

# 新课标下初中篮球大单元教学设计的学练赛评体系创新实践

刘强

库尔勒市第八中学，新疆库尔勒市，841000；

**摘要：**近些年，基础教育阶段体育课程改革持续推进，初中篮球作为体育学科的核心教学内容，其传统教学模式已难以满足核心素养培育的需求。在此背景下，本文立足新课标理念，搭建初中篮球大单元学练赛评一体化体系，从多个维度开展实践探索，结合具体教学案例验证该体系的可行性与实用价值，为提升初中篮球教学质量、助力学生全面发展提供可借鉴的实践思路。

**关键词：**初中篮球；大单元教学；学练赛评

**DOI：**10.64216/3104-9702.25.06.005

2022年发布的《义务教育体育与健康课程标准》明确提出“坚持学练赛一体化，构建以核心素养为导向的评价体系”，将“学练赛评”有机融合作为体育教学改革的核心方向。初中阶段是学生体育兴趣培养、运动技能形成和核心素养发展的关键时期，篮球运动因其趣味性、对抗性和团队性，深受初中生喜爱，成为落实新课标理念的重要载体。然而当前初中篮球教学中，仍普遍存在诸多问题包括教学单元碎片化、学练与竞赛脱节、评价方式单一等。所以用大单元教学为载体，构建“学练赛评”一体化创新体系，成为破解当前初中篮球教学困境、落实新课标要求的必然选择。

## 1 理论概念

### 1.1 大单元教学

大单元教学一直紧扣大主题、大概念、大任务、大问题有序推进，是教学内容的结构化整合与跨学科协同的联动融合，拥有结构化、进阶性与融合性三项核心特质。作为助力教育模式从知识导向转向素养导向转型的核心，大单元教学要立足课程整体框架布局，将单元设定为基础学习单元，紧密对标对应学科课程标准，以学科核心素养作为核心引领，围绕特定教学主题或实践项目，对教学内容开展全面规划布局、系统优化打磨与高效落地落实，是一套系统化的教学落地实施流程。这一教学过程会整合学科范畴内的关联知识要点，梳理提炼教学实践中的实操规律，搭建起完备的教学实施体系，引导学生分阶段开展深层次探究式学习，助力学生深刻理解且牢固掌握知识核心要点，是落实学科核心素养培育要求、达成全面育人目标的关键实践途径。

### 1.2 “学、练、赛、评”一体化

“学、练、赛、评”一体化是指以新课标中对“结构化内容体系”的要求为准则，以“教会、勤练、常赛、

评准”为逻辑链条构建的系统性教学闭环模型。“学”是课堂的教学内容，是教师传授知识与技能。“练”是课堂的教学方式，是学生对知识与技能掌握的训练环节。“赛”是课堂的教学方法，是学生对知识与技能的巩固。“评”是课堂的教学各环节效果的总结，是教师获取学生学习效果的有效手段。完整的体育学习，无学不存在，无练不提高，无赛不精彩，无评不完善，四者一体化赋予整体结构化教学充分可能，是学科核心素养的呼唤。

## 2 新课标下初中篮球大单元“学练赛评”体系的创新设计

### 2.1 重构“三维融合”的教学目标体系

新课标背景下初中篮球教学目标的核心，是要破除传统教学注重技能而轻视素养的特性，重新构建将运动能力、健康行为、体育品德相融合的目标体系。具体设计需要紧扣初中生身心发育的规律，将抽象的核心素养培育要求转化为可落地执行的具体教学指引。运动能力不止于运球、投篮等基础技能的机械重复训练，更侧重于引导学生在真实赛场中的综合运用能力，同步培养战术意识，使学生不仅能完成动作，更能清楚动作背后的逻辑、精准把握运用时机。健康行为需要全程融入篮球教学各环节，既包含篮球运动的自我保护教学，包括摔倒正确防护姿势、赛场规避碰撞实用方法等内容的系统讲解，也注重培养规律的运动习惯，引导学生将课堂篮球练习延伸到课后日常娱乐中，借助篮球运动减缓学习压力、变成积极向上的学习状态。体育品德需要依靠篮球运动的团队协作与竞技对抗的特点，在组队协作练习、赛场竞技对抗过程中潜移默化地渗透规则意识、公平竞争理念及团队互助精神，使学生在亲身参与运动中自然养成优良的体育精神。

### 2.2 搭建阶梯式大单元内容框架

大单元教学的核心优势主要体现在教学内容的系统整合与顺畅衔接，需打破传统单课时教学中碎片化的内容设计模式，构建契合学生技能循序渐进提升规律的阶梯式内容体系。这一体系围绕基础筑牢、技能活用、综合精进三大核心展开，把篮球大单元整体拆解成三个层层递进的学习阶段，各个阶段的教学内容既有着各自的核心侧重方向，又能实现环环相扣、紧密衔接。

基础阶段要把教学重心放在牢固篮球的基础技能上，除了对运球、传球、投篮等核心动作开展规范性教学外，还应融入篮球的基础规则、运动安全常识等内容，为后续深入学习打好基础，内容安排需兼顾动作分解的细致程度与基础练习的趣味性，避免学生因练习难度产生畏难心理。技能应用阶段以前期的基础技能为起点，重点开展传切配合、挡拆掩护、人盯人防守等简单战术配合的教学指导，同时增设各类情境化练习，引导学生在模拟场景中运用所学技能解决实际问题，内容上需要重视技能与战术的衔接，杜绝战术教学和技能练习脱节。综合提升阶段要以实战竞赛为核心，整合前期所学的各项技能与战术打法，同时补充复杂赛场场景的应对技巧，让学生在真实竞赛对抗中实现技能、战术与综合素养的同步提升，内容上需兼顾练习的挑战性，也要保障不同基础水平的学生都能充分参与。

### 2.3 打造分层适配的学练实施路径

初中生篮球基础差异显著，传统“一刀切”的学练模式难以兼顾不同学生的发展需求，因此需打造分层适配的学练实施路径，让每个学生都能在原有基础上获得提升。分层的前提是精准把握学生基础，在大单元教学开始，通过简单的技能测试、学生自评与同伴互评相结合的方式，全面了解学生的篮球技能水平、学习兴趣与发展意愿，据此将学生划分为基础组、提升组与进阶组三个层次，且分组并非固定不变，而是建立动态调整机制。

学练内容的设计要结合学生基础差异，制定针对性的分层训练方案：基础组核心目标是夯实基本功，重点做好动作规范性纠正打磨和基础动作巩固强化，借助原地运球、近距离传球这类简单练习，帮助学生树立动作运用的自信心；提升组需在稳固掌握基础技能的基础上，加入情境化实战练习和基础战术配合的学习运用，把行进间运球变向、双人传切配合这类内容纳入日常训练中；进阶组则以提升技能灵活运用水平和技术创新思维为核心目标，依托复杂战术组合实操、攻防转换模拟对抗等训练，提升自身综合运动素养。与此同时要注重组间互助共进，引导提升组与进阶组学生主动帮扶基础组同学完成练习，让全体学生在互助互动的过程中实现共同

进步。

### 2.4 构建全周期嵌入式竞赛体系

篮球竞赛是激发学生学习热情以及检验学习成果的关键，传统篮球教学采用的只有一次的期末竞赛，难以充分发挥竞赛价值，需要设计覆盖整学期的教学竞赛体系，将竞赛活动全程融入大单元教学各阶段。

竞赛体系设计要坚守层次化、多样化、全员化三大原则，结合不同教学阶段学生设计不同竞赛类型，基础技能阶段主打运球绕桩闯关、传球精准度比拼等技能闯关挑战赛，赛事规则简便易懂且门槛较低，主要检验学生基础技能的掌握扎实度，同时调动学生日常训练的主动性；技能应用阶段侧重开展3v3战术实操赛、指定战术配合实战对抗等情境化对抗比赛，重点检验学生对战术的理解程度与实际运用能力，帮助学生在赛场对抗中灵活应用技能、调整战术打法；综合提升阶段可以组织综合循环对抗赛、跨班级篮球友谊赛等赛事，全方位检验学生综合运动水平与体育品德修养。为保障每位学生的深度参与，除了常规5v5全场对抗外，额外设置1v1单挑、趣味篮球接力等多元竞赛形式，推行全员轮换上场、小组积分累计等规则，让基础相对薄弱的学生拥有充足的赛场体验，达成以赛促学、以赛促练的核心教学目标。

### 2.5 建立多元立体的评价反馈机制

评价内容覆盖运动能力、健康行为、体育品德三大维度，既重视技能达标测试、赛场竞赛成绩等结果性指标，也兼顾练习投入态度、技能进步幅度、团队协作实际表现等过程性指标，实现过程与结果并重。评价方式实行过程性评价与终结性评价相融合，过程性评价依托课堂表现观察记录、日常练习档案袋、赛场竞赛表现台账归集信息，每月开展一次阶段性评价反馈；终结性评价在大单元教学收尾阶段推进，结合综合技能达标测试、最终赛场竞赛成绩开展全面研判，同时为每位学生出具个性化素养发展报告，为学生后续篮球学习提升和教师优化教学方案提供详实依据。

## 3 新课标下初中篮球大单元“学练赛评”体系的实践

### 3.1 实践案例

基础技能模块（第1-8周）以基础技能学习与夯实为核心任务，开展运球、传球、投篮等核心基础技能教学。教学启动阶段通过技能摸底测试结合学生自评、同伴互评，将学生划分为基础组（15人）、提升组（18人）、进阶组（9人）三个层次，基础组重点开展原地高低运球、近距离双手胸前传球、原地投篮等分解式专

项练习,提升组推进行进间运球、移动传球、中距离投篮等整合式综合练习,进阶组开展运球变向、反弹传球、行进间低手上篮等拔高型练习。第8周组织基础技能闯关挑战赛,设置运球绕桩、传球精准度、投篮命中率三大竞赛项目,不同层次学生对应参与相应难度层级挑战,比赛过程由教师与学生开展现场联合点评,评价结果作为过程性评价重要参考依据。

战术应用模块安排在第9至18周,核心围绕战术应用学习推进,主攻传切配合、挡拆掩护、人盯人防守这类基础战术的教学工作。不同基础层次的学生围绕对应阶段目标,开展适配自身的专项练习:基础组核心攻克简单传切配合的基础动作要点,主打双人传切配合的模拟实操训练;提升组侧重传切配合与挡拆掩护的融合运用,开展3v3场景下的战术应用模拟对抗;进阶组主打多种战术组合的综合演练,推进5v5攻防转换的实战模拟训练。第16周专门组织战术情境对抗赛,基础组参与双人传切的实战对抗赛,提升组开展3v3战术综合应用赛事,进阶组进行5v5战术创新实战比拼,依托赛事实战检验各层次学生的战术应用能力,同时同步落实教师评价、学生自评与同伴互评结合的多元主体协同评价。

综合竞赛模块设定在第19至24周,核心围绕综合实战竞赛展开,重点统筹班级小组循环赛与跨班级篮球友谊赛两项赛事。把42名学生均衡划分成6个小组,每组配备7名学生,且每个小组都搭配了不同基础层次的学生,有序推进小组循环对抗赛,全程采用全员上场轮换机制,确保每位学生都能获得充足的上场实战体验。小组循环赛落幕之后,选拔各组排名前两位的队伍开展跨班级篮球友谊赛,进一步拉高竞技对抗的层次水准。竞赛全程中,教师细致记录学生技能临场发挥、战术默契配合、体育品德展现等多方面综合表现,学生同步开展个人自评和同伴互评,切实落实多元评价的相关要求。篮球大单元教学全部结束后,结合前期积累的过程性评价相关数据,再整合综合技能达标测试、最终竞赛成绩形成的终结性评价结果,为每位学生出具专属的体育核心素养发展报告。

### 3.2 实践优化建议

结合教学实践推进中暴露的各类问题,接下来还需要针对性的进行优化。在分层教学优化上,需搭建动态分层调整机制,每两周结合小型技能测试、课堂练习实际表现开展综合评价,及时调整学生分组情况;同时赋予学生主动申请调整层次的权利,充分调动学生主动性,

使分层教学更贴合学生技能提升的实际节奏。

竞赛组织环节的优化,要提前细化竞赛实施细则,明确各场次竞赛的时长设定、流程衔接要点及人员分工标准;组建学生骨干竞赛辅助小组,引导学生参与竞赛裁判、计分统计、场务协调等相关工作,既能减轻教师的工作负担,也能助力学生加深对篮球竞赛规则的认知,提升自身组织协调能力。

评价流程的优化可引入信息化教学评价工具,用线上平台实现评价数据的实时记录、自动汇总与精准分析,在提升评价工作效率的同时,保障评价结果快速反馈;同步加强对学生自评、同伴互评的专项指导,提升学生的评价认知水平与实操能力,确保多元的评价切实行。

家校协同育人的力度还需进一步加大,通过家长会、教学开放日、班级群动态等形式,向家长全面解读篮球大单元教学理念、实践进展及阶段成效,争取家长的全力支持;鼓励家长参与课后篮球练习的陪伴,或走进校园观看竞赛活动,凝聚家校协同育人的力量,保障学生体育核心素养的全面培育。

### 4 结语

初中篮球大单元教学“学练赛评”体系的完善与优化仍需持续探索,长远来看,需要结合一线教学实践的持续调整,提升体系的科学性与实践的有效性。随着“学练赛评”一体化理念在初中篮球教学中的深度发展,必将推动初中体育教学质量稳步攀升,为学生体育核心素养的培育夯实基础。

### 参考文献

- [1]陈涛.学练赛评一体化小学篮球大单元教学实验研究[D].淮北:淮北师范大学,2024.
- [2]曾自强.“学、练、赛、评”一体化视角下初中篮球大单元教学设计与实践研究[D].武汉体育学院,2025. DOI: 10.27384/d.cnki.gwhtc.2025.000141.
- [3]于素梅.《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》的新要求、新挑战、新课堂[J].教育评论,2022(5):36-41.
- [4]梁赛.新课标视域下初中篮球大单元教学设计与实践研究[D].南京体育学院,2025.

作者简介:刘强(1984年2月-),男,满族,辽宁凤城人,本科,高级教师,研究方向:教育教学。单位:库尔勒市第八中学。