

# “学、练、赛、评”一体化教学模式在高职篮球教学中应用路径探索

李树青

潍坊职业学院通识教育中心，山东 潍坊 261000

DOI: 10.61369/SSSD.2025100016

**摘 要：**“学、练、赛、评”一体化教学模式应用于高职篮球教学，是顺应时代发展与促进学生成长的必要手段。基于此，本文针对“学、练、赛、评”一体化教学模式在高职篮球教学中应用路径展开研究，分析该模式的应用价值，提出了相应的实施对策，旨在通过学练赛评模式革新传统教学模式，提升学生篮球技能与综合素养，为高职篮球教学质量提升提供实践参考。

**关 键 词：**“学、练、赛、评”一体化；高职篮球教学；应用价值；应用对策；数智驱动

## Exploration on the Application Path of the "Learning-Practice-Competition-Evaluation" Integrated Teaching Model in Higher Vocational Basketball Teaching

Li Shuqing

General Education Center, Weifang Vocational College, Weifang, Shandong 261000

**Abstract：** The application of the "Learning-Practice-Competition-Evaluation" integrated teaching model in higher vocational basketball teaching is a necessary means to conform to the development of the times and promote students' growth. Based on this, this paper conducts a study on the application path of the "Learning-Practice-Competition-Evaluation" integrated teaching model in higher vocational basketball teaching, analyzes the application value of this model, and puts forward corresponding implementation countermeasures. The aim is to innovate the traditional teaching model through the "Learning-Practice-Competition-Evaluation" model, improve students' basketball skills and comprehensive literacy, and provide practical references for the improvement of higher vocational basketball teaching quality.

**Keywords：** "Learning-Practice-Competition-Evaluation" integration; higher vocational basketball teaching; application value; application countermeasures; digital-intelligence driven

### 引言

随着职业教育改革不断深化，高职体育教学尤其是篮球教学面临新的挑战与机遇。传统高职篮球教学多以教师单向讲授、学生机械练习为主，难以满足学生的发展需求。在此背景下，“学、练、赛、评”一体化教学模式凭借其系统性、连贯性与实践性的特点，逐渐成为推动高职篮球教学改革的重要方向。该模式将“学”的理论基础、“练”的技能强化、“赛”的实践检验与“评”的反馈提升有机结合，能够有效弥补传统教学的不足。本文探索“学、练、赛、评”一体化教学模式在高职篮球教学中的应用价值与具体对策，具有重要意义。

### 一、“学、练、赛、评”一体化教学模式在高职篮球教学中应用的价值

#### （一）有利于提升教学系统性与完整性

传统高职篮球教学存在“碎片化”问题，理论与实践脱节、技能练习与赛场脱离、评价聚焦单一技能，难以形成完整能力培

养链。“学、练、赛、评”一体化模式通过闭环设计串联教学环节：“学”阶段结合高职学生认知特点，将篮球理论与职业场景关联，如运动损伤预防知识对接未来体能指导需求；“练”阶段承接理论设计任务，助学生实践消化；“赛”阶段提供真实应用场景检验成果；“评”阶段依托全过程数据指出薄弱环节。这种设计填补传统空白，让教学从“零散授知”转向“完整能力培

养”，保障教学目标落地与效果稳定<sup>[1]</sup>。

## （二）有利于革新教学模式

职业教育改革强调“以学生为中心”“实践导向”，传统“教师主导、学生被动”的篮球教学模式已不适应。一体化模式从四方面革新：一是“学”环节用案例教学、情境模拟，让学生主动探究，如分析校园赛事自主总结战术；二是“练”环节按技能水平分层设计任务，避免“一刀切”的“学不会”或“吃不饱”；三是“赛”环节延伸至校内联赛、校际友谊赛等，打破课堂边界；四是“评”环节融合多元评价，既看投篮命中率等数据，也重团队协作等素养<sup>[2]</sup>。此革新推动教学从“知识传授型”转向“能力与素养提升型”，契合“育训结合、岗课赛证融通”方向。

## （三）有利于促进学生专业发展

高职以“培养高素质技术技能人才”为目标，一体化模式助力学生能力与素养协同发展。专业能力上，通过分层训练与赛事，构建“基础—专项—综合应用”递进体系：基础层夯实运球、传球等技能，进阶层提升技能灵活性，拓展层培养赛场决策与战术配合能力。职业素养上，“赛”中锻炼团队协作、抗压能力，“评”中通过自评互评培养反思与尊重品质。此外，该模式还支撑未来发展：体育专业学生凭赛事组织等经历提升就业竞争力，非体育专业学生可将篮球技能与协作能力用于团建策划等职场场景，契合高职培养需求<sup>[3]</sup>。

# 二、“学、练、赛、评”一体化教学模式在高职篮球教学中应用的对策

## （一）以学为基，创新教学方法，夯实学生基础

在篮球教学的“学”阶段，教师应积极创新教学方法，运用新的方法调动学生学习兴趣，让学生掌握扎实的篮球基础知识和技能。第一，利用信息教育技术。教师要改变以前单纯讲解示范的方式，注重利用现代教育技术进行教学，将多媒体技术、虚拟显示技术等引进教学，带给学生不一样的学习体验。比如教师可先利用多媒体设备为学生播放篮球明星的比赛片段，让学生直接看到篮球的魅力，而后再播放技术动作的规范演示视频，传授篮球技术要点。再比如教师应用VR或AR技术让学生进入到篮球比赛场景，在场景中学习技术动作，提升篮球学习的沉浸感<sup>[4]</sup>。第二，引进项目式学习和问题导向学习方法。教师可确定一定的篮球活动任务，例如制定一场篮球比赛的战术，让学生通过搜集资料、自主学习、群体讨论，达成预定的目标。他们为完成任务，将主动钻研篮球相关知识，增加对于篮球战术、规则等的认知，在此过程中，学生还能锻炼自主学习和协作的能力<sup>[5]</sup>。例如，提出“如何针对对手防守的特点，制定出有效的进攻方案”的问题，引导学生从分析对手的防守弱点、选择合适的进攻方法、分配运动员位置与移动路线等方面出发思考和学习。

## （二）以练为重，优化技术训练，激发运动精神

在“练”方面，高职学生在篮球基础与能力上存在显著差异，因此，教师需依据学生实际情况进行分层训练，以确保训练的有效性针对性。第一，加强基础层学生的理论讲解。面对基

础层的学生，教师要耐心讲解基础理论知识，介绍正确的持球姿势要点，亲自给学生示范拆解动作，为学生提供运动拆解视频，让该阶段学生能够形成对各类动作的表象认知。这样学生能够在教师的指令下，完整地完各类动作，能够做到原地中心转换、简单运球传球等活动，可以夯实篮球基础，为更进一步的训练奠定基础<sup>[6]</sup>。第二，优化进阶层学生的训练活动。面对进阶层学生，教师要组织步法实际应用和情境选择活动，比如为学生播放NBA、CBA等高水平赛事中的精彩步法片段，让学生对视频内容进行仔细观察，学习各种步法组合运用方法。当学生掌握绳梯综合步法等具有一定难度的步法后，教师可搭建一些实战场景，如1V1基础攻防、2V2局部对抗等，让学生对不同场景选择恰当的步伐，这样提升学生的实战能力。第三，组织拓展层学生进行实战训练。面对拓展层学生，教师要多组织一些实战训练，以实战和团队战术为主，让他们更好适应快节奏变化，能够在欺骗性动作下快速做出反应，合理应用技术技巧。教师还可设计一些高强度的攻防活动，如1V1、4V4、5V5等，让学生选择合适的步法和动作，进行准确投篮，进而提升学生技术运用能力和团队协作能力<sup>[7]</sup>。

## （三）以赛为导，制订比赛计划，提升竞技水平

比赛是检验学生篮球学习成果与提升竞技水平的重要途径。学校和教师应积极组织多样化的篮球比赛，为学生提供丰富的比赛机会。第一，组织校内比赛。校级比赛可以设置班级比赛、部门冠军争夺战等日常比赛，或者设计一些有意思的篮球游戏，比如传球接力战、投篮明星争霸战等，以增加活动的趣味性吸引更多人的加入。在校园内的班级比赛，每个班级组建自己的篮球队，采取循环赛制或者淘汰赛的方式进行比赛，有助于同学们之间的交流和增进彼此间的凝聚力；部门冠军争夺战是指各个部门选出自己的优秀球员组成一支队伍去参与，既提高比赛的专业水准，同时也有利于调动同学们的集体荣誉感<sup>[8]</sup>。第二，开展校际比赛。以积极参加校内的友善比赛及被邀请的比赛，让队伍能有机会和其他高等职业学校的队伍进行友好对抗和对比学习，让同学们开阔视野，明确自身的优缺点，向其他名校学习先进的战术、打法，更好地完善自己。比如说，经常和周边的高等职业院校举办友善比赛，并且让两支参赛队伍的队员和教练员进行赛后交流，交换比赛体会、训练方法等。第三，加强比赛准备。比赛前，老师应指引学生做好充分的准备，研究战术、加强锻炼、调整好心态等。根据对手特点制定相应比赛战术，让学生掌握战术协作、战术执行要点；合理安排赛前训练，让学生保持良好身体机能；进行心理辅导，让运动员克服紧张、恐惧等情绪，树立良好的大赛心态。比赛中指导者现场及时指挥，因势调整战术，激励学生发挥出水平和最佳的技术状态<sup>[9]</sup>。比赛结束后，应该把学生召集回来进行反思，分析比赛中有哪些优势和缺点，以作为今后训练和比赛的学习借鉴。

## （四）以评为鉴，构建评价体系，实现数智驱动

构建科学完善的评价体系是一体化教学模式的重要保障。第一，完善评价体系。评价系统需要涵盖学生学练过程中的一切行动来实现多元化评价方式，不只是对学生篮球技能的评价，比如

学生的投篮命中率、控球效率、传接球精准度等等，还需要考虑学生的受教态度、投入程度、集体主义精神及赛场的战术应用和体育素养等方面。例如，从训练时的投入程度和能自觉地完成训练任务可以看学生的受教态度，从场上时如何为同伴创造机会和是否能配合做战略来看学生的团队主义。第二，设置多元评价方法。教师要用多元的手段来进行评价，使用过程性评价与终结性评价的结合，过程性评价是整个教育过程的一部分，可以采用课堂表现观察、训练记录、日常作业完成度等多种方式，动态捕捉学生受教育状况和需要改进之处，从而调整自己的教学策略，例如教师课中可以对学生受教新技能的消化水平做出及时的指引和反应，并且写清每位学员每次的训练情况，包括训练态度、技术掌握情况等等；而终结性评价是在学期末或教学单元结束时做的总结性的评价，通过技能测试、运动表现等方式对学生产生的综合评价<sup>[10]</sup>。第三，应用数智技术进行评价。利用数字化和智能化技术，实现评价的精准化与高效化。借助运动监测设备、教学管理软件等工具，收集学生的运动数据、学习行为数据等。例如，通过智能手环等设备监测学生在训练和比赛中的运动强度、心率

变化等数据，评估学生的体能状况；利用教学管理软件记录学生的学习时间、参与讨论次数、作业提交情况等数据，全面了解学生的学习过程。通过对这些数据的分析，教师能够更精准地评价学生的学习情况，发现学生的优势与不足，为个性化教学提供有力支持。

### 三、结语

综上所述，“学、练、赛、评”一体化教学模式在高职篮球教学中具有显著的应用价值，该模式既能革新传统教学模式，推动教学方法与理念的升级，又能为学生专业发展搭建良好平台，促进学生篮球技能与综合能力的全面提升。在具体应用过程中，高职应以学夯实基础、分层以练强化技能、以赛提升竞技水平、以评实现数智驱动，有效发挥该模式的优势，提升篮球教学质量。教学改革是一个持续不断的过程，学校要不断优化各环节的衔接和实施细节，为职业教育改革贡献更大的力量。

### 参考文献

[1] 张维时. 初中体育“学、练、赛、评”一体化教学策略研究——以行进间单手上投篮教学为例[J]. 体育视野, 2024, (24): 68-70.

[2] 杨露. 新课标背景下“学练赛评”一体化教学模式在初中篮球课堂中的运用研究[C]// 中国体育科学学会学校体育分会. 2024年全国中青年学校体育工作者学术研讨会论文摘要汇编. 四川师范大学; , 2024: 238-239. DOI: 10.26914/c.cnkihy.2024.076990.

[3] 陈晓英. “学练赛评”一体化教学在小学体育课中的应用——以篮球教学为例[J]. 教育观察, 2024, 13(32): 89-92. DOI: 10.16070/j.cnki.cn45-1388/g4s.2024.32.023.

[4] 刘英楠. “学、练、赛、评”一体化导向下高中篮球教学模式探索——以北京大学附属中学为例[J]. 体育视野, 2024, (18): 23-26.

[5] 杨婉婷. “学、练、赛、评”一体化大单元教学实践研究——以水平二小篮球大单元教学为例[J]. 体育视野, 2024, (18): 146-148.

[6] 曹红良. “学、练、赛、评”一体化视域下的小学体育高效课堂探究——以“篮球单手上投篮技术”教学为例[J]. 冰雪体育创新研究, 2024, 5(17): 167-169. DOI: 10.20155/j.cnki.issn2096-8485.2024.17.056.

[7] 朱娇. 基于“学练赛评”一体化的小学体育与健康教学设计探究——以水平三篮球教学为例[J]. 冰雪体育创新研究, 2024, 5(15): 73-75. DOI: 10.20155/j.cnki.issn2096-8485.2024.15.025.

[8] 雷蕾. “学、练、赛、评”一体化教学模式在高中体育与健康课程中的应用——以篮球教学为例[J]. 体育视野, 2024, (15): 35-37.

[9] 林鹭, 吴巧倩. 基于“学、练、赛、评”一体化的单元教学设计与实施——以小学篮球大单元为例[J]. 家长, 2024, (20): 7-9.

[10] 黄松华. 体教融合背景下“学、练、赛、评”一体化课堂教学探究——以篮球单手上投篮教学为例[J]. 体育视野, 2024, (06): 122-124.