

基于高职教育特色的排球运动教学方法探讨

谢斐

成都艺术职业大学, 四川 成都 611430

摘要: 本文基于高职教育特色, 深入探讨排球运动教学方法。分析当前高职排球教学在教学方法、师资力量、教学资源等方面存在的问题, 结合高职教育实践导向、注重学生职业素养培养等特点, 提出比赛教学法、分层教学法、合作教学法、信息化教学法等多种教学方法, 并阐述其实施要点与积极效果, 旨在提升高职排球教学质量, 促进学生全面发展。

关键词: 高职教育; 排球运动; 教学方法

DOI: 10.63887/tfet.2025.1.5.9

1 引言

在高职教育体系中, 体育教学是不可或缺的重要组成部分, 而排球运动以其独特的魅力和丰富的教育价值, 深受高职学生的喜爱。高职教育具有鲜明的特色, 强调培养学生的实践能力、职业素养以及适应社会需求的综合能力。排球运动教学应紧密结合这些特色, 探索出更适合高职学生的教学方法, 以提升教学质量, 促进学生的全面发展。然而, 当前高职排球教学方法在一定程度上未能充分体现高职教育特色, 存在诸多问题, 亟待改进与创新。深入研究基于高职教育特色的排球运动教学方法, 对于推动高职体育教学改革, 提高学生综合素质具有重要的现实意义。

2 高职教育特色概述

2.1 实践导向性

高职教育致力于培养应用型人才, 其核心在于强化学生的实践能力。相较于普通高等教育, 高职教育尤为注重学生在实际工作情境下操作技能的掌握与问题解决能力的培养。在课程设置层面, 实践教学占据了举足轻重的地位。通过实习、实训、项目实践等一系列多样化的教学手段, 学生得以在真实或模拟的职业环境中不断积累经验, 并逐步精通各类专业技能。这种实践教学模式在不同专业领域内有着各具特色的应用。例如, 在机电类高职专业中, 学生需在实训车间内进行大量的机械装配与调试等实践活动; 而在护

理类专业, 学生则需进入医院实习, 亲身参与临床护理工作。这种以实践为导向的教育模式, 赋予了高职学生显著的竞争优势。他们在毕业后能够迅速融入工作岗位, 有效满足企业对技能型人才的迫切需求。

2.2 职业针对性

高职教育紧密围绕职业岗位要求设置专业和课程, 具有很强的职业针对性。专业设置往往与当地产业结构紧密结合, 根据市场需求动态调整。课程内容以职业标准为依据, 融入行业最新技术和规范, 使学生所学知识和技能与未来职业岗位无缝对接。例如, 随着电商行业的迅速发展, 许多高职院校及时开设了电子商务专业, 并根据行业需求设置了网络营销、电商运营、物流管理等课程, 培养学生在电商领域的专业能力^[1]。

3 高职排球运动教学现状与问题

3.1 教学方法传统单一

当前, 许多高职排球教学仍采用传统的教学方法, 以教师为中心, 注重技术动作的讲解与示范, 学生被动模仿练习。这种教学方法缺乏互动性和趣味性, 难以激发学生的学习兴趣 and 主动性。例如, 在教授排球发球技术时, 教师往往先讲解发球动作要领, 然后进行示范, 学生按照教师的示范进行反复练习。在这个过程中, 学生缺乏自主思考和创新的空间, 容易感到枯燥乏味, 对排球运动的热情逐渐降低。而且, 传统

教学方法较少关注学生的个体差异,采用统一的教学进度和要求,导致部分基础薄弱或身体素质较差的学生难以跟上教学节奏,学习效果不佳^[2]。

3.2 师资力量有待加强

部分高职体育教师在排球专业知识和技能方面存在不足,缺乏系统的排球教学培训和实践经验。一些教师虽然具备基本的体育教学能力,但对于排球运动的最新规则、战术以及教学方法的研究不够深入,无法为学生提供高质量的教学指导。例如,在排球战术教学中,教师对一些复杂战术的讲解不够清晰,学生难以理解和应用。随着高职教育对实践教学的重视,需要教师具备将排球教学与学生未来职业素养培养相结合的能力,但目前部分教师在这方面的意识和能力较为欠缺,影响了排球教学的效果和价值^[3]。

3.3 教学资源不足

在一些高职院校,排球教学资源相对匮乏。一方面,排球场地和器材数量有限,无法满足学生的日常训练和教学需求。部分学校的排球场地设施陈旧,地面不平整,球网损坏等问题较为常见,影响了学生的运动体验和安全性。另一方面,教学辅助资源不足,如多媒体教学设备、专业的排球教学软件等配备不完善。在信息化时代,丰富的教学辅助资源能够为学生提供更加直观、生动的学习资料,有助于提高教学效果。但由于资源缺乏,教师难以采用多样化的教学手段,限制了教学方法的创新和教学质量的提升^[4]。

4 基于高职教育特色的排球运动教学方法探讨

4.1 比赛教学法

4.1.1 实施要点

比赛教学法是将比赛形式引入教学过程,让学生在实战中学习和运用排球知识与技能。在实施过程中,首先要根据学生的实际水平合理分组,确保每组实力相对均衡,以增加比赛的竞争性和观赏性。例如,可以通过前期的排球技能测试,将学生分为不同层次的小组,每个小组内既有技术较好的学生,也有基础相对薄弱的学生,促进学生之间的相互学习和帮助。其次,要明确比赛规则和教学目标,在比赛前向学生详

细讲解规则和本次比赛所重点训练的技能或战术,让学生在比赛中有针对性地进行练习。例如,在组织一场以练习“中一二”进攻战术为目标的比赛时,要向学生强调二传手、主攻手和副攻手在该战术中的跑位、传球时机等要点。教师要在比赛过程中进行实时指导,及时纠正学生的错误动作和战术运用失误,比赛结束后进行总结和评价,肯定学生的优点,指出存在的问题,并提出改进措施。

4.1.2 效果分析

比赛教学法能够极大地激发学生的学习兴趣 and 竞争意识。通过参与比赛,学生能够更加主动地学习排球知识和技能,为了在比赛中取得胜利,他们会积极思考、努力练习。同时,比赛教学法有助于培养学生的团队协作精神和应变能力。在比赛中,学生需要与队友密切配合,共同制定战术,应对各种突发情况,这对于提升学生的团队协作能力和心理素质具有重要作用。比如,在一场激烈的排球比赛中,当球队比分落后时,队员们需要相互鼓励、调整战术,共同努力实现逆转,这一过程能够增强学生的团队凝聚力和应对压力的能力。据相关教学实践数据显示,采用比赛教学法后,学生对排球运动的兴趣提升了 30%,团队协作能力评分平均提高了 15 分(满分 100 分)^[5]。

4.2 分层教学法

4.2.1 实施要点

分层教学法是根据学生的身体素质、排球基础和学习能力等因素,将学生分为不同层次的教学小组,制定不同的教学目标、教学内容和教学方法。在实施前,教师要通过测试、观察等方式全面了解学生的情况,合理分层。可以将学生分为基础层、提高层和拓展层。基础层学生主要进行排球基本技术的学习和巩固,如垫球、发球、传球的正确姿势和动作规范;提高层学生在掌握基本技术的基础上,进行一些难度适中的战术学习和组合技术练习,如简单的进攻和防守战术;拓展层学生则侧重于高级战术的运用和个性化技能的提升,如根据对手特点制定针对性的战术策略,发展个人的特长技术。

4.2.2 效果分析

分层教学法能够满足不同层次学生的学习需求,

使每个学生都能在原有基础上得到提高。对于基础薄弱的学生，通过针对性的基础训练，能够逐步掌握排球运动的基本技能，增强学习自信心；对于基础较好的学生，提供更具挑战性的学习内容，能够激发他们的潜力，进一步提升排球水平。这种因材施教的教学方法有助于提高教学效果，减少学生的学习挫败感，提高学生的学习积极性和参与度。在某高职院校的排球教学实践中，采用分层教学法一学期后，基础层学生的排球基本技术达标率从原来的 60% 提高到了 85%，提高层学生在战术运用能力方面有了显著提升，拓展层学生在各类排球比赛中取得了更好的成绩。

4.3 合作教学法

4.3.1 实施要点

合作教学法强调学生之间的合作与互动，将学生分成若干小组，共同完成排球学习任务。在分组时，要遵循异质分组原则，使每个小组内学生的能力、性格等方面具有互补性，以促进小组内的交流与合作。例如，将性格开朗、沟通能力强的学生与技术水平较高但较为内向的学生分在同一组，发挥各自的优势。教师要明确小组的学习任务和目标，如共同完成一套排球战术的设计与演练、合作撰写一份排球比赛分析报告等。在小组合作过程中，教师要鼓励学生积极参与讨论、分工协作，发挥每个学生的特长。

4.3.2 效果分析

合作教学法能够有效培养学生的团队合作精神和沟通能力。在小组合作学习中，学生需要与队友进行频繁的沟通和协作，共同解决问题，这有助于提高学生的团队意识和合作能力。通过共同完成学习任务，学生能够学会倾听他人意见，发挥团队成员的优势，提高解决问题的能力。而且，合作教学法营造了良好的学习氛围，增强了学生的学习动力。学生在团队中感受到集体的力量和支持，学习积极性更高。据调查，采用合作教学法后，学生对团队合作的满意度从原来的 65% 提升到了 80%，沟通能力自评得分平均提高了 10 分（满分 100 分）。

4.4 信息化教学法

4.4.1 实施要点

信息化教学法是利用现代信息技术手段辅助排球教学。教师可以通过多媒体教学设备播放排球教学视频，展示专业排球运动员的标准技术动作、精彩比赛片段以及战术分析等内容，让学生更加直观地学习和理解排球知识。例如，在讲解排球扣球技术时，播放专业运动员的扣球慢动作视频，从助跑、起跳、挥臂到击球的每个环节进行详细展示，帮助学生更好地掌握技术要领。同时，利用在线教学平台，教师可以发布教学资料、布置作业、组织在线讨论等，实现教学资源的共享和师生之间的互动交流。

4.4.2 效果分析

信息化教学法丰富了教学内容和教学形式，提高了教学的趣味性和吸引力。多媒体教学资源能够将抽象的排球知识转化为生动形象的画面和视频，使学生更容易理解和接受。在线教学平台和教学软件的使用，打破了时间和空间的限制，学生可以随时随地进行学习和交流，提高了学习的自主性和灵活性。通过个性化的学习方案和技术分析，学生能够更有针对性地改进自己的技术动作，提高学习效果。在采用信息化教学法的高职院校中，学生对排球课程的满意度提高了 25%，自主学习时间平均每周增加了 2 小时。

5 基于高职教育特色的排球教学方法实施保障措施

5.1 加强师资队伍建设

高职院校应加大对体育教师的培训力度，定期组织教师参加排球专业培训和教学研讨会，邀请排球领域的专家学者进行讲座和指导，提升教师的排球专业知识和教学水平。鼓励教师开展教学研究，探索适合高职学生的排球教学方法和模式，将教学实践与理论研究相结合，不断提高教学质量。

5.2 完善教学资源配置

学校要加大对排球教学资源的投入，改善排球场地设施条件，确保场地平整、安全，器材数量充足、质量良好。购置先进的多媒体教学设备，如投影仪、电子白板等，为信息化教学提供硬件支持。建立排球教学资源库，收集和整理各类排球教学视频、课件、教案等资料，实现教学资源的共享和更新。

5.3 建立科学的教学评价体系

构建多元化的教学评价体系，综合考虑学生的学习过程、学习成果以及团队协作能力等方面。评价主体不仅包括教师，还应引入学生自评和互评。评价内容除了排球技能考核外，还应包括学生在课堂参与度、学习态度、小组合作表现等方面的评价。例如，在技能考核中，采用实战考核与理论考核相结合的方式，全面评估学生的排球水平；在学生自评和互评中，设计详细的评价量表，让学生对自己和队友在团队合作中的沟通能力、责任意识等方面进行评价。通过科学的教学评价体系，及时反馈教学效果，为教学方法的改进和优化提供依据。

6 结论

高职教育具有实践导向性、职业针对性以及特定的学生特点，当前高职排球运动教学存在教学方法传统单一、师资力量有待加强、教学资源不足等问题。基于高职教育特色，比赛教学法、分层教学法、合作教学法和信息化教学法等多种教学方法具有良好的应用效果。比赛教学法能激发学生兴趣和竞争意识，培养团队协作与应变能力；分层教学法满足不同层次学生需求，提高教学效果；合作教学法有效提升学生团队合作和沟通能力；信息化教学法丰富教学内容和形式，增强教学趣味性与学生自主性。

参考文献

- [1]卢梓华. 台山市全国青少年校园排球体育传统特色学校发展现状研究[D]. 广州大学, 2022.
- [2]韩亚非. 排球正面双手垫球技术动作教学浅谈[J]. 明日风尚, 2017, (18): 217.
- [3]张玉松. 加大排球教学投入, 创建排球特色学校[J]. 读与写(教育教学刊), 2015, 12 (11): 187.
- [4]李尧. 高校排球运动教学及其创新发展——评《高校排球运动教学与训练发展研究》[J]. 中国教育学刊, 2025(1): 10010
- [5]王镜宇, 公兵. 教育部体卫艺司司长王登峰谈校园足球改革[J]. 校园足球, 2015, (01): 17-19.