力，在身体锻炼中也具备了较高的基本运动能力。同时，学生还普遍存在的一个通病——喜欢上体育课但不喜欢跟着老师上，喜欢自已玩。鉴于此，在课中，一方面针对性要非常强，针对学生普遍存在的问题，针对普遍重视不够的细节，做到有的放矢，只有这样才能引起学生的兴趣，得到学生的认可，提高课堂教学的有效性；另一方面也要加强组织纪律性的教育，一个班的学生在水平层次上差异不小。在教学当中我们要把动体和动脑很好的结合起来，给学生提供创造性和自主性学习的平台，促使学生努力达到教学目标。

>四、教学目标

1、认知目标：初步学习交叉步持球突破技术接行进间单手低手投篮的动作技术

以及素质练习的一些基本知识。

2、技能目标：通过本次课的学习，使70%以上的学生能基本掌握和完成叉步持球突破技术接行进间单手低手投篮的动作，使60%以上的学生能熟练掌握这一动作，达到命中率高，稳定性强，动作协调优美；同时使80%以上的学生能掌握X跑训练积极参与，提高学生的团结协作。

3、情感目标：激发学生的学习积极性和创造性，培养学生奋发向上的意志品质。

>五、教学重难点

重点：

1、选择突破时机

2、运球与上篮的衔接

难点：

1、蹬跨有力，上步快，抢占有利位置

2、手腕拨球的动作

>六、学法指导

高中生的思维能力和体育实践能力已得到了一定的发展，本次课通过将理论知识与运动技能的有机结合，运用“诱思探究”教学理论：在教学实践中，以“体验为红线”和以“思维为主攻”的教学策略，来保证实现学生的主体地位和发挥教师的引导作用，学生在学习时，行为表现为“探索—研究—应用”，心理上表现为“观察—思维—迁移”。采用导学、导思、导练等教学方法，调动学生思维参与体育学习，让学生通过探索（观察）--研究（思维）--应用（迁移）的学习思维活动过程，达到了解动作技术的实质和规律，让学生的知识学习、身体锻炼寓于教学、练习之中，在讲解与运用交叉步持球突破技术接行进间单手低手投篮时，选择学生一对一的“单挑”和学生与老师一对一的“单挑”，在极富挑战的情况下，调动学生学习的主动性与积极性，提高课堂教学效果。

>七、教学过程

1、开始部分，考虑运动本身的特点，让学生尽可能多接触球。热身活动把侧滑步和急停跳起有机的结合起来，时刻在运动中去体验篮球美，应用各种形式的运球练习，来提高控制球的能力。专项准备活动，在配合动感音乐下，创编形式新颖的篮球操，来增强学生球性球感，提高练习的积极性。

2、基本部分，以“思维为主攻”的教学策略，首先通过设疑（在一对一的对抗

中，进攻队员一般采用什么技术摆脱防守进攻得分？）看教学图。组织学生围绕提出设疑进行尝试练习 ，讲解、示范交叉步持球突破接行进间单手低手投篮技术动作。分组练习，教师巡回指导，请学生展示、教师评价纠错。继续练习及拓展提高练习，体能练习。放松身心，（在节奏鲜明伦巴舞曲伴奏下，师生共同练习伦巴舞步，达到身心放松的目的）自评、小结。

>八、预计课的效果

学生能在教师指导下认真积极地参与练习，课堂气氛活跃。整堂课练习密度为35%—40%，练习强度中等偏上，素质练习时强度达到最高峰。

>九、场地器材

篮球场1—2块，篮球若干

**篮球教学设计论文范文 第五篇**

篮球急停投篮

一、说教材

1、教学内容:(1)篮球:急停投篮(2)跑:耐久跑。

2、教材分析:上述两项内容分别选自市编体育高三教材体育实践部分中的第七部分篮球和第一部分跑。这二项内容既有着重上肢的练习,又有着重下肢的练习,而且均要求全身各部分的协调性,安排在一起进行教学,符合高三学生的身心特点,也符合全面发展的教学原则。

篮球急停投篮是本次课的新授教材,它是篮球运动中最常用的一种投篮方法,急停投篮是后面篮球教学内容的基础,同时,它又是前面所-球急停急起和投篮的一个技术综合,在以往教学基础上,发展学生创造性、主动性,培养学生连接各种技术动作和实际对抗能力。重点是急停脚步动作与接球和运球手的协调配合,难点是上、下肢的协调配合。

耐久跑共4个课次,本课为第3课次,是复习教材,重点是耐久跑的呼吸,通过不同形式的跑,掌握正确的呼吸方法发展学生的有氧耐力,为第4课次的越野跑作好准备。

3、学情分析:

本课教学对象为高三年级理科班的学生。高中学生身心发展已趋成熟,已经具备了独立思考、判断、概括等能力,在身体锻炼中也具备了较高的基本运动能力。篮球是他们所喜爱的一项运动,有一定基础,但对单个技术的学习并不满足,而对学习对抗性练习特别感兴趣。教学中要让学生把动体与动脑很好地结合起来,给学生提供再认识所学知识、以及创造性应用所学动作的机会,从而增强教学效果。

通过多年的学习,学生已认识到耐久跑为锻炼身体的重要手段之一,但对枯燥乏味、周期性强的耐久跑却存在畏惧,在跑的过程中极易出现呼吸与跑的节奏不相一致的状态,从而影响耐久跑的成绩。

4、教学目标:

根据高三学生的体育能力现状,针对教材特点以及学生的生理、心理特点,我主要制定了以下三个教学目标:

(1)、认知目标:学习与了解急停投篮的技术原理及其在篮球运动中的作用以及耐久跑中的一些基本知识。

(2)、技能目标:通过本次课的学习,使70%以上的学生能初步掌握跨步急停投篮的动作要领;50%以上学生能结合运球、移动、跑动和急停投篮等各种技术进行综合练习;80%以上的学生掌握正确的耐久跑呼吸方法。提高动作配合、技术应用能力,发展创造性思维和自我评价能力。(3)、情感目标:激发学生学习的积极性和创造性,增强学生团结协作和安全保健的意识,培养学生吃苦耐劳、奋发向上的品质。二、说教学方法:

(1)教学观念:兴趣是的老师,挖掘能引起兴趣的因素,激发学生的热情,让每个学生都能积极主动地学习,本课以发挥教师主导作用,培养学生创新能力为目的,通过教学,使学生既懂又会,掌握灵活的运动学习方法,提高体育教学的智育因素,为终身体育服务,通过教学,培养学生不怕困难,敢于拼搏的精神以及培养学生互相帮助,团结协作的团队精神。

(2)教法设想:急停投篮采用尝试、比较教学法,使学生在尝试中、在与原地投篮比较的过程中得出急停投篮的要点,再结合以往所学技术,自创方法,进行练习,由浅入深,由易到难,逐步提高。培养学生的想象力和创造力。

耐久跑采用分组想不同的练习方式进行练习,使内容丰富,增加自主性和趣味性。

采用练习法,使学生在多次练习中掌握技术;用演示法,使学生的创造成果得到表现和肯定。整堂课采用收、放、松、紧相结合的组织方法。

(3)学法指导:

本课采用“尝试---比较---讨论----创造----练---评价---巩固”的学练流程,同时渗透德育内容,让学生充分领会主动学习和创造性学习的方法。在体验、想象、演示、分析比较和多向交往中形成正确的动作表象,掌握一定的技术技能。

三、说教学过程

1、课堂常规1分钟

2、球操4分钟

运球进场,绕场一周成圆后采用教师提出动作名称,学生自己创造动作,教师进行指导和提示并纠正错误,发挥学生的创造力、思维能力,既活动了身体,又熟悉了球性,为本课的新授教材奠定基础。

3、小比赛5分钟目的是既热身,又以此引出课题,使学生发现自身不足,激发其改进技术的-。4、急停投篮18分钟

采用的组织形式是分组不轮换,动作由易到难,逐步引导学生完成急停投篮。具体教学步骤如下:

(1)徒手两步急停练习

(2)拿球自抛自接两步急停

(3)由小组长负责组织投篮练习

(4)小比赛

学生练习时,教师巡回指导,结合学生示范进行学生自评和互评,教师对示范的学生表扬鼓励并纠正错误。

5、耐久跑8分钟

分四组进行练习,由小组长负责与组员一起商讨耐久跑方式,教师观察指导。

6、放松操2分钟

教师提议,学生创造动作进行放松,音乐伴奏,使学生在身心上得到充分放松,愉快地结束本课。

7、总结,收回器材,下课2分钟

四、教学流程图:

热身→球操小比赛

↓→教:示范并讲解技术要领、巡回指导、观察纠错

新授教材∣

(急停投篮)→

∣→学:看、听、练、论、创、演。

复习教材→教:传授知识、观察指导、讲评练习。

(耐久跑)→∣

∣→学:图形跑练、定时跑练、反馈评价。

整理———→放松(音乐)、小结、作业。

下课———→回收器材。

五、教学效果的预计:

因在教学目标的制定过程中,对教材的特点、重、难点、学生的情况等进行了比较透彻的分析,教法与学法的选择遵循了教学原则和学生生理、心理特点,预计会顺利地达到本课制定的教学目标,学生能在教师的指导下认真参与各项练习,课堂气氛活跃,师生情感融洽。预计平均心率为120—130次/分,整堂课练习密度约为:40--50%,练习强度较大,耐久跑时强度达峰。

六、场地器材:篮球场两块以及周边自然地形,篮球50个,跳绳4根。

**篮球教学设计论文范文 第六篇**

>一、指导思想与目标

依据《体育与健康》课程标准──水平四提出的“健康第一”为指导思想，着重培养学生对篮球运动的兴趣，在兴趣中形成自主锻炼和终身锻炼的意识，激发学生的参与，促进同学间、师生间的相互了解与沟通，培养学生对篮球知识、技术的不断追求；对同学热情帮助；对集体善于关心的良好品质。通过小组的协作学习和自主学习，促进交流与协作，从而达到提高机能，发展体能，增进身心健康的教学目标。

>二、教材与对象

1.教材：为《体育与健康》课程标准──水平四，篮球熟悉球性、运球技术。

2.对象：初一男生。

>三、重点与难点

1.教学重点：激发参与、促进协作、熟悉球性、提高篮球运球技能。

2.教学难点：通过自主学习和小组协作学习，培养自主锻炼和终身锻炼的意识。

>四、教法、手段与学法

1.教法：讲解示范、启发诱导、语言激发、表扬鼓励、纠正错误、分组练习等。

2.手段：运用多媒体手推车、体育教学课件等。

3.学法：观摩思考、动手动脑、自主学习、小组协作学习、互纠互勉等。

>五、课的程序与构思

1.常规导入：在课的开始部分，运用集中注意力练习，使学生在最短的时间把注意力集中到教学中来。

2.愉悦热身：

（1）在教师或体育委员的带领下，做慢跑和“喊数抱团”游戏。

（2）采用迪斯科音乐带领学生做热身操。

3.小组协作学习与自主学习：分四小组，在教师的启发诱导和各小组长的带领下，应用教学课件，确定本小组的复习内容

（1）熟悉球性；

（2）传球。通过小组协作学习和同学间的互学、互纠、互帮、互勉，达到共同探究和掌握篮球运动技术的目的，促进学生的参与与协作。

4.为学生创建一个自主学习的空间，在教师的启发诱导下，学生以小组为单位，应用教学课件，学习篮球的运球技术，逐步掌握篮球的直线运球、曲线运球技术，提高运球的实际运用能力，注意激发学生的学习积极性，培养自主学习和自我锻炼的能力。

5.展现与评价：全班集中，小组推荐1～2位同学参加全班运球技术的大比武──评选“每日之星”。通过评价活动，促进学生对篮球运动的兴趣，激发学生对篮球知识、技术的不断追求，由此达到相互学习、相互勉励的目的。

6.恢复身心：在音乐的伴奏下，做愉快的放松动作──“托起心中的太阳”，使学生的身心得到充分的放松。

>六、预计运动负荷

安静心率：80次/分、最高心率：150～170次/分、平均心率：130～140次/分、练习密度：约50%。

>七、场地器材

球场，多媒体手推车，篮球等。

**篮球教学设计论文范文 第七篇**

一、教师专业素质与教学能力问题

教师所具有的篮球专业素质与篮球教学能力对高职院校篮球教学质量与效率发挥着重要的影响，同时也是制约高职院校篮球教学质量提高的主要因素之一。但是事实上，高职院校中的大多数教师虽然都是体育专业毕业，但是在篮球方面却并不一定具有较强的理论素质、专业素质以及科研素质。而学生在高职院校篮球教学过程中，不仅希望能够掌握篮球运动的技巧与动作，同时也希望能够学习更多与篮球相关的理论知识。并且高职院校篮球学科的发展也需要依赖于体育教师的科研素质以及科研工作的开展。因此，高职院校中欠缺一流的篮球教师队伍不仅制约了篮球教学质量的提高，同时也难以发挥出推动篮球学科发展的作用，这种不能满足学生学习需求与学科发展需求的教师队伍必然应当得到更多的锻炼与培训，从而实现自身素质以及篮球教师队伍整体专业素质与教学能力的提升。

二、学生对高职篮球教学的认知与态度问题

学生是高职篮球教学中的学习主体，高职篮球教学工作的改革与完善都是以提升学生的篮球知识与技能为根本出发点，因此，在高职篮球教学工作中，教师应当关注学生对高职篮球教学的认知与态度，并认识到学生对高职篮球教学的认知与态度在高职篮球教学中的影响。从学生群体对高职篮球教学的认知与态度方面来看，男生相对于女生而言更喜欢篮球运动以及篮球教学活动，他们将篮球运动当做一种娱乐方式并通过篮球运动来对自身的心情做出调节。因此，男生能够在高职院校篮球教学活动中投入更多的热情与精力，而女生却普遍不喜欢参与到篮球运动中，这在一定程度上制约了篮球教学质量的平衡发展，因此，教师有必要在篮球教学中重视新颖内容的挖掘，通过提高篮球教学活动的吸引力来提升学生参与篮球教学的兴趣。

三、高职院校开展篮球教学的对策

(一)强化对篮球教学的重视，改善篮球教学环境。包括篮球教育在内的体育教育对于推动高职院校学生身心发展发挥着重要作用，因此以人才培养为目标的高职教育应当重视篮球教学活动的开展，并通过对篮球教学环境做出完善来推动学生综合素质的发展。为此，高职院校领导需要在认识到篮球教育活动开展意义的基础上强化对篮球教学的重视，并通过加大场地、设备、师资等方面的投入来为篮球教学活动的顺利开展提供良好的环境。同时高职院校有必要认识到学生群体所具有的身体特点与兴趣爱好，并以此为依据对高职院校篮球教学活动做出改革，从而提高学生群体对篮球教学活动的认可度。另外，高职院校领导要重视、鼓励篮球教师转变传统的教学观念，将包括篮球在内的体育教学放在与专业课程建设同等的地位，从而在高职院校中创造良好的篮球运动氛围，并实现学生综合素质的发展。

(二)通过开展教师培训，提高教师专业素质。推动高职院校篮球教师专业素质与教学能力的提高，对于实现高职院校篮球教学质量的提高具有重要的意义。在此方面，高职院校要意识到自身所拥有的篮球教师队伍专业水平有待提高的现实问题，并对篮球教学质量以及教师专业素质与教学能力做出评估，从而为教师培训工作的开展提供依据。在教师培训过程中，高职院校要重视运用多元化的培训手段来满足教师的提升需求，其中可以应用的培训方式，包括在职培训、继续教育、邀请社会专家讲座、组织校内教师交流等。同时，教师专业素质的提高也要以教师的自我提升为重要途径，在此方面，高职院校有必要构建行之有效的激励机制，通过物质激励与精神激励结合的方法来提高教师实现自我提升的积极性，从而使教师对教学工作以及科研工作的开展产生更大的热情与参与性。另外，针对高职院校中女生对篮球教学普遍欠缺兴趣的问题，高职院校有必要适当增加女性教师的比重，通过对篮球教师队伍中的性别做出合理配置，来让女生了解到篮球教学对女性的好处，并激发女生参与篮球教学活动的积极性。

(三)开展课余篮球活动，与课堂教学形成互补。篮球教学质量的提升需要学生在掌握篮球运动理论与技能的理论基础上进行不断的实践与联系，只有在此基础上，学生才能够熟能生巧。但是在高职院校篮球教学中，课堂时间的有限性限制了学生开展实践与练习的机会，因此通过开展课余篮球活动来与课堂篮球教学形成互补十分重要。在高职院校中开展课余篮球活动能够让学生与篮球活动具有更多的接触机会，从而使学生能够更多地了解篮球运动，同时这种课余活动的开展也有利于与课堂篮球教学活动形成互补，所以课余篮球活动对于提高高职院校篮球教学质量而言发挥着不容忽视的作用。在此过程中，高职篮球教师需要对学生的需求和特点做出了解，并重视组织与引导学生参与学校篮球活动，从而使学生能够在掌握篮球运动理论知识和技能的基础上体会到篮球运动对自身生活所带来的乐趣。

**篮球教学设计论文范文 第八篇**

关于篮球意识培养论文

摘 要：本文通过文献综述法，对篮球运动员篮球意识及其培养进行了探讨，结果表明运动员篮球意识与其篮球运动水平关系密切。

目前，从国内外火爆十足的篮球比赛中看，队员的体力和技战术虽在取胜中占居相当重要的地位，但篮球意识、思维能力以及斗智能力才是决定比赛胜负的关键因素。

1.篮球意识的概念

篮球意识是指篮球运动员在从事篮球实践活动中经过大脑积极思维过程而产生的一种正确反映篮球运动规律性的特殊机能和能力。它是篮球运动员在长期篮球运动实践活动的认识过程中提炼积累起来的一种正确心理和生理机能的反射性行动的总称。简而言之，是篮球运动员对篮球运动比赛规律客观现实的主观反映。

2.篮球意识的培养

通过进攻训练培养篮球意识

进攻是篮球比赛中克敌制胜的\'重要手段。运动员进攻意识强，比赛的获胜系数就大。因此，在进攻训练中培养运动员的篮球意识十分重要。应做到：①靠近球篮的方向移动，给对方以威胁;②为自己争得更大的活动范围;③尽量摆脱防守队员的防守;④帮助同伴从防守中解脱。

要让进攻队员在移动前想想自己的行动是否合理，而不盲目乱动，同时要运动员明确个人攻击要点：①要把防守者带到对他不利的位置去;②要对防守者最弱的地点进行攻击;③要在自己攻击性最强的地点发动进攻。要求运动员不断改变进攻方向，不要一味地一打一、两种战术配合，要声东击西，内外结合，在左、中、右轮番进攻。在进攻时，积极寻找对方漏洞，攻破其防守意图，当对方变换各种不同形式联防或综合防守时，运用拉开战术，扩大对方防区，采用移动进攻，有针对性地增加对方在局部区域的负担，以多打少;如果对方改用紧逼，则及时稳定阵脚，从容对付，耐心组织，利用掩护、传切、少运球和突分战术，使对方丧失信心。进行进攻训练时，除教运动员进攻配合外，还要教他们对付各种防守的办法，同时要允许运动员有创造性地发挥。

在防守训练中增强篮球意识

在进行防守训练时，首先要求运动员必须具有坚韧不拔、死缠紧防的意识。

使运动员了解训练的目的，明确概念，领会要求。例如，在进行有球队员防守训练时，无论采用哪种方法和手段，都要紧防，目的还是不让其随心所欲地传球，干扰降低其投篮命中率，并警惕其突破。因为他最有可能直接得分，最可能把球传到危险位收置。

使运动员懂得自己的职责与全局的关系。例如，在半场紧逼防守时，最怕对方在我“两肋”与“心脏”部位接球，一旦接到球，就有可能使全队防守体系崩溃。

使队员不仅懂得防守的一般原则，更要了解其特殊性。在比赛中，因为遇到的对手不同，特点不一，随时会发生种种意想不到的情况。在平时的训练中，就不仅要使队员能按照一般的原则处理一般的情况，更重要的是教练员要充分估计到各种可能出现的情况，确定解决办法。

使队员会利用眼睛。也就是会观察。训练时，教练员要不断提醒队员注意使用自己的眼睛。

提高心理训练水平，培养篮球意识

通过有目的的一般心理训练，可提高运动员的感知觉能力的反应速度，教练员应加强篮球运动员球感和临场感的培养，反应速度是指运动员意识活动的应答时间，缩短应答时间可提高意识活动的效率。通过赛间、临赛的心理训练，促使运动员的心理处于最佳的状态。

意志品质教育和顽强的战斗作风是培养篮球意识的保证

意志品质是意志的具体体现。在现代运动竞赛中，运动员之间的技术水平愈益接近，一场比赛往往到最后几秒钟才分出胜负，运动竞争更加激烈。在紧张激烈的比赛中，运动员不仅要有良好的技术、战术和身体素质，而且要有良好的意志品质和顽强的作风。只有这样，才能在极端复杂困难的条件下，坚持与对手进行顽强斗争，并取得胜利。

3.结论：

因此，必须明确篮球意识培养的重要意义。运动员须打好体能、技术、心理几方面的基础，意识的提高才会落到实处。从认识到掌握可分为初学阶段(教与学的过程)和掌握、熟练、对抗、运用自如阶段(训练过程)，它是一个完整而连贯的过程。因此，在进行体能、技术、战术训练的同时，贯穿意识的培养，方能收到良好的效果。

参考文献：

[1]徐家杰.运动心理学[M].北京.人民体育出版社，1991.

**篮球教学设计论文范文 第九篇**

1.有利于队伍整体能力

相较于技术训练的漫长过程，战术训练可以在现有技术水平的基础上，根据队伍自身情况，合理安排战术的运用，使得队伍能力得到充分展现，可以提高整体的队伍实力。这不仅可以增加学生对于篮球运动的热爱，也可以提高其团队协作的意识，使得学生在以后的学习生活中能够得到更多地启发。

2．战术训练的应用与创新

2．1战术训练的基本方式

2．1．1采用分练与合练相结合的训练方法分练与合练相结合的战术训练方法是高校篮球教学中最常使用的一种训练方法。首先，采取合练教学。在课堂教学中安排学生分队，以五人为一队，进行战术的讲解和演示，以期让学生能够完整地理解战术的安排和战术意图，让学生对篮球战术有了整体的初步了解;其次，安排局部的分练。针对不同位置、不同技术水平和不同场上情况的模拟，对个人或者两三人的小组进行战术的演练和矫正;最后，再安排合练。通过分练中能力的提升，在最后的合练中强化学生的战术能力，建立各个队友之间的默契，调整安排战术的应用细节，使得整支队伍在遇到复杂的场上情况时能够应对得法。2．1．2情景教学法篮球运动由于其快节奏的特性，因此在实际的篮球对战中往往会遇到不对称的场上局面，例如:多打少、矮防高、快打慢等情况。因此在战术训练中应该模拟场上可能出现的各种情景，让学生在情景中学会使用合理的战术，能够在不对称情况下完成攻防任务。这需要教师根据学生情况，合理地设计安排并讲解演示技战术使用的要领，然后安排学生反复地演习训练，以达成能力的储备，并在以后遇到该类问题时能够更好地应对。

2．2创新教学方式

2．2．1加强理论基础教学高校体育课往往注重实践课堂，却总是忽视了对于体育运动的理论教育，篮球教学活动也是如此。然而，运动理论对于一项运动来说是其发展的内在规律的总结，是无数实践综合得到的结果，因此，理论教学可以完成许多在实践课堂上无法完成的教学内容，更多地引发学生的思考。2．2．2采用数字媒体教学随着高校硬件设施的建设，越来越多高校有条件在体育课堂中开展数字媒体的教学活动。而且，直观的数字媒体教学，通过影音的方式，能够使得教师在课堂中的讲解能够得到全面的反映，加深学生的理解。在开展数字媒体教学的过程中，可以有教师选取经典的战术片段，学生一边观看，教师一边讲解，加深学生的印象。这些片段可以是职业比赛的片段，也可以是在实战教学中摄录下的实景，以便更好地矫正学生的战术运用情况。

3．结语

篮球战术教学不同于普通的课堂教学，它有其独有的实践性，因此在篮球战术教学过程中应当发挥这个特性，让学生在学习———实践的循环中不断优化自己的能力，得到真正地能力上的提升。这不仅仅有利于篮球运动的开展和学生身体素质的提高，更可以使得学生在未来面对各种问题时，能够有更加丰富地解决问题的思路和经验。

**篮球教学设计论文范文 第十篇**

篮球训练教学方法论文

【摘要】篮球教学在国内逐渐得到重视，其被称作是体育学科发展不可或缺的重要教学科目，其主要培养的是运动员的合作意识以及体能素养，而本文主要是分析篮球教学当前在国内主要采用的训练方式，并结合自身经验，阐述一些有效的改进途径。

【关键词】篮球教学；常见的训练方式；改进途径

一、研究背景

作为体育运动中所包含着的运动项目，篮球教学不仅关注体能训练、智力发展，还强调合作意识以及竞争意识的培养，因而在日常的篮球教学中，运动员不仅需要懂得战略部署，还必须做好同战友的沟通协调及配合工作。经过多年的实践研究我们认为篮球教学还能够对运动员自我调节以及自我约束的能力进行培养，良好的教学能够帮助运动员在训练操作中不断对自己的精神状态以及身体状态进行调整，以达到最佳水平；此外有效的篮球教学有助于运动员养成公平竞争意识，在反反复复的训练中逐步强化自身的适应能力。但是我们结合现状进行分析，国内大部分地区的篮球教学虽然采用了多种形式的教学方式，却始终无法同新时代背景下的训练要求保持在同一水平线上，更不要说同世界领先水平接轨，若训练方式得不到调整和改变，势必会对教学质量造成影响，自然无法实现教学的有效性。

二、国内篮球教学在新课程改革后发展的状况

（一）重复单一的训练方式

现阶段，篮球教学在国内所呈现出的训练方式普遍存在着重复单一性，虽然新教改已经实施了一段时间，但是篮球教学在国内大部分地区依然没有取得较大突破，这主要是因为篮球教学是围绕着基本的上篮、运球以及步伐等动作进行的，其要求学生必须反反复复的进行以上动作，随后才是一些集中式技巧训练，而面对这样一个漫长的训练过程，学生难免会有乏味枯燥、厌倦的情绪产生，一旦产生负面情绪，学生便很难在接下来的篮球训练中保持激情。

（二）篮球教练的水平参差不齐

在新课改全面实施后，我们对于课程改革的思想核心有了一个基本的认识，其所强调的是从根本上对学生学习的方式方法进行改变，突显学生的主体地位，将被动学习转化成主动学习，因而要求每一位科目教师都必须掌握新的教学理念，进行教学方式的革新。这也就意味篮球教学应当从国内当前新的教学改革背景下进行改变，增强在篮球教学方案设计中的投入工作，有机结合实效性以及有效性训练方式，通过对训练设计方式积极而又深入的挖掘，找出高效的训练方式来，以此来提升学生们整体的学习效率和学习兴趣，最终确保篮球教学训练的有效性。值得一提的是，在新课改全面实施后，大部分的篮球教练都对相关的篮球教学设计方式和教学方案进行了调整和改变，并在具体的教学操作中不断进行调整和完善，在一定程度上起到了教学效率提高的作用。但是经过实地走访我们发现，还有一部分的篮球教练并没有对新的一个教学方式和训练方法引起重视，他们在训练项目选择上表现出盲目性和随意性，以致训练过程中缺失针对性，加之过于单调的训练形式，和枯燥乏味的训练过程，很难将学生学习的主动性、积极性调动起来，甚至长时间反复单一的训练方式，极易引起学生不满和反感情绪，从一定程度上而言是难以将预期教学效果实现的。

（三）学生的主体地位难以突显

众所周知，在传统形式上的篮球教学训练中，学生长期处于被动，占据主导地位的一直是篮球教练，而面对这样一种被称作是“填鸭式”的教学模式，不仅学生的学习兴趣难以得到激发，在一定程度上还容易增强学生学习上的压力，这主要是因为学生在学习中持有懈怠心理，就难以达到教练预想的训练效果。一般而言，身体协调性是篮球训练关注的重点，其所强调的是动作的连贯性和流畅性，但是篮球教练在教学操作中基本无法全方位的对学生整体的训练状况进行考虑，这也就意味着学生在整个的训练操作中均是根据教练所规定的重复性动作进行的，正是因为这样一种缺乏沟通性的教学行为，导致整个的教学效率十分低效，始终达不到较高的一个水平状态。可见，篮球教学同其他文化课程的教学有着明显不同，在篮球教学中我们必须与体育学科总体的特征结合进行，在保证学生智力和体力共同进行发展的同时，还能够不断提升他们的体育素养，以此养成良好的体育运动价值观和兴趣观，只有学生的身心得到全面的发展，才能够为终身体育意识奠定良好基础，而这要求我们在体育教学中选择正确的训练方式和教学理念。

三、有效的改进途径

（一）增强师生间的互动性

在篮球教学中需要教练同学生间良好的沟通，教练应当主动的参与到篮球教学中，多与学生互动，其有助于学生整体的学习热情和主动积极性得到激发，并且学生有效的学习同教练正确的动作示范间有着密不可分的联系，也只有这样学生才得以在较短的时间内掌握到更多的训练技巧。同时篮球教学课堂应当营造出出和谐轻松的氛围，在轻松氛围的学习下，学生才能够掌握到更多的训练技巧，并且轻松的课堂有助于学生学习上的心理负担以及恐惧心理减轻；此外教师还需要时时关注学生的学习和训练状态，为了避免有安全事故出现，教练需要在篮球教学中教与学生一定的保护动作，以提高他们在学习过程中的自我保护能力。曾有位哲学家这样说过，学生的学习必须以兴趣为前提，因为兴趣是他们最好的教师，基于这一说法我们也经过实践得到了证明，一旦某个人对某个事物产生了兴趣，便会主动地去探索和接触这一类事物，并且在与这类事物有关联的活动中参与度都非常高。为了帮助学生更加快速的产生学习篮球的兴趣，作为教师我们在正式开展训练课程前，会做好相关的示范教学工作，即将相关的技术关键点讲解给学生，亲自示范投篮、运球以及传球等动作，这样一来不仅能够帮助学生更好的将各项技能掌握，还能够拉近学生同教师之间的互动关系。

（二）学生主体地位的突显

新教改的实施和落实，人们不断对教学理念和教学方法进行了改变，前文中有提到在传统形式上的篮球训练中，篮球教练具有整个训练过程的完全控制权，其是训练内容的主导者，所有的训练内容均是有教练自己确立和设计的，学生无法参与其中。但是在新课改的号召下，所强调的是学生主体地位的突显，因而要求我们必须将学生放在主要的教学位置上，任何一项教学内容的产生都应当是以学生为中心的，只有学生的主体地位得到突显，才能够激发出他们对篮球训练的参与热情。俗话说：授人以鱼不如授人以渔，对于篮球教练来讲，首需进行的是教学观念的转变，应当树立起培养创造性人才的意识，鼓励学生积极主动的参与到篮球训练活动中，其目的是为了增强训练方式和过程的有效性。

（三）教学目标的.合理制定

课时目标集中汇聚在教学目标中，作为教师应当合理地从编制出学习目标，而这要求其不均需要对课堂训练内容进行满足，还必须契合学生认知的需求，因而每一章节的内容都必须从课时内容出发，充分的对学生整体发展需求进行考虑，只有将科学的一个训练框架构建出来，才能够最大可能的将教学效益发挥出来。

（四）训练形式的改变

篮球教学一般采用的是集中式教学形式，因而在正式课程教学中应当有机结合个别教学以及分组教学等形式，因为只有教学方式的有效性才能够激发出学生学习篮球的热情，从而以更加饱满的热情参与到篮球训练活动中。诸如：所有的篮球教学都是在体育馆或操场中完成的，其由于受外界的影响较大、空间较大等，为了保证学生的安全，要求我们每一次篮球教学活动的开展都必须是经过严密设计和组织的，在场地所使用的器材全部是经过合理布置的，并且还需要根据现场的实际情况，随时对教学方式进行调整。对于篮球教练来讲，必须针对学生个体间的差异、学习成绩的差异等，将学生划分成不同的层次，其目的是为了针对不同层次学生具体的学习情况制定学习计划和目标。此外，在篮球教学中还需要根据学生篮球技术运动具体的达标程度等进行分类，诸如：学生实际的课程目标完成情况等，将学生划分成不同小组，如传球训练组、运球训练组以及投球训练组等，待小组划分完成后，需要将不同小组的成员组织在一起进行有针对性的教学。

四、总结

综上所述，篮球训练不仅是为了强身健体，在一定程度上还能够起到培养学生组织协调能力、思维能力和配合能力等作用，因为学生在接受篮球训练中，教练采取正确的、科学的教学方式是非常有必要的，其有助于学生良好的掌握篮球训练技巧和技术。因而在日常的篮球训练活动中，我们要求篮球教练必须加强对训练方式的重视，只有训练效率得到提升，才能够确保训练质量的有效性，而这便需要我们在新课改的号召下，对传统的训练方式进行改变，采用新的教学模式和教学理念。

参考文献

[1]赵高伟.常见篮球教学的训练方式和改进策略[J].体育世界(学术版),,02:95-96.

[2]王礼碧.常见篮球教学的训练方式和改进策略[J].湖北体育科技,,02:128-130+109.

[3]姜广禹.高校篮球教学中常见的运动损伤因素分析[J].当代体育科技,,34:58+60.

[4]刘海山.试析常见篮球教学的训练方式和改进策略[J].当代体育科技,,32:28-29.

**篮球教学设计论文范文 第十一篇**

1鞍山市中学篮球教学现状

教学内容

在调查中我们发现，在被调查的中学里，教学内容基本相同。大都遵循传统课程标准下的教学原则，单纯的传授固定的技术动作。教学中过多注重技术和战术的训练，往往忽视了对学生体能和意志的锻炼。导致学生体能不足，意志薄弱。因此这些教学内容已经无法适应现阶段新课程标准的要求，同时也无法满足学生的需求。

教学方法和手段

教学方法是教学的重要因素，也是教学过程的重要组成部分。它直接影响着教学效果。在对这些中学教师的走访调查中发现，在篮球课的教学中仍以传统的讲授、示范、练习、纠错等方法为主，那些现阶段广泛应用的如情境法、发现法、游戏法、竞赛激励法等虽也偶有运用，但并不普遍，这在一定程度上说明我们的中学体育教师在教法选择和运用上思想转变有些慢。这会使课堂教学显得枯燥、单调甚至有些乏味，影响学生主动性和创造性的发挥，限制了学生个性的发展。

2学生对教师教学能力的评价

教师掌握足够的篮球方面的知识和技能，才能具备较强的教学能力，顺利完成教学任务。从表3中我们可以看出，选择“一般如此”和“偶尔如此”的学生占多数，这说明虽不是完全肯定，但教师的教学能力得到了学生一定程度上的认可。这从另一方面也反映出学生对教师能力的要求在提高，同时表达出学生是渴望从教师那里获得知识的。

3鞍山市中学篮球教学存在的问题

体育教师陈旧的观念束缚了学生个性的发挥

“以发展身体，增强体质为主”的观念一直深深影响着我们的体育教学。虽然在近些年推行教学改革以来，体育教师的传统地位有所动摇，但多数人的观念并没有完全转变。在调查中我们发现，篮球课上机械的灌输比较多，学生自主练习比较少。

传统的教学内容、方式没有变化

由于领导者和实施者都缺乏现代的教学意识和理念，因此传统的教学内容和方式仍在沿续。在调查中我们发现，绝大多数的学校还都是采用男女合班教学，这在一定程度上给教师的教学带来了困难，同时也使学生难以正常发挥自己的主观能动性。

场地器材和学生因素给教学带来困难

由于中学建校大都比较早，因此场地一直是困扰体育教学的难题。尽管近年来在上级检查验收时一些问题得到了解决，但多数学校的场地和器材仍然无法满足体育教学和训练的需要。同时学生人数过多也是导致教学困难的一个重要因素。

4结论与建议

第一，鞍山市中学体育教师的年龄结构比较合理，学历都达到标准。但高学历的教师人数少，专业的篮球教师更是缺乏。教师的教学手段相对落后，制约学生个性的发展。建议吸收高学历的篮球专业年轻教师，改进教学方法，丰富教学手段。第二，相对于小学来说中学的场地和器材还是比较优越的，但仍然无法满足学生日益增长的需要。建议加大场地设施的资金投入，改善学生的学习环境。第三，加强教师的在岗培训，使他们掌握更多的篮球知识和技能，满足教学需要。

**篮球教学设计论文范文 第十二篇**

篮球教学的认知

篮球运动虽然是一项十分普及的运动项目，但是它也有其特有的专业性和竞技性，但是由于许多学生总觉得自己已经非常的了解篮球了，进而忽略了学校的篮球理论教育课程，这便是的学生们在学习的过程中没有真正的掌握到篮球项目的专业知识和学习理念，进而导致篮球教学改革得不到最大限度的发展。在这基础上教师可以通过给学生们播放比赛视频和分析运动员身体机能、篮球技能等方式来促进学生们对篮球学习认知能力的发展，进而使得他们能够在有针对性地教学中对篮球运动有一个全新的认识，使之能够积极的参与到理论学习的过程中，并为了提高自身的篮球技能而开始努力练习。

注重素质教育，激发学生兴趣

体育教学的最终目的不仅仅是为了引导学生们掌握一定的体育健康知识和学习技能，同时他还关注学生们的体育学习观念和体育精神，在体育学习的过程中发展学生们的身体素质是关键的，而对学生们展开一定的素质教育同样是非常重要的。所以在篮球教学的过程中教师一定要注重对学生们的素质教育发展，通过激发学生们学习兴趣的方式来不断的调动他们的主观能动性，使之能够在学习的过程中不断的发散自身的逻辑思维，最终帮助他们既掌握了学习技能，同时又能促进自身各方面综合素质能力的发展。

紧随教学新形势，注重因材施教

目前我国体育教学还存在一个较大的问题就是课程教学缺少一定的系统性，即教师在教学的过程中没有专门的教材作为辅导，大多数教师都是运用自身的教学经验和教学实践来创设课堂学习内容，这便在很大程度上影响学生们的学习效果，使得篮球课堂的教学质量得不到有效提升。在这基础上高校应该为教师制定合理的教学任务和教学目标，进而帮助教师在教学的过程中能够保持清晰的教学思路。除此之外，不同的学生在学习能力、身体素质方面都存在较大的差异，为了使得所有的学生都能够在体育学习的过程中受益，教师还要学会根据学生们的实际学习情况来选取合适的教材，进而帮助学生们在力所能及的范围内展开有效的篮球课程学习。

4加强师资团队建设

教师是教学过程中十分关键的引导者，教师的专业素养和教学方式会直接影响到课堂教学的质量学生们最终的学习效果，所以在高校篮球教学的过程中创建专业素养较强的师资团队是十分重要的，只有教师的专业素养处在较高的水平才能保证学生们的学习质量。在这基础上，各大高校应该要为学生们选择一些理论和实践素养都非常强的教师，接着在平时的教学活动中学校还要为教师们创造更多学习和交流的机会，让教师们能够在交流的过程中交流经验、总结教学成果，进而帮助他们不断的丰富自身的教学形式，以此从根本上提高篮球课程教学的质量。除此之外，学校也可以经常组织一些教师与学生之间或者是教师与教师之间的篮球赛，进而通过教师的风采来不断的提高学生们对篮球学习的印象，最终使得学生们在比赛中产生膜拜教师的心理，这可以在很大程度上促进学生们学习积极性的发展，学生们将教师作为主要学习对象之后便会更加积极的参与到该教师的课堂教学中，从而不断活跃篮球体育课堂学习的学习气氛，使得篮球学习的过程更加轻松、愉快。

5结语

总的来说，篮球是学生们在日常生活中非常普及的一项体育运动，如果教师能够合理的利用篮球教学课堂来规范学生们的篮球技能，那么将可以很大程度上帮助学生们更好的在生活中进行篮球体育锻炼。

参考文献

[1]靳厚忠，范宏伟，刘晚玲，等。高校篮球课程教学改革思考[J]。体育学刊，（8）：68—71。

[2]王振宇，汪珂永。提高高校篮球课程教学质量的策略探析[J]。亚太教育，（4）：118。

[3]施发，陈永兵，周山彦。高校篮球教学改革的影响因素及发展趋势探索[J]。体育科技，（6）：158。

**篮球教学设计论文范文 第十三篇**

摘要：：篮球是我们日常生活中常见的一项体育球类运动项目，尤其是对于许多男生来说，篮球是他们在课余时间不可或缺的一种娱乐方式，甚至许多学校还会为学生们设立一些专门的业余篮球比赛。虽然它具有较强的普遍性，但是在我国篮球教学的过程中仍然存在着许多不足和弊端，该文将从篮球教学改革的角度出发，首先简述和分析我国篮球教学的基本现状和不足，接着再浅谈篮球项目在娱乐、竞技等方面的发展趋势，最后再对篮球教学的教学策略做出一定的指导，希望文章中所涉及的内容能够在最大程度上促进我国篮球教学改革的发展。

关键词：：高校篮球；娱乐休闲；大众体育；身心健康

篮球在生活中是十分普及的一项大众休闲体育运动项目，在学习中是一项竞技性较强的体育学习科目，随着我国素质教育的不断改革和发展，许多高校的体育教学工作受到了教育部门的广泛关注，篮球作为体育运动中一个十分普及的运动项目自然的成为了许多高校的重点体育学科课程之一。在新课改的推动下，以前的篮球教学观念从帮助学生展开有效的体育锻炼到现阶段更加偏向于树立学生们的体育锻炼意识，通过高效的篮球学习来促进学生们终身学习体育的观念发展，下面笔者将针对篮球教学的基本现状展开探讨。

1我国高校篮球教学现状

目前由于我国的院校太多，而每个地区的篮球教学方式和篮球教学的关注都存在着较大的不同，那么首先在地区和课程发展的过程中篮球教学就已经存在着较大的差异性，再加上各个学校对体育课程的重视重视不同，在体育设备和师资力量、教学质量上都存在着较大的差异，这些因素都在很大程度上影响了我国篮球教学整体的发展水平。其次是教师对体育教学的观念也存在着较大的不同，有的教师更加注重学生们的专业文化学习成绩，进而忽略了体育课程对学生们综合素养发展的影响，使得学生们也逐渐的不再重视体育学习。再者，因为教师在教学的过程中运用的教学方式和教学内容过于守旧、传统，再加上没有结合一定的实践训练从而导致学生们难以在学习的过程中真正的调动篮球学习的积极性，最终使得篮球课程学习变得越发枯燥，严重还会导致学生们对篮球运动的印象，使之变得越来越不喜欢篮球运动，这对篮球项目今后的发展来说是十分消极的。

2高校篮球教学发展趋势

由于篮球在运动的过程中有许多规则和技巧，而教师因为过度的重视对学生们理论知识的传授而忽略了学生们的实践能力发展，进而大大地阻碍了学生们的兴趣培养，这不管对学生们今后的篮球学习积极性还是篮球课堂的教学效率来说都起到了消极的阻碍作用，最终使得篮球教学改革面临的教学困境越来越大。

娱乐休闲的趋势

现阶段许多城市都已经步入了快节奏的`生活，不管是在生活中、工作上还是学习中都呈现出一种紧张的状态，这种状态给人们营造了许多压力。而体育学习可以在很大程度上方式人们的肌肉群体，缓解人们的工作压力。在这基础上，教师可以通过借助篮球学习的娱乐性和休闲性来激发学生们的学习兴趣，使之能够积极的参与到篮球理论学习的过程中，接着教师再通过实践和理论结合的方式不断提高学生们的篮球技能，以此使得学生们在课余时间能够自觉的展开篮球锻炼，通过篮球的趣味性来让学生们爱上体育运动，进而逐渐的形成终身进行体育锻炼的精神。

竞技体育和全民体育相结合

篮球是一项竞技性较强的运动项目，随着我国教育事业的不断发展，许多高校的交流也日渐密切起来，为了促进各大高校学生之间的交流一些篮球联赛等比赛形式逐渐的流行起来，这样竞技类的比赛形式在很大程度上提高了学生们的参与积极性，而在平时的学习中学校各专业之间也可以展开相应的篮球比赛，这样便可以使得篮球运动真正的渗透到学生们的交往活动中，以此赋予篮球学习更深层次的学习意义，使得篮球教学能够达到既提高学生们的专业篮球素养，又在很大程度上推动他们人际交往能力的发展，最终使得学习的过程变得更加有趣。

**篮球教学设计论文范文 第十四篇**

【关键字】街头篮球三人篮球文化定性功能特征发展对策

在本人查阅的相关文献资料中，以对街头篮球和三人篮球的起源、功能、发展现状进行研究的居多，但是本人发现，在有些对街头篮球和三人篮球的研究中有一个共同点，那就是把街头篮球和三人篮球当成了同一项运动项目在作阐述和研究。本人练习过一段时间的\'街头篮球，从中发现街头篮球和三人篮球甚至是传统篮球，都有着本质的区别，并不能将他们相提并论。所以本人遂想到这样的一个研究课题，旨在分析比较两者之间的区别，让人们能对这两项运动有一个清晰的认识。

街头篮球和三人篮球都是刚进入中国不久，也都刚刚流行起来，在人们对两者还没有真正认识的前提下，不少商家为了自身的商业利益，大肆将两者拉上了商业化的道路，必定导致两者的不健康发展，开题报告《篮球论文开题报告》。既然是两个不同的运动项目，必定有其适合自身的发展道路可循。因此人们必须对两者有充分的认识，方能保证两者走上属于自己的正确发展道路。

1街头篮球和三人篮球的定义

街头篮球和篮球虽说都是篮球运动，但是两者是不同性质的篮球运动，因此两者的定义也是不相同的。

街头篮球的定义

街头篮球又名“街球”，它是一种以娱乐为主要目的，集健身、休闲、表演等为一体的一项新兴篮球运动形式。它是起源于美国贫民区黑人青少年经常从事的篮球游戏活动，由于运动场地在简陋的街头或道边的篮球场而得名。同时，街头篮球也被看作是传统篮球运动的一种延伸，是篮球运动的一部分。街头篮球既是篮球运动的一种形式，同时也是“hip-hop”文化的一个分支，这也就让街球成为在当今青少年中流行的一个主体文化。但是，街头篮球与传统的篮球存在着相当大的差异，这又使得这项运动在发展的道路上呈现出独特的特点。街头篮球的内容丰富，其中包含有街头比赛，斗牛，花式篮球表演，街球音乐等内容；形式多样，既有人数均等的一对一、二对二、三对三的对抗，也有人数不等的多对少或是少对多的对抗；规则简明，既然是以娱乐为目的，又因其具有独特的风格特点，参与者可以自己根据自己的实际情况来制定相应的规则。

三人篮球的定义

三人篮球的定义，三人篮球是在半场进行的三对三的对抗运动，是在五人制篮球的基础上发展起来的一种新的体育运动项目。单从三人篮球的字面理解，就可以看出，在进行比赛或是对抗时就已经将对人数进行了规定，即三对三，因此它没有街头篮球那样的随意。加之有明确的比赛规则，可以这样认为，三人篮球其实就类似于五人制篮球的传统篮球运动。

**篮球教学设计论文范文 第十五篇**

篮球论文开题报告

【关键字】街头篮球三人篮球文化定性功能特征发展对策

在本人查阅的相关文献资料中，以对街头篮球和三人篮球的起源、功能、发展现状进行研究的居多，但是本人发现，在有些对街头篮球和三人篮球的研究中有一个共同点，那就是把街头篮球和三人篮球当成了同一项运动项目在作阐述和研究。本人练习过一段时间的街头篮球，从中发现街头篮球和三人篮球甚至是传统篮球，都有着本质的区别，并不能将他们相提并论。所以本人遂想到这样的一个研究课题，旨在分析比较两者之间的区别，让人们能对这两项运动有一个清晰的认识。

街头篮球和三人篮球都是刚进入中国不久，也都刚刚流行起来，在人们对两者还没有真正认识的前提下，不少商家为了自身的商业利益，大肆将两者拉上了商业化的道路，必定导致两者的不健康发展。既然是两个不同的运动项目，必定有其适合自身的发展道路可循。因此人们必须对两者有充分的认识，方能保证两者走上属于自己的正确发展道路。

1街头篮球和三人篮球的定义

街头篮球和篮球虽说都是篮球运动，但是两者是不同性质的篮球运动，因此两者的定义也是不相同的。

街头篮球的\'定义

街头篮球又名“街球”，它是一种以娱乐为主要目的，集健身、休闲、表演等为一体的一项新兴篮球运动形式。它是起源于美国贫民区黑人青少年经常从事的篮球游戏活动，由于运动场地在简陋的街头或道边的篮球场而得名。同时，街头篮球也被看作是传统篮球运动的一种延伸，是篮球运动的一部分。街头篮球既是篮球运动的一种形式，同时也是“hip-hop”文化的一个分支，这也就让街球成为在当今青少年中流行的一个主体文化。但是，街头篮球与传统的篮球存在着相当大的差异，这又使得这项运动在发展的道路上呈现出独特的特点。街头篮球的内容丰富，其中包含有街头比赛，斗牛，花式篮球表演，街球音乐等内容；形式多样，既有人数均等的一对一、二对二、三对三的对抗，也有人数不等的多对少或是少对多的对抗；规则简明，既然是以娱乐为目的，又因其具有独特的风格特点，参与者可以自己根据自己的实际情况来制定相应的规则。

三人篮球的定义

三人篮球的定义，三人篮球是在半场进行的三对三的对抗运动，是在五人制篮球的基础上发展起来的一种新的体育运动项目。单从三人篮球的字面理解，就可以看出，在进行比赛或是对抗时就已经将对人数进行了规定，即三对三，因此它没有街头篮球那样的随意。加之有明确的比赛规则，可以这样认为，三人篮球其实就类似于五人制篮球的传统篮球运动。

**篮球教学设计论文范文 第十六篇**

现代教学论认为，在教学过程中，学生是学习的主体，教师是学习的组织者，引导者，教学的一切活动都必须以强调学生的主动性，积极性为出发点;根据这一教学理念，结合本节课的内容特点和学生的年龄特征，本节课我将从教材分析，学情分析，教学目标等几个方面加以说明：

>一、指导思想

本课以“健康第一”为指导思想，在新课标的运动技能目标引导下对教学内容进行灵活的处理，以学生的运动兴趣为出发点，关注学生个体发展，并引导学生自主探究学习、独立思考，以学生发展为中心，注重学生学习能力的培养。本节课让学生在练习中带着问题主动去思考，激发学生学习兴趣，学生的学习能力。

>二、教材分析

自然跑和爬行对于培养小学生的学习兴趣，发展体能，力量、速度、灵敏等身体素质起着重要作用，培养了果敢、机敏、顽强等心理品质，通过教师引导，激发学生勇于拼搏的精神，为后续学习其他运动项目奠定重要基础。

>三、学情分析

水平一的学生其注意的集中性和稳定性较差，在观察时往往也只注意事物较突出的特征，缺乏顺序性。其神经系统发展较快，兴奋和抑制的机能有所增强，控制和调节自己行为的能力较明显，并且运动系统中肌肉发育尚不完全，含水份多，肌肉纤维较细，收缩功能较弱，耐力差，易疲劳，在教学中要多变换练习内容。

>四、教学目标

【知识与技能】

改进50米×8往返跑技术动作并进行教学比赛;进一步学习篮球双手胸前投篮的技术动作，投篮的准确性。

【过程与方法】

发展学生耐久跑的能力，以及增强上肢力量和身体协调性、灵敏性。

【情感态度与价值观】

培养学生吃苦耐劳的品质、勇于克服困难的精神和敢于战胜困难的勇气。

>五、教学重难点

【重点】

脚蹬地方法正确，跑动动作和呼吸有节奏;一瞄篮，二蹬伸，三翻拨。

【难点】

上下肢的协调配合以及完成动作时全身协调用力。

>六、教学方法

教法：讲解示范法、纠正错误法、观察评价法、游戏法

学法：探究法、观察法，分组练习法

>七、教学过程

(一)开始部分

1、课堂常规：体委整队，报告人数，师生问好，教师简要介绍教学内容，检查服装，安排见习生。然后我运用与学生交流的形式导入：教师简单介绍中国长跑名将王军霞进行导入，激发学生学习兴趣同时拓展学生体育常识。

【教学意图】

教师利用导入的形式进行课题的引出，可以激发学生的学习兴趣和积极性。

2、队列队形练习：原地踏步走、立定

【教学意图】

促进学生由下课状态转变为上课状态的过渡，并明确本节的学习目标。队列练习进一步集中学生的注意力，使身心都做好上课准备。

(二)准备部分

1、模仿劳动操

方法：全班同学在教师带领下，模仿农民劳作时的动作进行热身活动。

2、辅助性练习：

(1)正、侧压腿。

(2)活动膝关节。

(3)活动踝腕关节。

【教学意图】

通过游戏激发学生学习的热情，热身活动，不仅中枢神经系统的兴奋性，降低肌肉粘滞性，加大关节灵活性，也为新授技术的学习奠定基础。

**篮球教学设计论文范文 第十七篇**

一、快乐体育能令学生个人的体育能力得到有效的提高

人在做某一件事时，兴趣是他能否成功的一个重要因素，兴趣加上坚持就使其向成功之路迈进了一大步。在篮球教学中使用快乐的、活泼的教学法，会使学生们不觉得辛苦，不容易中途放弃。传统的篮球教学过于强调训练的强度和密度，常常令学生感到精疲力尽，这显然不利于篮球教学的成功。要提高成绩，首先需要提高学生的学习兴趣。传统篮球的教学法诟病百出，是我们要果断抛弃的。快乐体育将是未来篮球教学中的主流，它能让学生个人的体育能力和素质得到显著的、有效的提高。

二、快乐体育有利于促进师生之间关系的友好

自古以来，老师就充当着传道授业解惑的角色，是值得我们尊重的人。在中学篮球课程的教学当中，体育老师有时因为过于严肃而被学生们疏远。想要改善这种传统的师生关系，使师生关系更加和谐，就要将快乐的教学法引入课堂，学生们学得轻松，老师也乐得自在。良好的气氛可以循环利用，良好的师生关系也能长久留存。

三、快乐体育应用于篮球教学中的方法

由于快乐体育的概念在中学甚至高校中还没有被彻底普及，体育教师的任务之一就是将快乐体育的思想植入到课堂上来。把篮球选项教学的课堂变成快乐体育的实践基地，使学生愉快的、健康的学习篮球，这就需要我们总结出一套完整可行的方法。因地制宜，使用科学的观念引导学生在轻松的状态下开展学习活动，增强学生的身体素质，达到我们最终的目的。

1.普及快乐篮球的体育模式。所谓快乐体育模式，就是让学生能够终身享受体育锻炼的乐趣，并且把它当作目标。作为体育老师的我们应该让学生们认识篮球，了解篮球运动的魅力所在，逐渐在篮球运动中找到自身所求。给学生普及快乐体育篮球的概念，既要让他们从脑海中浮现快乐体育的基本内容，又要与实际活动相连接。在加强锻炼方法的培训和增强情感兴趣的同时，注重学生对篮球项目热情的培养。学生们只有爱篮球，爱运动，才能不断找寻快乐运动的方法，以此达到快乐体育和高校篮球项目教学的无缝对接。

2.开展小组之间的互助互动。古语有云：“闻道有先后，术业有专攻。”学生们在篮球运动方面各有所长，各具特色。故而把优势互补的学生安排在一个小组进行学习是必要的，他们能发挥各自的特长，避免进行无意义的比拼。自古以来帮助别人都是中华民族的传统美德，学生们如果能懂得互助的要义，也是快乐体育的目的所在。

3.进行篮球课程的不间断考核。中学学生们最厌恶的事情就是考试，但考试确实是检验成绩的一个不可缺少的标准。为了实现快乐体育的最终目标，体育教师可以转变方法，让考试变成不再束缚学生、禁锢学生身心的工具。老师可以不定期地进行考核，或者让学生们彼此进行考核，甚至也可以在玩乐中完成考核，这就取决于教师的水准以及对快乐体育的领受能力，还包括学生们的配合。快乐体育能否与篮球教学成功地结合起来，取决于多方面因素。体育教师和学生们共同要实现的目标不仅是简单的成绩，还要将快乐作为体育学习的准则。每一种合理的教学法都该被实施，并且实现。掌握了科学的教学法，能让学生的身体素质不断提高，有助于学生篮球运动技能的增强。深入贯彻快乐体育的精神，并且坚持不懈地将其应用在高校篮球选项课程中，是体育教学的完美创新。

**篮球教学设计论文范文 第十八篇**

>一、指导思想

坚持以“健康第一”为指导思想，激发运动兴趣培养学生终身体育的意识为依据。以学生的身心发展为中心，促进学生身体、心理和社会适应能力的综合发展。在教学中通过之前所学知识的复习，引导学生对新学内容的学习，同时让学生了解运球在篮球比赛中的作用。

>二、教材分析

行进间运球在篮球教材中是一个重要的教学内容，是学好篮球的一项必备技术，是在掌握原地运球动作技能的基础上进行教学的，主要学习行进间运球的基本动作，进一步培养学生对篮球运动的兴趣，提高学生的运球能力，把学练活动和积极、愉快的心情融合在一起，获得运动的乐趣和成功的体验。

>三、学情分析

作为四年级学生，身体素质和运动能力已有了一定的基础，学生具有活泼好动和丰富的想象力，模仿能力，表现欲望强，勇于展示自己。学生对篮球运动具有一定的基础及了解，对篮球运动的兴趣很浓，因此，我注意培养学生对篮球运动的兴趣，注重学生在运球时运球高度和运球时的节奏的掌握。但他们对于运球的技术基础不是太好，学生在练习运球时动作太随便，因此形成运球时动作不规范，不协调及控制球的能力较差的状态。

>四、教学目标

1、认知目标：通过学习，初步学习篮球行进间运球的基本动作方法，掌握运球时的按拍球动作技术。

2、技能目标：发展学生协调、灵敏、下肢力量等素质，不断提高行进间运球的水平。

3、情感目标：培养学生克服困难，积极上进的品质，并在学习中体验运动乐趣。

>五、教学方法

在教学过程中主要采用：探究教学法、示范法和游戏教学法。

1、探究教学法：教师依据教学目标，让学生自主探究、讨论、交流、协作并根据自己的特点去选择学习，并思考、分析、归纳形成自己正确的动作，教师只对学生的学习效果作针对性引导和小结，激励学生以积极的态度去学习。

2、示范法：教师根据学生的特点进行讲解并示范，这些示范有利学生掌握正确的动作，使学生获得具体、形象、生动的直接经验，便于学生获得更多的知识。

3、游戏教学法：通过游戏，进一步巩固行进间运球的技术动作。

4、自学法：学生自己分析、讨论学习，培养学生独立获取知识的能力。

**篮球教学设计论文范文 第十九篇**

关于篮球裁判的论文

篮球裁判员是篮球运动“三大员”之一,既是篮球规则的执行者,又是比赛场上的“法官”,分享了篮球裁判的论文给大家欣赏！

摘 要：文章运用文献资料法，研究了篮球临场裁判员职业素质的基本内容：篮球裁判员职业素质主要包括高度的责任心和强烈的事业心、扎实的专业技能及坚持原则、公正执法的职业道德。篮球裁判员作为篮球赛比赛的掌控者，必须具备其基本的职业素质，保障篮球比赛顺利有效地进行，从而推动篮球事业持续不断地健康发展。

关键词： 篮球裁判员 职业素质 职业道德 职业兴趣

职业素质是指从事某一职业的人对其职业了解与适应能力的一种综合体现，其主要表现在职业兴趣、职业能力、职业道德等方面。篮球裁判员必须对篮球裁判工作具有强烈的兴趣和高度的责任感；牢固掌握扎实的专业技能；具备严肃、公正的职业道德。

1.对篮球裁判工作具有强烈的兴趣和高度的责任感是做好篮球裁判员的前提条件

强烈的兴趣是篮球裁判员工作的主要动因

职业兴趣是一个人对待工作的态度，现阶段我国还没有专门的职业篮球裁判员，参与各级各类比赛的篮球裁判员都有各自的职业。据统计，最多的是大、中学校的体育教师，正因为这种“业余”的身份，裁判员本人的责任心很难进行实质性控制，因为他们不是“本单位职工”，比赛组织者只是到比赛时才临时将他们召集起来开展临时性的工作，很难进行有效管理，对他们的工作态度、工作水平、工作效果很难制定长期有效的奖惩机制。

因此，对裁判工作的强烈兴趣是每个篮球裁判员学习参与篮球裁判工作的初始动因。道理是显而易见的，对一般人而言，有自己的职业，没人强迫你学习裁判，有固定的收入来源，也不会为了并不高的裁判费专门学习裁判知识。一位阿根廷国际级裁判说：如果没有对（篮球裁判）事业的忠诚，这样的工作就很难长久地坚持下去。

高度的责任心是篮球裁判员工作的自我机制

一个优秀的篮球裁判员必须有高度的责任心，无论何时都要养成全神贯注、全力以赴的工作习惯，认真地吹好每一场球、吹好每一个球。

篮球运动员和教练员艰苦的训练为的只是在赛场上充分展示其精湛的技战术水平，观众花钱买票是为了欣赏精彩激烈的比赛，是一种积极的休闲娱乐。无论是势均力敌的比赛还是“一边倒”比赛，不管是精彩的高水平职业比赛还是水平一般的业余比赛，篮球裁判员都只有兢兢业业、一丝不苟地努力吹准每一声哨，才能使比赛顺利有效地进行下去，篮球运动员和教练员的劳动得到认可，观众也达到休闲娱乐的目的。

2.扎实的专业技能是做好篮球裁判员的基础

篮球裁判员的专业技能主要包括良好的理论基础、过硬的心理素质、合格的体能、娴熟的判罚技巧练等。

坚实的理论基础

《篮球竞赛规则》、《篮球竞赛裁判法》是裁判员场上执裁的唯一准则、依据，离开竞赛规则裁判员执法时就失去评判依据。所以，篮球裁判员必须精通《篮球竞赛规则》、《篮球竞赛裁判法》，对条文解释和精神理解透彻，在处理犯规及不当行为时有理有据，合理地运用到比赛中，从而正确地引导掌和控比赛。

另外，篮球裁判理论的更新较快，要不断掌握最新的裁判规则，及时更新，不断充实理论知识，对规则的改动和规则的解释及时了解学习，紧跟篮球裁判工作的步伐。

过硬的心理素质

高水平的裁判员进行临场裁决，不仅要求篮球裁判员有熟练裁判知识和临场判罚技巧，还要求裁判员具备良好的心理素质。在临场执裁的过程中裁判员临场工作水平发挥如何，与裁判员平时心理素质训练和赛前心理准备有密切的关系。

篮球比赛经常会给裁判员带来一定的心理压力，尤其是重要的比赛（比如决赛、关系到能否出线的比赛等），这时双方球队的教练、队员、观众，对裁判员的每次判罚都非常关注，有时甚至到了敏感的地步，赛场上气氛凝重、紧张，双方剑拔弩张，观众情绪一触即发，在这种情况下，心理素质差的裁判员会受到影响，出现紧张、不稳定、反应迟钝、失误增多、判罚不准等情况，稍有不当，可能引起一方甚至双方、观众不满，继而使比赛难于控制。这对裁判员来说，就是完全失败的判罚。

因此，篮球裁判员要培养过硬的心理素质，比赛前要做好充分的思想准备，临场中要有坚强的信念和顽强的毅力，不畏权势、不徇私情，刚直不阿，要应对来自方方面面的干扰和压力，从容地将自己的心理状态调节到最佳状态，沉着、冷静地处理比赛中所出现的各种复杂问题，始终集中精力注意场上比赛的情况。

重视基本功及体能的训练

篮球裁判员的临场基本功主要包括哨音、手势和移动等。一个优秀的篮球裁判员出场时应该显示出落落大方、充满自信的精神面貌；每次鸣哨做到哨音洪亮、干脆；判罚时手势清晰、规范，切忌用夸张、做作的手势和动作哗众取宠；移动及时到位。

另外，现代篮球比赛的攻防节奏很快，裁判员必须跟上激烈比赛的节奏，这就要求裁判员具备充沛的体能和快捷的移动速度，才能跟得上比赛节奏，从容地选择正确的移动路线，从容地选择合理的站位，进行及时、准确的判罚。端庄大方，个性突出，手势正确、自然、美观、规范，场上跑动、站立、宣判的动作要落落大方，有条不紊，给自己做好裁判工作树立信心和勇气。

3.坚守公正执法的职业道德是做好篮球裁判员的根本保证

篮球裁判员作为球比赛的组织者和执法者，是场上当然的“法官”，必须进行公正、准确的判罚，比赛才能正常地进行。但社会现实是没这么简单的，篮球裁判员毕竟是普通的人，也有可能受到社会不正之风的影响，比如各种错综复杂的“关系”、各种权势施加的压力、经济利益诱惑等都

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！