



北京师范大学体育人文社会学重点学科研究成果

技术运用视野下 篮球教材应用研究

杨国庆 张 帅 主编



北京体育大学出版社

北京师范大学体育人文社会学重点学科研究成果

技术运用视野下篮球教材 应用研究

杨国庆 张 帅 主编

北京体育大学出版社

策划编辑 李 飞
责任编辑 孙宇辉
审稿编辑 李 飞
责任校对 毕 虹
责任印制 陈 莎

图书在版编目 (CIP) 数据

技术运用视野下篮球教材应用研究/杨国庆, 张帅主编.
- 北京: 北京体育大学出版社, 2014. 6
ISBN 978 - 7 - 5644 - 1806 - 9

I. ①技… II. ①杨… ②张 III. ①篮球运动 - 中小学
- 教材 - 研究 IV. ①G633.962

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 275966 号

技术运用视野下篮球教材应用研究

杨国庆 张 帅 主编

出 版	北京体育大学出版社
地 址	北京海淀区信息路 48 号
邮 编	100084
邮 购 部	北京体育大学出版社读者服务部 010 - 62989432
发 行 部	010 - 62989320
网 址	http://cbs.bsue.edu.cn
印 刷	北京京华虎彩印刷有限公司
开 本	787 × 960 毫米 1/16
印 张	14.25
字 数	218 千字

2015 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

定 价 38.00 元

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

编委会

主 编：杨国庆 张 帅

编 委：（按姓氏笔画）

马奔腾 王 品 杨海林

宋陆陆 张文天 陈天庚

赵惠茹 曾学兵

前言

现代人对于运动有着多元化的需求，历史上，毛泽东在《体育之研究》深刻探讨体育运动的價值，邓小平热爱并积极参与体育运动项目，划时代意义的伟人如此钟爱体育运动，充分彰显了体育运动的價值。当今，不同阶层、不同身份、不同职业、不同地区的，各年龄阶段的学生、工作人员以及退休人员，积极参与课外体育锻炼，进行休闲体育活动，以及参加健身养生运动，无不体现出体育的在娱乐、健身、社交的重要性，从乒乓球外交，以及现代奥林匹克运动会促进世界和平的视角看，体育对于增进各国之间的交流、促进世界和平、实现共同进步有巨大的政治、经济效益。

运动项目涵盖广泛，那么球类运动可以说是深受大众喜爱的一类运动项目，从激情四射的世界杯，到精彩绝伦的美国职业篮球联赛，再到令国人骄傲的女排……时代进程中，球类运动成为人们愈来愈重要的闲暇时间的活动之一。篮球，在美国，是一种文化，并在世界范围内产生了巨大的影响，逐渐成为商业化、娱乐化，并成为现代人时尚的代表。

篮球普遍存在于学校体育中，我们的小学、初中、高中基本都开设篮球课，但是结果学生并不会打篮球，而且我们发现一个现象，那就是会打篮球的学生多是喜欢篮球运动，在课余时间自己“玩”出来的。

从以往的篮球教材里，我们发现，篮球教材内容多是掌握类教材，缺少运用类教材。例如，双手胸前传球内容、突破类内容，只注重教授持球突破

的动作要领，而没有体现传球和突破的运用部分，那么，在面临对手时如何使用传球，如何运用突破，教材中并没有凸显出来。

教材是教学的素材、教学的主要载体，教材的缺陷反映到教学中就是：教师以教授技术为主，只教授掌握类教材，不教授技术运用类教材；学生只学习单个技术动作，不学习技术运用。因此，学生上完篮球课却不会打篮球，最终导致学生喜欢篮球运动，不喜欢篮球课。

本书注重运用类教材的开发，根本上解决运用教材内容部分，使其和掌握类教材相结合，形成一个整体，从而解决篮球教学中，小学、初中、高中直到大学，知识、技术、技能、能力培养的递进性，以及连续安排的问题。

对于篮球来说，其自身具有趣味性，并具有育人和丰富课余文化生活的功能和价值。那么如何在篮球课上发挥篮球本身的价值是我们亟待解决的问题。

本书意在实现教会学生打篮球，达到学生会篮球这项运动项目，作为自身终身受益的生活方式。

目前，大中小学在篮球教材、篮球教学上都存在着教材内容脱节，教材内容重复，教不会学生打篮球的现象。那么找准方向，我们希望把教学按照各个学段的学生的发展特点，选取教材，涉及大中小学的教材内容，并对具体的各阶段的排列与设定教材内容提出建设性的建议。

本书主要由以下几个方面组成的。

第一，通过对大中小学篮球教材内容整体的叙述，对篮球教材内容在各类教材中的设定与排列的呈现进行分析，对篮球教材内容在大中小学的具体体现进行整理，以及篮球教材内容在各个学段主要的教材内容的体现进行描述，分析篮球教材内容在各学段的排列规律。

第二，通过大中小学篮球教学现状，主要是在各个学段篮球教学内容选择与排列，在各个学段之间篮球教学系统之间的排列与衔接，对篮球教学中存在的教学内容的问题进行剖析。

第三，以篮球教材现状和篮球教学现状的分析两个角度为依据，对各个学段的篮球教材内容与篮球教学内容之间相辅相成的关系中进行分析，提出在篮球教学中如何实现有效教学的途径的建议。对当前中小学的篮球教材内

容体系以及篮球教学内容体系重新审视,以一种新的视角,及突出篮球教学中技术运用的重要性,构建技术运用视角下的篮球教材内容体系。

本书的篮球教材构建体系的创新之处在于,以技术运用视角下的篮球技术分类体系为框架,以解决中小学教不会学生打篮球的现状为目标,对篮球教材内容的选取,教学方法的运用,教学评价实施等方面进行介绍,最终以篮球教学经验、篮球运动经验为主,根据中学学生的身心发育特点,选取技术运用的经验性知识,以间接经验的形式转化为篮球教材内容,构建以技术运用视野下、篮球技术分类体系下的篮球教材内容。为实现中小学篮球的有效教学,技术运用教学内容在各个学段的缺失以及衔接提供教学内容的参考。

技术运用教材内容的构建,以教会学生打篮球为宗旨,注重培养学生在篮球比赛中的技术运用能力,最终实现篮球运动的功能与价值。

以往的篮球教材中对于篮球的技术运用主要集中在传统技术分类下,体现在单个技术或组合技术的内容内,不利于对技术运用进行详尽、系统的论述。

技术运用视角下的篮球技术分类体系的构建,在教材的编写上为篮球教材的编者提供了新思路,为丰富我国教材内容体系搭建了新平台。

本书主要运用了杨国庆教授提出的“渐变性双螺旋结构”体系作为理论基础,对于篮球教材内容体系的构建提出了另一种新思路,指出技术掌握与技术运用两条主线,并且对于教材内容广度和难度的排列是渐进上升的,在各个学段教材内容是有重复的,体现在同一类技术教材内容上的不断丰富和复杂;并且在篮球教学中,技术掌握、技术运用的篮球教学内容,随着学段(水平阶段)的上升,技术运用与技术掌握呈反比例关系,表现出技术运用内容部分逐渐增加,技术掌握部分逐渐减少的情况。

本书共设九章,第一章是篮球教材研究现状;第二章是篮球教学与教材;第三章是篮球教材内容体系构建分析;在四至九章是有关技术运用的教材内容体系的有关技术运用的内容,技术运用下的分类体系如下:(1)进攻选位与移动;(2)获得球;(3)突破对手;(4)有效传球及助攻;(5)有效投篮能力;(6)有效防守对手;以技术运用视角下的篮球分类体系为依据,在技术运用分类体系下的教材内容的拓展,为目前的篮球教材提供了一种新

的视角，为篮球教学中提供有关技术运用的教材内容的参考，以期在篮球教学中，实现大中小学在技术运用教学内容的衔接以及篮球教学的有效教学，最终达到各个学段、各个水平的学生能够进行不同层次水平的篮球比赛，从而提高学生参与篮球运动的热情，实现增强体魄，养成良好的锻炼习惯，达成终身体育的教育目标。

目 录

第一章 篮球教材研究现状	(1)
第一节 篮球教材研究意义	(1)
一、篮球教材的概述	(2)
(一) 篮球教材的概念	(2)
(二) 篮球教材的历史	(2)
(三) 篮球教材的分类及特点	(8)
二、篮球课程、教材与教学的关系	(12)
(一) 课程与教材关系	(12)
(二) 教材与教学关系	(13)
三、篮球教材内容选定与排列	(14)
(一) 普遍性与差异性关系	(15)
(二) 稳定与创新关系	(15)
第二节 篮球教材内容基本现状	(15)
一、篮球教学进度内容分析	(15)
(一) 教学进度的相关概述	(15)
(二) 篮球教学进度中教材内容现状分析	(17)
二、篮球教学考评现状分析	(26)
(一) 篮球教学考评的依据	(26)
(二) 篮球教学考评现状分析	(27)
第三节 篮球教材课程安排现状	(30)
一、教学大纲中篮球教材内容安排状况	(30)
(一) 小学阶段篮球教材内容安排	(30)

(二) 初级中学阶段篮球教材内容安排	(31)
(三) 高级中学阶段篮球教材内容安排	(32)
(四) 篮球教材内容安排的简析	(33)
二、《体育与健康课程标准》中篮球教材内容安排状况	(34)
(一) 内容安排	(34)
(二) 教学方法	(36)
三、学校篮球教学教材内容实际选择安排现状分析	(37)
第二章 篮球教学与教材	(42)
第一节 篮球教学现状	(42)
一、学生对篮球教学现状的意见要求	(42)
(一) 小、中、高篮球教学基本现状——从学生的篮球学习历程	
(小、中、高校) 看学生篮球技能水平的涨幅	(43)
(二) 新的教学方法实验给学生带来的新感受	(46)
(三) 学生对篮球教学的期待	(48)
(四) 篮球课的考核——学生乐见多方式、多形态的考试方法	
.....	(48)
二、《课程标准》对篮球现状的要求	(49)
(一) 《课程标准》的发展历程(课程标准的发展与新理念的	
来源)	(49)
(二) 篮球教学对《课程标准》的实施情况	(56)
(三) 《课程标准》对篮球教学的指导	(57)
(四) 《课程标准》下篮球教学研究现状	(60)
第二节 篮球教材的选定与篮球教学	(67)
一、篮球运动的特点与教学	(68)
(一) 篮球运动的特点	(69)

(二) 篮球技术学习的特点	(69)
(三) 结合篮球特点谈篮球教学	(71)
二、篮球教材内容与教学	(73)
(一) 传统篮球技术分类	(73)
(二) 传统篮球教材体系下教学方法的选定与不足	(78)
(三) 传统篮球教学的弊端及对新篮球教材的迫切要求	(79)
第三节 篮球教学理念概述	(83)
一、技术至上论的篮球教学	(85)
(一) 技术至上论篮球教学的特点	(87)
(二) 技术至上论篮球教学的影响	(87)
(三) 技术至上论篮球教学的评价	(87)
二、淡化技术思想下的篮球教学	(88)
(一) 淡化技术教学思想下的物极必反趋势	(89)
(二) 淡化技术教学思想下的正向现实诉求	(89)
(三) 对“快乐体育”的认识误区	(90)
三、平衡论下的篮球教学	(91)
(一) 平衡论的相关论述	(91)
(二) 平衡论下的篮球教学	(91)
第三章 篮球教材内容体系构建分析	(94)
第一节 篮球技术掌握与篮球技术运用	(94)
一、什么叫会打篮球	(94)
(一) 当前篮球教学的目标	(95)
(二) 技术运用的重要性	(95)
(三) 技术运用的本质特征	(95)

(四) 技术运用视野下解读“会打篮球”	(99)
三、篮球课应该教什么	(100)
(一) 篮球教学的现状	(100)
(二) 掌握技术、运用技术与能打比赛二者之间的联系 ...	(105)
(三) 教会学生打比赛与篮球教学	(106)
第二节 篮球课程的教材内容安排	(107)
一、“渐变双螺旋式”教材内容指导思想	(107)
(一) 技术掌握与技术运用教材内容统筹兼顾	(108)
(二) 技术掌握与技术运用的渐变趋势	(108)
二、技术掌握与技术运用教材内容的分配比例指导思想	(108)
三、篮球教材内容排列体系与教学	(110)
(一) 篮球教材内容的要求	(111)
(二) 目标设定排列的要求(大中小学)	(114)
(三) 基本的技术运用教学方法介绍	(114)
(四) 篮球教材内容的层次划分与安排	(116)
第三节 篮球技术运用教材内容体系初构	(118)
一、篮球技术运用教材内容构建的思路分析	(118)
二、篮球技术运用教材内容构建的理论分析	(119)
(一) 篮球运动技术的内涵分析	(119)
(二) 篮球运动技术分类体系分析	(120)
(三) 《课程标准》关于运动技术学习目标的要求	(121)
(四) 国外的球类技术教学的启示	(121)
三、篮球技术运用教材内容的构建理念	(123)
(一) 是对以往篮球教材的延续和补充	(123)
(二) 是以运用技术内容为主的呈现	(123)

(三) 是以真正让学生学会打篮球为目的的教材内容	(123)
四、篮球技术运用教材内容结构	(123)
五、篮球技术运用教材内容体系的框架设计	(125)
(一) 进攻选位与移动	(125)
(二) 获得球	(125)
(三) 突破对手	(127)
(四) 有效传球与助攻	(127)
(五) 有效投篮能力	(128)
(六) 有效防守对手	(128)
第四章 进攻选位与移动	(129)
第一节 篮球运动中的各个位置	(130)
一、控球后卫 (PG)	(130)
二、得分后卫 (SG)	(130)
三、小前锋 (SF)	(131)
四、大前锋 (PF)	(131)
五、中锋 (C)	(131)
第二节 无球选位与移动	(132)
一、在“三对三”比赛中位置选位与移动	(133)
(一) “三对三”比赛各位置特点	(133)
(二) “三对三”比赛中各位置常见落位区域	(133)
(三) “三对三”比赛中各位置的移动	(135)
二、在“五对五”比赛中的位置选位与移动	(138)
(一) “五对五”比赛各位置常见落位区域	(138)
(二) “五对五”比赛各位置的移动	(139)

三、三角进攻	(143)
第三节 有球的选位与移动 (全场)	(144)
一、篮球运动各位置的持球活动区域	(145)
(一) 后卫持球活动特点及攻击区域	(145)
(二) 前锋持球活动特点及攻击区域	(145)
(三) 中锋持球活动特点及攻击区域	(146)
二、几种常见的持球移动	(146)
(一) 遇到关门、夹击时的持球移动	(146)
(二) 遇到防守队员半场紧贴防守时的持球移动	(147)
第五章 获得球	(148)
第一节 内线获得球	(148)
一、接球前选位	(148)
(一) 三秒区两腰处在防守队员前侧抢位	(148)
二、“要球”动作	(154)
(一) 三秒区两腰处在防守队员前侧抢位后的“要球”动作	(154)
(二) 三秒区两腰处在防守队员背后卡位后的“要球”动作	(154)
(三) 外线队员切入到内线“要球”动作	(154)
三、接球动作	(154)
(一) 固定位置接球动作	(154)
(二) 移动接球动作	(155)
第二节 外线获得球	(155)
一、接固定球选位	(156)

二、接突破分球选位	(156)
第三节 抢篮板球	(157)
一、挡抢篮板球	(157)
(一) 挡抢投篮队员	(157)
(二) 挡抢无球队员	(157)
二、冲抢篮板球	(158)
(一) 径直切入	(158)
(二) 假动作切入	(158)
(三) 转身切入	(159)
(四) 后退切入	(159)
第四节 抢断球	(159)
一、时机把握与动作选择	(159)
(一) 抢断持球队员	(159)
(二) 抢断运球队员	(160)
(三) 抢断要球队员	(160)
(四) 当防守人防守时	(160)
第六章 突破对手	(162)
第一节 持球突破对手	(162)
一、获得球方式	(162)
(一) V 字摆脱要球	(163)
(二) 压靠反跑要球	(163)
(三) 假动作摆脱要球	(164)
二、假动作与突破	(164)
(一) 假动作	(164)

(二) 突 破	(166)
(三) 突破后的动作	(169)
第二节 运球突破对手	(171)
一、假动作与突破	(171)
(一) 假动作	(171)
(二) 突 破	(172)
二、突破后的动作	(176)
(一) 急停跳投	(176)
(二) 直攻篮筐	(176)
(三) 后撤步跳投	(177)
(四) 传球给空位队友	(177)
第七章 有效传球及助攻	(178)
第一节 外线助攻	(180)
一、判断与选择传球时机及对象	(180)
(一) 被包夹或被补防时选择最有利得分的队友	(180)
(二) 当队友出现空位时	(182)
(三) 当队友摆脱要位或形成有利的一对一进攻时	(184)
二、传球落点的控制及动作方法的选择	(187)
(一) 传内线接球队员	(187)
(二) 传外线原地或摆脱接球队员	(187)
(三) 传快攻队员	(188)
(四) 传切入队员	(188)
第二节 内线助攻	(189)
一、判断与选择传球时机及对象	(189)

(一) 低位一对一向上线进攻吸引防守	(190)
(二) 低位一对一向下线进攻吸引防守	(190)
(三) 外线队员突破到内线吸引防守	(191)
(四) 当队友出现空位	(191)
二、传球落点控制及动作方法选择	(191)
(一) 传外线切入队员	(192)
(二) 传外线定点队员	(192)
(三) 传内线队员	(192)
第八章 有效投篮能力	(194)
(一) 关于对时机和位置的预判分析	(195)
(二) 关于恰当而及时地出现在有利的位置	(195)
(三) 合理而果断地完成进攻动作	(195)
第一节 外线投篮机会	(196)
一、形成有效投篮时机的把握	(197)
(一) 接球即投	(197)
(二) 突破后投篮	(198)
(三) 一对一防守下防守队员距离投篮者较远时	(198)
二、形成有效投篮位置的选择	(198)
(一) 向空位移动后接球投篮	(199)
(二) 摆脱防守后接球投篮	(199)
(三) 移动或突破至自己投篮命中率高的区域投篮	(199)
第二节 内线投篮机会	(200)
一、形成有效投篮时机的把握	(200)
(一) 接球即投	(201)