

少儿篮球培训中团队合作意识培养的路径探索

史曙光*, 杨前明, 孙景超
合肥信息技术职业学院, 安徽 合肥 230601

摘要 : 在当今社会, 体育教育已成为青少年全面发展不可或缺的一环, 其中, 少儿篮球培训以其独特的魅力吸引了众多家长和少儿的青睐。篮球不仅是一项能够锻炼少儿身体素质、提升协调能力的运动, 更是一个培养团队合作意识、锻炼意志品质的重要平台。本文旨在通过深入分析少儿篮球培训的特点与目标, 团队合作意识的定义与构成要素, 以及现有培训模式中存在的问题与挑战, 提出一系列切实可行的培养路径。

关键词 : 少儿篮球培训; 团队合作意识; 培养路径

Pathways for Teamwork Awareness in Youth Basketball Training

Shi Shuguang*, Yang Qianming, Sun Jingchao
Hefei Vocational College of Information Technology, Hefei, Anhui 230601

Abstract : In today's society, physical education has become an indispensable part of the comprehensive development of young people, in which the children's basketball training with its unique charm has attracted many parents and children of all ages. Basketball is not only a sport that can exercise young children's physical fitness and improve coordination, but also an important platform to cultivate teamwork awareness and exercise will quality. This paper aims to suggest a series of practical training paths through an in-depth analysis of the characteristics and objectives of basketball training for children, the definition and components of teamwork awareness, and the problems and challenges in existing training models.

Keywords : youth basketball training; a sense of teamwork; path to development

引言

在当前的少儿篮球培训中, 不难发现, 部分培训过于注重篮球技能的传授, 而忽视了学员团队合作意识的培养, 这种单一的教学模式不仅限制了学员综合素质的提升, 也违背了体育教育“以人为本, 全面发展”的核心理念。因此, 探索如何在少儿篮球培训中有效培养团队合作意识, 已成为当前体育教育领域亟待解决的问题。

一、少儿篮球培训与团队合作意识概述

(一) 少儿篮球培训的特点与目标

少儿篮球培训, 作为体育教育领域中的一个重要组成部分, 具有鲜明的年龄特征和丰富的培训内容。在这一阶段, 少儿们的身体正处于快速发育期, 对新鲜事物充满好奇, 模仿能力强, 但注意力相对容易分散^[1]。因此, 少儿篮球培训在注重篮球基本技能如运球、传球、投篮等传授的同时, 也特别强调身体素质的全面提升和协调性的培养。其目标不仅在于让少儿们掌握篮球运动的基本技巧, 更重要的是通过篮球运动培养他们的运动兴趣, 磨练意志品质, 以及为日后的篮球学习和比赛打下坚实的基础。

(二) 团队合作意识的定义与构成要素

团队合作意识, 是指在团队活动中, 成员们为共同的目标而相互协作、共同努力的一种精神状态和行为表现。它是团队成功的关键因素之一, 也是个人在团队中实现自我价值的重要前提。团队合作意识的构成要素主要包括信任、沟通和协作。信任是团队合作的基石, 它建立在成员们相互了解、相互尊重的基础上^[2]; 沟通则是团队成员之间信息传递和理解的桥梁, 它确保团队活动的顺利进行; 而协作则是团队成员为了实现共同目标而相互配合、共同努力的过程, 它是团队合作意识最直接、最具体的体现。在少儿篮球培训中, 培养少儿们的团队合作意识, 不仅有助于他们在篮球比赛中取得更好的成绩, 更重要的是能够培养他们

作者简介: 史曙光 (1984.6-), 男, 汉族, 安徽宿州, 本科, 合肥信息技术职业学院, 讲师, 主要研究方向: 青少年篮球教学, 通讯邮箱: shuguang—2008@163.com。

的团队精神，为他们的未来发展奠定良好的基础^[3]。

二、少儿篮球培训中团队合作意识培养的现状分析

（一）现有培训模式中的团队合作元素

（1）教学内容中的团队合作环节：部分培训课程已开始注重团队合作的重要性，并在教学内容中明确设置了团队合作的环节。例如，通过组织小组对抗赛、传球接力等合作性练习，让少儿们在实战中体验团队合作的乐趣与重要性，这些环节旨在培养少儿们的团队协作意识，让他们学会在比赛中相互配合、共同进退。

（2）训练方法中的合作性练习：在训练方法上，一些培训机构也尝试采用合作性练习来加强少儿们的团队合作意识。他们通过分组训练、团队比赛等形式，让少儿们在团队中扮演不同的角色，共同为团队的胜利而努力^[4]，这种训练方法不仅提高了少儿们的篮球技能，还让他们在实践中学会了如何与他人合作，共同实现目标。

（二）存在的问题与挑战

（1）团队合作意识培养的不足：在实际培训过程中，部分培训机构和教练仍过于注重篮球技能的传授，而忽视了团队合作意识的培养。他们往往将更多的时间和精力放在少儿们个人技能的提升上，而忽略了团队合作在篮球比赛中的重要性^[5]，这种单一的教学模式导致少儿们在比赛中缺乏团队协作意识，难以形成有效的团队配合。

（2）少儿心理特征与培训模式的匹配问题：此外，现有培训模式在很大程度上未能充分考虑少儿心理特征与培训模式的匹配问题。少儿阶段的少儿们心理发展尚未成熟，他们注意力易分散，对新鲜事物充满好奇，但同时也容易对枯燥乏味的训练产生厌倦。然而，一些培训机构在设计培训内容和训练方法时，未能充分考虑少儿的心理特征，导致培训效果不佳。例如，一些过于复杂或枯燥的训练方法可能让少儿们失去兴趣，从而无法有效培养他们的团队合作意识。

三、少儿篮球培训中团队合作意识培养的路径探索

（一）教学内容的优化与创新

1. 引入团队合作理念的课程设计

首先，课程设计应明确团队合作的重要性，并将其作为培训的核心目标之一。在课程设计初期，可以组织一次团队建设的启蒙活动，如“团队共创”工作坊，让少儿们通过游戏、讨论等形式，初步理解团队合作的意义和价值。活动中，可以引导少儿们思考：在篮球比赛中，为什么需要团队合作？团队合作能带来哪些好处？接下来，在课程内容的安排上，应适当增加团队合作的环节。例如，可以设计一些需要团队协作才能完成的任务，如传球接力、团队进攻防守演练等，这些任务不仅要求少儿们掌握篮球技能，更需要他们学会在团队中相互配合、共同进退。通过完成这些任务，少儿们可以深刻体会到团队合作的重要性，并逐渐

形成团队协作的意识。此外，课程设计还应注重培养少儿们的沟通能力和领导能力。在篮球比赛中，有效的沟通和明确的领导是团队合作的关键^[6]。因此，可以在课程中设置一些专门的沟通训练和领导力培养环节，如团队讨论、角色扮演等，让少儿们在实践中学会如何与他人有效沟通，如何在团队中发挥领导作用。

2. 结合篮球技能的合作性教学案例

在篮球技能的教学中，应充分融入团队合作的元素，让少儿们在掌握技能的同时，学会如何与他人合作：

· 传球接力赛：将少儿们分成若干小组，每组站成一排，进行传球接力。要求少儿们在传球过程中保持速度、准确性和团队协作。通过这个游戏，少儿们可以学会如何快速准确地传球，以及如何在团队中相互配合，共同完成任务。

· 团队进攻防守演练：设置不同的进攻和防守场景，让少儿们分组进行演练。在演练过程中，要求少儿们根据场上情况灵活调整战术，相互配合，共同应对对方的进攻或防守。通过这个演练，少儿们可以学会如何在比赛中根据实际情况做出决策，以及如何在团队中协同作战。

· 篮球小将挑战赛：组织一场篮球小将挑战赛，让少儿们以团队的形式参赛。在比赛中，设置不同的挑战项目，如投篮比赛、运球接力等。要求少儿们在比赛中充分发挥团队合作的优势，共同为团队的胜利而努力^[7]。通过这个挑战赛，少儿们可以在实战中锻炼团队合作意识，体验团队合作带来的成功和喜悦。

综上所述，通过引入团队合作理念的课程设计和结合篮球技能的合作性教学案例，可以有效培养少儿们的团队合作意识。在课程设计方面，应明确团队合作的重要性，增加团队合作的环节，并注重培养少儿们的沟通能力和领导能力。在教学案例方面，应充分融入团队合作的元素，让少儿们在掌握篮球技能的同时，学会如何与他人合作。

（二）训练方法的改进与实践

1. 小组合作训练模式的构建

小组合作训练模式是一种强调团队协作和共同目标的训练方法，它有助于培养少儿们的团队合作意识。在少儿篮球培训中，构建小组合作训练模式可以从以下几个方面入手：

首先，要合理分组。根据少儿们的技能水平、性格特点等因素，将他们分成若干小组，确保每个小组的成员在技能上相对均衡，性格上能够互补，这样有助于形成积极的小组氛围，促进少儿们之间的交流和合作。其次，要明确小组目标。在每个训练环节中，为小组设定明确的目标，如完成一定数量的进球或防守任务等，这些目标应该是可衡量的，以便少儿们能够清晰地了解自己的进步和团队的表现。通过共同努力实现目标，少儿们可以体验到团队合作的力量，从而增强团队协作意识。在训练过程中，教练应鼓励少儿们相互支持和帮助。当某个少儿遇到困难时，其他成员可以给予鼓励和指导，共同解决问题，这种互助精神不仅有助于提升少儿们的篮球技能，还能培养他们的同理心和责任感。最后，要定期评估小组的表现^[8]。通过评估，少儿们可以了解自己的进步和不足之处，同时也可以看到团队的整体表现，这有助于激发少儿们的竞争意识，促使他们更加努力地训练，为团队

争取更好的成绩。

2. 团队竞赛与模拟游戏的运用

团队竞赛和模拟游戏是培养少儿们团队合作意识的有效手段。它们能够激发少儿们的竞争意识和团队合作精神，使他们在实践中学会如何与他人协作。在团队竞赛中，可以将少儿们分成若干队伍，进行篮球比赛或相关技能的竞赛。比赛过程中，少儿们需要相互配合、共同进退，才能取得胜利，这种竞赛形式不仅能够锻炼少儿们的篮球技能，还能培养他们的团队协作意识和竞争意识。为了增强团队竞赛的效果，可以设置一些奖励机制，如优胜队伍可以获得奖品或荣誉证书等，这能够激发少儿们的积极性和参与度，使他们更加努力地训练。模拟游戏则是一种更加灵活和有趣的训练方法。可以根据少儿们的年龄和技能水平，设计一些与篮球相关的模拟游戏，如“传球接力”“篮球宝藏”等，这些游戏通常具有趣味性和挑战性，能够吸引少儿们的注意力，使他们在游戏中体验到团队合作的乐趣。通过模拟游戏，少儿们可以在轻松愉快的氛围中锻炼篮球技能，同时培养团队协作意识和解决问题的能力。在运用团队竞赛和模拟游戏时，教练应注意以下几点：首先，要确保比赛和游戏的公平性和安全性，避免少儿们在竞争中受伤或产生不良情绪；其次，要根据少儿们的实际情况调整比赛和游戏的难度，确保它们既具有挑战性又不至于困难；最后，要及时给予少儿们反馈和指导，帮助他们总结经验和教训，不断提升自己的篮球技能和团队合作意识。

（三）家庭与社会的支持与合作

1. 家长在团队合作教育中的角色

家长是少儿成长道路上的引路人，他们的态度和行为对少儿产生着潜移默化的影响。在少儿篮球培训中，家长不仅是少儿学习的支持者，更是团队合作教育的重要参与者。家长应树立正确的教育观念，认识到团队合作对少儿成长的重要性。他们应鼓励少儿积极参与集体活动，培养少儿的集体荣誉感和责任感^[9]。在日常生活中，家长可以通过与少儿共同参与家务、游戏等活动，引

导少儿学会分工合作，体验团队合作的乐趣。同时，家长还应成为少儿团队合作的榜样。家长自身的言行举止对少儿具有示范作用，他们应展现出积极向上的态度、团结协作的精神，为少儿树立良好的榜样。此外，家长还应关注少儿在篮球培训中的表现，及时给予鼓励和支持，帮助少儿建立自信心，克服团队合作中的困难。

2. 社会资源在少儿篮球培训中的整合利用

社会资源是少儿篮球培训中不可或缺的一部分，它们为少儿们提供了丰富的学习和实践机会。在培养少儿们团队合作意识的过程中，应充分整合和利用社会资源，为少儿们创造更好的学习环境。可以与当地学校、社区等机构建立合作关系，共同开展篮球培训和比赛活动。通过这些活动，少儿们可以接触到更多的同龄人和不同背景的伙伴，学会在多元环境中进行团队合作。同时，还可以利用学校的体育设施、社区的篮球场等资源，为少儿们提供充足的训练场地和器材，保障他们的学习需求。此外，还可以邀请篮球专家、退役运动员等社会人士参与少儿篮球培训^[10]。他们具有丰富的篮球经验和专业知识，可以为少儿们提供针对性的指导和建议。通过与他们的互动和学习，少儿们可以拓宽视野、提升技能水平，更好地适应团队合作的要求。

四、结束语

综上所述，少儿篮球培训不仅是少儿们学习篮球技能、提升身体素质的过程，更是培养他们团队合作意识、锻炼意志品质的重要途径。通过优化与创新教学内容、改进与实践训练方法，以及家庭与社会的广泛支持与合作，我们可以为少儿们创造一个更加全面、丰富、有趣的篮球学习环境。在这个过程中，少儿们不仅能够掌握篮球运动的基本技巧，更重要的是能够学会如何与他人合作，共同实现目标，从而培养出良好的团队意识和协作精神。

参考文献

- [1] 孙壮飞. 学生篮球训练中团队合作意识的培养措施研究[J]. 冰雪体育创新研究, 2023(19):143-145.
- [2] 樊超. 团队合作意识在篮球比赛中的重要性[J]. 文体用品与科技, 2022(5):3.
- [3] 张世远. 课后增加篮球练习对小学生自信心和团队意识影响的实验研究[D]. 河南大学, 2022.
- [4] 闵新宇, 随玉哈, 王亿豪. 健康中国行动视域下篮球对于中小学身心健康的发展[C]// 第二届陕西省体育科学大会论文摘要集(墙报).2024.
- [5] 李佳俊. 篮球课外活动对小学生身体素质和团队意识的影响[J]. 田径, 2024(3):35-37.
- [6] 王佳境. "学练赛"一体化视域下的分层合作教学法在初中篮球教学中的实验研究[D]. 山东体育学院, 2023.
- [7] 马智强. 青少年篮球训练中的战术意识培养分析[J]. 拳击与格斗, 2022(17):61-63.
- [8] 邵真真. 初中篮球"学、练、赛、评"一体化教学策略探究[J]. 拳击与格斗, 2023(16):112-114.
- [9] 董波. 小学生体育篮球教学中团队合作的重要性[J]. 新体育·运动与科技, 2023(1):100-102.
- [10] 王文超. 小学体育篮球教学中培养学生团队合作能力的研究[J]. 中国科技经济新闻数据库教育, 2023(3):4.