

经全国高等学校体育教学指导委员会（技术学科组）审定

全国普通高校体育学科篮球系列教材
北京市属市管高校人才强教计划资助项目

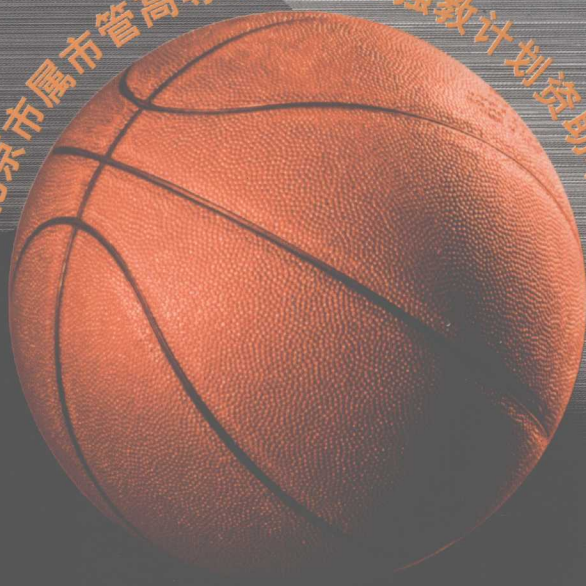
Funding Project for Academic Human Resources
Development in Institutions of Higher Learning
Under the Jurisdiction of Beijing Municipality
PHR

篮球

普通高校篮球选修课教材

余丽华 张月英 高 瞻/主编

北京市属市管高等学校人才强教计划资助项目



北京体育大学出版社

经全国高等学校体育教学指导委员会（技术学科组）审定
北京市属市管高等学校人才强教计划资助项目
Funding Project for Academic Human Resources Development
in Institutions of Higher Learning Under the
Jurisdiction of Beijing Municipality
PHR

篮球——普通高校 篮球选修课教材

主编 余丽华 张月英 高 瞻

北京体育大学出版社

责任编辑 森 博
审稿编辑 熊西北
责任校对 梁 茹
责任印制 陈 莎

图书在版编目(CIP)数据

篮球/余丽华,张月英,高瞻主编. - 北京:北京体育大学出版社,2007. 11
普通高校篮球选修课教材
ISBN 978 - 7 - 81100 - 831 - 9

I. 篮… II. ①余…②张…③高… III. 篮球运动 - 高等学校 - 教材 IV. G841

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 166689 号

篮球——普通高校篮球选修课教材

余丽华 张月英 高 瞻 主编

出 版	北京体育大学出版社
地 址	北京海淀区中关村北大街
网 址	www.bsap.cn
邮 编	100084
发 行	新华书店总店北京发行所经销
印 刷	北京雅艺彩印有限公司
开 本	787×960 毫米 1/16
印 张	18

2007 年 11 月第 1 版第 1 次印刷 印数 3100 册

定 价 36.00 元

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

编写说明

面对 21 世纪现代科学技术的快速发展, 社会对篮球专业人才的要求越来越高, 构建反映时代特征、符合高等学校篮球课程需要的篮球学科教材体系, 不仅是社会发展的需要, 而且是高等学校体育课程改革的重要任务。

北京市属市管高等学校“篮球系列课程创建与改革研究”学术创新团队, 借助 2005 北京市人才强教计划资助项目的申请, 获得批准并获得强力的经费支持; 在全国 16 省、直辖市的 25 所高等院校选聘了篮球教授、专家、博士和青年学者 58 位, 组成了跨学科、跨学校、跨地区的篮球教材创新工作团队; 首次从国家教育部颁布的一级学科(体育学)的层面对高校篮球项目的教材内容、结构、体系进行系列的、多元的、立体化的研究、开发、创作与建设。

按照普通高校《体育学》一级学科层面涵盖的五个本科专业, 篮球系列教材包括如下三类: 即主干类、非主干类和公共类三个层级的多元教材。主干类是指体育系、运动系的普修与专修教材; 非主干类是指社会体育系、民族传统体育系、运动人体科学系的必修与选修教材; 公共类是指非体育类录取的体育新闻系、体育管理等系的公共类普修教材。

按照上述思考, 设计的纸介质的《全国普通高校体育学科篮球系列教材》分两批出版发行, 第一批出版发行的共计 10 本, 包括如下: 《篮球——体育系普修》、《篮球——运动系普修》、《篮球理论教学概论——运动系专修》、《篮球技术与训练——运动系专修》、《篮球基础战术配合教学与训练——运动系专修》、《篮球全队战术配合教学与训练——运动系专修》、《篮球竞赛与裁判教学——运动系专修》、《篮球——普通高校篮球选修课教材》、《篮球游戏理论与方法——篮球运动经典游戏》、《篮球理论知识问答——各类篮球理论考试制胜宝典》。此次编写的重点是对运动系的专修教材进行了填补空白性的创新, 将按照学期的重点时段, 分成了相互衔接的 5 本, 在国内这是首次以此形式进行编写的。

《全国普通高校体育学科篮球系列教材》由首都体育学院篮球学科研究中心于振峰、李颖川、孙民治、王守恒四位教授担任总主编, 进行源头策划与设计、启动

引领与指导、过程控制与调整,并和各本书的执行主编共同把关,经过一年多地时间创作完成。

为确保《全国普通高校体育学科篮球系列教材》的编写质量与科学性,我们制定了此套系列教材的编写指导思想:一是“重组基础”,即抓住主干内容、精选手段与方法;二是“渗透科技”,即将近年来的篮球科研成果大量吸纳与补充;三是“注重人文”,即将构建和谐社会的人文教育元素大量添加;四是“力创精品”,即争取出精品、创一流,为21世纪培养高校篮球人才提供理论支持和实践借鉴与指导。

《全国普通高校体育学科篮球系列教材》是根据国家教育部2002年颁布的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》中对新时期高校体育课程的培养目标、教学方法、教学内容、课程评价等方面的规定而编写成的。通过编写组工作中的吸收与借鉴、继承与创新,此套篮球系列教材突显以下特色:(1)教材体系明显完整;(2)教材结构更趋合理;(3)内容丰富且针对性强;(4)具有明显的时代特征。

《全国普通高校体育学科篮球系列教材》经过并通过了全国高等学校体育教学指导委员会(技术学科组)的审定。审定专家是教指委委员、技术学科组副组长王家宏博导;教指委委员、技术学科组副组长王崇喜博导;教指委委员杨国庆博导。

这套篮球系列教材编写过程中,得到首都体育学院、北京体育大学出版社以及参编兄弟院校的大力支持与帮助;曾参阅和引用了兄弟院校的有关教材和成果资料;在此一并致谢!

由于“篮球系列课程创建与改革研究”团队人员之多,撰写文风难以一致和谐,加之水平、经验和时间所限,书中难免存在不妥和错漏之处,敬请广大读者和同仁批评指正。

2005 北京市属市管高校

《篮球系列课程创建与改革研究》学术创新团队

负责人 于振峰 李颖川

2007 年 8 月

前 言

《篮球——普通高校篮球选修课教材》是北京市属市管高等学校人才强教计划资助项目——学术创新团队“篮球系列课程创建与改革研究”系列教材之一，是在“健康第一”、“终身体育”、“以人为本”等现代体育教学思想的指导下，根据2002年教育部颁布的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》对新时代高校体育课程的性质、目标、资源开发原则、教学方法、课程评价等方面的规定，从满足当代大学生学习和普通高等学校篮球教学可持续、和谐发展的需要出发，遵循科学性、实用性、创新性、时代性、针对性、全面性、系统性、特色性的原则，在进行广泛调查研究和认真讨论的基础上，集思广益、分工负责撰写而成的。

在本教材的编写过程中，我们充分认识到，新世纪的高等学校教育要培养具有现代意识和创新精神的复合型人才，以适应社会发展的需要。普通高等学校篮球课程教学必须提高认识，解放思想，全面推进素质教育，把传授知识、培养能力、提高素质三者结合起来，并融为一体，形成一种全新的教育观念、教育结构和人才培养模式。构建和完善具有身体和心理、个人与社会和谐发展的教学目标体系，使篮球课成为融健身、竞争、文化、娱乐为一体的综合性课程。在本书的结构设计、教学内容和教学方法手段的选择上，体现科学化、现代化和最优化，将篮球运动的技术战术内容、篮球基础知识和篮球文化及科学的锻炼方法有机地结合起来，兼顾不同层次和不同学生的个体需要与兴趣，使学生在提高健康水平和篮球运动能力的同时，掌握利用篮球运动锻炼身体的能力，通过参加篮球运动提高社会适应能力，达到技能掌握和身心健康、社会发展和个体需要、素质教育和终身体育、篮球文化和篮球教学实践的有机统一。

本教材依照篮球项目的运动特征和当前高等学校篮球课程教学的特点共分为八

章进行撰写。本书可作为全国普通高等学校篮球课程及体育院系非体育教育训练学专业教学用书,也可作为高校在职体育教师自修、教学和普通高等学校、体育院系非体育教育训练学专业学生自学的参考用书。

本教材由余丽华、张月英、高瞻任主编,马乃欣、陈媛媛、杨延东任副主编,参加编写的作者还有(以姓氏笔画排序)马丽君、马丽梅、史衍、张立龙、徐驰、楚晓东。该教材编写分工如下:马乃欣(洛阳师范学院)负责编写第三章的第一、二节和第五章,马丽君(洛阳师范学院)负责编写第四章,余丽华(首都体育学院)负责编写第三章的第三、四节,张月英(青岛科技大学)负责编写第二章部分,杨延东(青岛科技大学)负责编写第二章部分,陈媛媛(华北电力大学)负责编写第七章,楚晓东(青岛科技大学)负责编写第二章部分,高瞻、史衍(首都体育学院)负责编写第一、八章,徐驰(南阳理工学院)负责编写第六章,全书由余丽华、高瞻、马丽君串编修改、统稿与定稿。

本教材在编写过程中,得到首都体育学院、北京体育大学出版社的大力支持和帮助;曾参阅并引用兄弟院校的有关教材和资料,在此一并表示衷心的感谢。

由于编写人员的水平、经验和时间所限,书中不妥或错漏之处,敬请广大读者予以批评指正。

《篮球——体育实践课》编写组

2007年8月



目 录

CONTENTS

第一章 体育实践课——篮球课程教学概述..... (1)

第一节 体育实践课——篮球课程教学的回顾 (1)

第二节 体育实践课——篮球课程教学的模式 (3)

第三节 体育实践课——篮球课程教学的发展趋势 (6)

第二章 篮球基本技术教学与练习..... (10)

第一节 移动技术教学与练习 (11)

第二节 传接球技术教学与练习 (26)

第三节 运球技术教学与练习 (40)

第四节 投篮技术教学与练习 (55)

第五节 持球突破技术教学与练习 (75)

第六节 抢篮板球技术教学与练习 (84)

第七节 防守技术教学与练习 (100)

第三章 篮球基本战术教学与练习 (118)

第一节 篮球战术基础配合教学与练习 (119)

第二节 快攻与防守快攻教学与练习 (135)

第三节 半场人盯人防守与进攻半场人盯人防守教学与练习 (150)

第四节 区域联防与进攻区域联防教学与练习 (165)

第四章 篮球运动竞赛主要规则与裁判法 (174)

第一节 篮球运动竞赛的主要规则 (175)

第二节 篮球运动竞赛的主要裁判法 (187)

第五章 篮球游戏 (193)

第一节 篮球游戏的概述 (193)

第二节 篮球游戏的基本方法 (198)

第六章 篮球赛事介绍 (231)

第一节 国际篮球赛事介绍 (231)

第二节 国内篮球赛事介绍 (240)

第七章 篮球竞赛观赏 (248)

第一节 篮球竞赛观赏的内容 (248)

第二节 篮球竞赛观赏能力的培养 (253)

第八章 体育实践课——篮球课程的教学理论与实践

..... (257)

第一节 体育实践课——篮球课程的教学的任务与目标

..... (257)

第二节 体育实践课——篮球课程的教学的内容分布与特点

..... (258)

第三节 体育实践课——篮球课程教学的方法与实践

..... (259)

第四节 体育实践课——篮球课程教学效果检查与评定

..... (270)

参考文献 (275)



第一章 体育实践课

——篮球课程教学概述



【内容提要】

本章主要对体育实践课——篮球课程的教学过程进行了历史回顾，阐述了体育实践课——篮球课程教学七种模式的指导思想、教学组织形式和各自的优缺点，以及体育实践课——篮球课程教学的发展趋势。

第一节 体育实践课——篮球课程教学的回顾

自篮球运动传入中国以来，篮球课一直是普通高等学校体育教学的主要内容。随着我国社会经济、政治及高等教育的发展，我国体育实践课——篮球课程的教学经历了不同的发展时期。

一、体育实践课——篮球课程教学的建构时期

解放初期，高等教育制度未能随着解放的步伐而同步建立起来，体育实践课——篮球课教学在形式和内容上都沿袭了解放前的模式。1952年，在全国范围内开始了全面的教育改革，由于新中国在教育体制的建设方面缺乏经验，在全盘否定了旧中国所奉行的欧美教育思想后全面照搬前苏联的教育理论和教学实践经验，作为学校教育重要组成部分的篮球教学也不例外。此时全国的高校虽然没有一个统一的体育教学大纲，但是基本上是按照当时苏联的“四段教学法”进行的，即篮球课分为开始部分、准备部分、基本部分和结束部分4个阶段进行。前苏联的教育思想、体育思想和“四段教学法”就成了我们固定的教学思路 and 模式，在当时新中





国的各项事业百废待兴的情况下，对篮球课教学起着理论指导和实践应用的重大作用。

1956年，党和政府发出了“向科学进军”的号召，国家高等教育部也制定了全国高校第一部统一的体育教学大纲，并在1957年初正式投入使用，高等学校篮球课教学从此有章可循。1962年初，教育部颁布了《全国高等学校体育教学纲要》，这个《纲要》是建国以来第一个可以取代教学大纲的纲领性文件，其作用完全等同于教学大纲，高校体育界称其为第二个统一的教学大纲。自此高校篮球课教学逐步走向了正轨。

这段时期，国家的政治、经济生活较为稳定，社会体育和高校体育工作都朝着健康的方向迈进，高校体育教师也开始专注于业务的研究。1964年，由《体育报》编辑部发起了“高校体育教学是增强体质为主还是掌握基本知识、基本技术、基本技能为主”的学术讨论，《体育报》编辑部本着百家争鸣的方针，没有做出任何倾向性的结论，但从此高校体育界就形成对高校体育教学的目的是增强体质为主，还是掌握基本技术为主的学术争鸣，直到今天，这一争论仍在继续。这次讨论对提高高校篮球教学的质量，活跃篮球教学的学术研究起到了积极的作用。

二、体育实践课——篮球课程教学的停顿与复苏时期

高校篮球教学的良好局面持续了不到5年时间，1966年“文化大革命”开始了。全国体育行政机构和教育机构逐渐全面停止了工作，各大、中、小学陆续停课，学校篮球教学也未能幸免。1970年后，各高校陆续复办，学校篮球运动开始逐渐恢复。但是，由于当时的篮球教学在制度和思想上仍受“文化大革命”时期的影响，教师的积极性根本无法调动起来，既不敢遵循“文化大革命”以前的教学，又不敢进行教学的改革和创新。同时由于师资、教学资料、场地和器材受到严重的损坏，高校篮球教学恢复的极其缓慢。

三、体育实践课——篮球课程教学的全面恢复与发展时期

1976年，随着“文化大革命”的结束，高校篮球教学进入了全面恢复与快速发展时期。1978年，党的十一届三中全会制定了以经济建设为中心和改革开放的战略。在这大好形势下，国家教育部颁布了新的高校体育教学大纲。这个大纲虽然受到一定历史条件的局限，但在当时思想十分混乱的情况下，对稳定高校篮球教学秩序，提高教学质量起到了不可估量的作用。同时7月，由当时的国家教育部、国





家体育运动委员会等3个单位牵头在扬州召开了具有历史意义的“扬州会议”，随后陆续颁布了《学校体育卫生工作暂行规定》、《高等学校体育工作暂行规定》、《国家体育锻炼标准》等一系列文件和决议，高校体育工作逐步走上正轨，高校篮球教学明确了发展的方向。

在这一时期，一些发达国家高等教育、体育教育的思想、观念、模式、方法等被逐步引入，激发了人们许多新的思考。此时，《高等学校管理职责暂行规定》、《学校体育工作条例》两个重要文件的颁发，又为探索和创建具有中国特色的社会主义高校体育教育提供了政策依据。在这样的历史背景下，1992年，在总结了40多年我国高校体育课程建设和此前10多年改革实践经验的基础上，遵循高校体育课程教学内部规律，制订出台了《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》。这个纲要是我国20世纪90年代至上个世纪末普通高校进行篮球课程教学改革、建设、评价的依据。

四、体育实践课——篮球课程的创新与攀高时期

1999年颁布的《中共中央国务院关于深化教育改革全面实施素质教育的决定》，将体育课的名称改为“体育与健康”课程，制订了新的课程目标，明确了“健康第一”的学校体育指导思想。2002年，教育部颁布新的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》，对新时期高校体育课程的性质、目标、资源开发原则、教学方法、课程评价等方面进行了较为详尽的规范，成为现阶段各高校体育工作的指导性文件。新纲要的出台对全国高校篮球课教学提出了更高的要求，创新、可持续发展成为体育实践课——篮球教学的主题。

第二节 体育实践课——篮球课程教学的模式

体育教学模式是按照某种教学思想设计的，具有相应结构和功能的关于体育教学活动的模式或策略的教学程序，它包括课程设置的框架或类型，相对稳定的教学过程结构和相应的教学方法体系。主要体现在课程的设置、教学单元和教学课的设计和实施上，具体还包括体育课的教学指导思想、教学目标、教学结构、教学体系、教学内容、教学大纲、教学组织形式、教学方法、教学效应和相关条件等多个相互独立，却又彼此关联的逻辑子系统。





一、“三基型”教学模式

“三基型”教学模式的指导思想是注重为学生传授篮球的基础知识、基本技术和基本技能，并以此来达到增强学生素质和增长健身理论知识的教学目的。它的教学组织形式是以原行政教学班为主，不打乱班级而进行混合性授课方式，此类体育教学模式也有其突出的优点，能充分发挥教师的主导作用，使学生能够较为扎实地掌握篮球的“三基”，对促进教学规范化，培养学生意志品质和集体主义精神也能起到积极的作用。然而这种教学模式的弊端在教学过程中也是很明显的，比如教学内容中有一部分与中小学篮球教学重复而缺少新意，教学过程规范但不免呆板，缺少灵活性和趣味性，且不利于学生的个性发展。

二、“一体化型”教学模式

“一体化型”教学模式的指导思想是注重增强学生体质，强化体育锻炼的习惯，具体的教学组织形式是把早操、课外体育活动与篮球课教学三者有机结合起来。这样的教学组织长处在于能促进篮球课教学和课外活动有力衔接，增强篮球课教学和练习的整体性、连贯性，有利于培养学生从事篮球锻炼的习惯和增强体质，也能使学校的场地和器材得到充分的利用，极大丰富了校园的体育文化生活。然而这种教学模式对课外体育活动所需场地和器材量很大，而且使得教学的工作量巨增，因此学校必须投入大量的资金修建场地和场馆，以及需要引进更多的教师才能保证此种教学模式的顺利实施。

三、“并列型”教学模式

“并列型”教学模式的指导思想是注重调动学生的积极性和培养学生的运动能力，尊重学生的个体差异，因材施教，注重对篮球基础不同的学生区别对待，并兼顾学生的兴趣、爱好，满足不同篮球水平学生的需要，有利于调动学生的学习积极性。具体的组织形式是在一、二年级同时开设篮球基础课和篮球选修课。采用该教学模式的缺点是学习进度和难易程度不易掌握，教师备课工作量加大，对师资力量的要求较高。

四、“三段型”教学模式

“三段型”教学模式的指导思想是注重学生的篮球基础、篮球能力的提高以及





利用篮球进行锻炼的习惯的培养。该模式具体的组织形式是将高校篮球课分为三段：一年级开设篮球选项课；二年级在此基础上加深和提高；三、四年级开设篮球选修课。这种模式的不足之处是在一年级区别对待不够；开设的层次多，对师资力量和场地、器材的要求高。

五、“分层次型”教学模式

“分层次型”教学模式的指导思想是注重遵循大学篮球课教学的基本规律，从学生的生理、体能和个性心理特征等实际情况出发，在总的教学指导下，建立多种教学组织形式，使学生有更多的选择余地，这有助于发展学生个性和创新能力，有利于形成生动活泼、主动学习的新局面，有利于培养学生锻炼健康意识和自学能力。具体的教学组织形式是根据学生的体能状况及篮球基础上的差异，按学生身体素质的综合评分和篮球运动能力划分教学层次班。这种教学模式能培养学生的竞争意识，为终身体育奠定基础。在学习目标、教材安排和教学方法上因班而异、区别对待，最大限度地调动学生的潜在能力。它打破了系（科）和专业界限，使学生在课上广交朋友、提高社交能力、自律能力和合作精神，为精神文明建设创造了一个相互学习与交流的良好环境，为教师在教学过程中实现目标管理创造了一个有利条件。但同时带来的困难也是客观存在的，比如各年级开班，管理起来很复杂，也很困难，而且对师资和场地条件要求很高。

六、“俱乐部制”教学模式

“俱乐部制”教学模式该模式的指导思想是注重培养学生的篮球兴趣和提高学生的篮球运动能力以及引导学生培养得用篮球运动健身的终身体育意识。其组织形式是培养一年级新生学习篮球的主观能动性，考虑了不同学生的兴趣和爱好，有利于调动学生学习的自觉性和积极性。但这种教学模式对运动场地和设备要求很高，对师资和经济条件要求也较高，同时学生的经济负担也会有所增加。

七、“三自主型”教学模式

“三自主型”教学模式的指导思想是注重培养学生的篮球兴趣和自由选择以突出个性发展。其组织形式：自主选时间、自主选内容、自主选老师的教学模式。以“三自主型”形式开展教学能充分调动学生的积极性、能动性，给不同层次、不同类型、不同环境、不同需求的各类学生提供了一个良好的平台。但这种教





学模式对学校的师资、器材、场地、观念等其它配套设施要求较高。

第三节 体育实践课——篮球课程教学的发展趋势

一、强调社会发展与个体需要的统一

普通高校学生作为社会成员而存在于社会之中，强调个体的发展和价值实现都不能脱离具体的社会条件和环境，必然受到社会需求的影响和制约；另一方面，学生作为社会需求的载体，其素质的提高和个性的发展又从根本上有助于推动和促进社会发展，满足社会需要。

但是，由于学生作为独立实体的个人存在着个性差异，其自身发展的需要可以成为社会需要的一部分，但社会需要却不可能完全反映学生的个性发展需要。因此，体育实践课——篮球课程教学指导思想必须重视学生个性和谐发展，保持社会发展和个体需求的统一。

二、重视技能掌握与身心健康的有机统一

现代社会对于健康概念的界定，不仅指身体上的健康，更要在心理和社会适应方面都达到完美的状态。这就使健康观从以往单纯的生物学领域拓展到心理学和社会学领域。因此体育实践课——篮球课程的教学要突出“健康第一”的思想，不仅要关注学生对于篮球基本运动技能的学习和掌握，更要重视让学生懂得如何通过科学锻炼身体的方法去增进身体、心理和社会适应等方面的健康。期望通过篮球课程的学习，提高学生的健康意识，养成良好的健康习惯。

三、坚持素质教育和终身体育相统一

素质教育是教育工作者在教育教学实践中探索而形成的现代教育理念和人才培养模式。素质教育以其倡导的“全面发展”、“协调发展”、“完善发展”和“发展个性”等理论观念深刻地揭示了高等教育的最终目标是“完善人的本质”。素质教育“以面向全体学生，全面提高学生的基本素质为根本宗旨”。终身体育是终身教育内涵的扩展和延伸，是终身教育的一个重要组成部分。

国际 21 世纪教育委员会在 1996 年向联合国教科文组织提交的《教育——财富





蕴藏其中》报告中指出：“每个人在人生之初积累知识，尔后就可无限地加以利用，这实际上已经不够了。他必须有能力在自己的一生中抓住和利用各种机会，去更新、深化和进一步充实最初获得的知识，使自己适应不断变革的世界。”从世界教育发展的趋势来看，以学生为主体，促进学生个性发展，以便于学生走出校门以后在信息化的社会竞争中能够立于不败之地，已成为各国在 21 世纪所重视的主要问题之一。

高校篮球课程教学就是要在素质教育与终身教育的基础上，充分发展学生的个性，增进学生身心健康，让他们去发现自我，进行自我锻炼，满足他们的运动兴趣，增强他们对现代社会的生存能力。

四、实现篮球文化与篮球教学实践的有机结合，传承篮球文化

篮球运动是具有丰富文化内涵的游戏、娱乐活动、竞技运动以及人类文明财富的组成部分。篮球运动是一种文化，是具备教育功能的载体，是关于人的教育，培养，发展相融合的一种形式。在体育实践课——篮球课程教学中，将篮球文化与篮球教学实践活动有机结合，提高学生对篮球运动的宏观认识，了解篮球运动所包含的教育文化、强身文化、健心文化和娱乐文化，进而提升他们的篮球认识，丰富篮球情感，尊重篮球道德，追求篮球价值，树立篮球思想，培养他们终身参与篮球运动的习惯和能力。

五、选择教学内容的现代化和科学化

现代化、科学化是体育实践课——篮球课程教学内容改革与发展的趋势，现代化包括篮球课程教学内容的扩张和加深，即教学内容的拓展。科学化是指教学内容选择和顺序趋向系统化和科学化。

（一）教学内容的拓展

体育实践课——篮球课程教学篮球教学内容的拓展是社会发展、变化的结果。它一方面表现为其外延的扩张，呈现出跨学科的状态。跨学科组织教学内容在篮球学科和其它学科间架起沟通的桥梁，它既强调了各学科之间的共性又不排除各学科之间的特性。跨学科增添了教学内容的灵活性，有利于新知识的引进和知识的应用。





体育实践课——篮球课程教学内容拓宽的另一方是其内涵的加深。当今篮球运动的发展包括以下几个方面：理论建设的系统、综合和微观化；对篮球运动本质和规律的认识不断深入；篮球技战术不断创新和发展；篮球运动的产业化、职业化和大众篮球运动的蓬勃发展等。未来篮球教学具有现实性和开放性，它一方面要与国际接轨，强调国际间的交往与合作，吸取各国篮球教学的新经验；另一方面，它立足于社会的需求和个人发展，根据人才培养目标完善和调整教学内容。

（二）教学内容选择和顺序安排趋向系统化和科学化

根据系统论的观点和篮球教学的专项特点，体育实践课——篮球课程的教学内容必须进行合理组合，形成教学内容体系以发挥教学内容系统的整体功能与综合效果。同时教学内容的确定和各部分比例的划分必须考虑到学生的篮球知识现状，篮球知识、技能的渐进与衔接，把教学目标和能力培养融入到教学内容之中，与教学内容成为相互联系的有机整体。

六、使用教学方法的最优化

教学方法是达成教学目标的方式和手段，任何教学方法总是和一定的教学目标相联系的，总是要完成或实现一定的教学目标的。要全面实现体育实践课——篮球课程的教学目标必然要进行教学方法的改革。

（一）教学方法的优先组合

现代教学理论认为：“教学方法结构优化是改革的根本目标。”所谓教学方法的结构优化就是指各种教学方法的优选组合和运用。

随着我国改革开放的进程，体育教学领域引进、吸纳各国先进的教育教学理论，并在这些现代理论的教导下进行一系列的教学改革研究，体育实践课——篮球课程教学把当代系统论、信息论和控制论运用于教学实践，逐步向科学化、高效率方向发展，并以这些现代科学理论为基础产生了许多现代的教学方法。由于教学活动的复杂多变和各种教学方法本身的局限性与互补性，依据系统论的观点必须对教学方法进行有机地组合，优选能够最少的必要时间内能够取得最佳教学效果的教学方法。

（二）教学方法的手段日趋现代化

现代科学技术水平的迅猛发展为体育实践课——篮球课程教学不断地提供着新

