

高校排球选修课“以赛促学”教学模式的构建及探索研究

前言

新时代的女排精神给予了全国人民巨大的鼓舞，升华为民族面貌的代名词，但在普通高校排球选修课教学中却存在诸多问题，如学生学习兴趣低，教学内容单调、陈旧等问题。如何在教学过程中深层次发掘女排精神的文化效力，强化大学生的思政教育，推进校园体育文化建设，值得每一名体育教育工作者认真反思。本文对“以赛促教、以赛促学”的教学模式进行探索，以期对进一步改进新时代学校体育工作提供现实意义和参考价值。

关键词

以赛促教；以赛促学；排球选修课

1 “以赛促学”教学模式的优势分析

高校体育教学工作经过不断地发展与丰富，已形成了相对完善的教学理念和教学形式。随着教学改革的不深入，传统的教学理念开始暴露出一定的问题和缺陷，“以赛促学”教学模式相对于传统教学模式的优势则开始显化。

1.1 激发学生兴趣

“以赛促学”教学模式，指在教学过程中融入技能竞赛，以促进学加快掌握运动技能，并同步增强教师的教学能力。有竞争才会有动力，大学生正处于争强好胜的人生阶段，提倡排球教学跟比赛有机融合才可以更好地激发学生的潜能，调动学生对排球项目的热情。各类型的比赛也为大学生们提供一个展示自我的平台，学生们可以通过比赛自查训练成果。因此，“以赛促学”的教学模式在教学过程中得到了一个良性的循环，使得学生们更加容易掌握排球技能。

1.2 增强学生规则意识

在“以赛促学”教学模式中，比赛活动是规则化和组织化的体育活动，它具有较强的目的性和创造性，所有的参与者应在遵守规则的前提下完成比赛活动。在参加比赛活动的过程中，学生自然就会了解比赛规则，这有利于学生们熟悉排球项目的全貌。通过不断接受这种比赛规则的培养和熏陶，学生们的规则意识会潜移默化地得到提升，也使得学生可以更好地遵守各项纪律。

1.3 培养学生排球精神

排球是一项集体运动，比赛过程需要团队成员齐心协

力配合，战胜对手才可以获得胜利。学生在参与排球的比赛中，会不断表达自己的想法和意见，同时也会倾听别人的想法与意见，共同努力完成比赛目标。在比赛中学生不仅需要忍受身体上的疲劳，还需要克服身体上的伤痛，因此排球比赛不仅能够培养参与人员的团队协作意识，还能够激发学生战胜自我的勇气，培养学生直面挫折的精神。

2 “以赛促学”教学模式与传统教学模式过程结构的对比分析

表 1 “以赛促学”教学模式与传统教学模式过程结构对比分析

课堂环节	传统教学模式	“以赛促学”
开始部分	徒手操热身、专项热身 ↓	游戏、趣味性比赛 ↓ 专项热身 ↓
基本部分	主题教学、讲解示范 ↓ 分解练习、技术重难点 ↓ 讲解纠错、重复练习 ↓	主题教学、讲解示范 ↓ 场景、1v1 或 2v2 或 3v3 ↓ 调整规则、比赛中纠错 随时改正 ↓
结束部分	总结、拉伸放松	总结、拉伸放松

其中,教学过程结构指的是教学进程的基本阶段,主要包括:引发学习动机、领会知识、巩固知识、运用知识、检查知识这五个阶段。

传统教学模式比较注重技术动作重难点的讲解和示范教学,通过对动作重点和难点反复练习来掌握该技术动作,而“以赛促教”教学模式则着重于从整体出发,在比赛中掌握和熟练运用技术动作。此种教学模式在一开始可以部分添加游戏或者趣味性的比赛,激发学生的学习和运动兴趣。在基本部分中,比赛和教学场景的运用为学生提供了练习技术和检查技术掌握情况的平台,充分发挥学生的主体性,从整体上提高学生在学习技术的动机和意愿。

3 “以赛促教、以赛促学”教学模式构建

3.1 竞赛计划的构建

竞赛计划在“以赛促学”模式的教学过程中起到非常重要的作用。竞赛计划是实现预期教学效果的蓝图,制定完善的竞赛计划可以使教师跟学生脚踏实地的按照既定步骤实现教学目标。但“以赛促学”教学模式下的竞赛计划的制定存在多角度的影响因素,主要存在以下几个方面:

首先是竞赛难度设置方面,国内大部分高校选修课教学时间设置为一个学期,大约32个学时。在一学期教学活动中,教师不仅要完成常规教学任务,还要把竞赛活动安排进去,具有很大的难度。大学体育选修课学生往往具有运动能力差、排球技能基础差、兴趣较低的特征,因此竞赛的难度应该是循序渐进的,如从降低规则等方面出发,先培养学生的参赛热情,慢慢进行具备完整比赛规则的竞赛。

其次是教学规划方面,以赛促教以赛促学教学过程中的竞赛活动不只是简单的教学比赛,更重要的是教师在教学规划上的协调配合。教师应该完善教学计划、调整授课内容,促使课堂向应用型教学课堂转变,在课堂竞赛活动中将排球运动的技巧和原理传达给学生,从而提升学生应用技术动作的能力。

再者是比赛体系方面,“以赛促学”的竞赛活动需要完善的比赛机制。在教学过程中,应该逐渐将排球理论知识、排球竞赛裁判规则和裁判法渗透给学生。同时教师时刻指导竞赛活动及裁判判罚,对比赛中学生们好的表现进行表扬,需要改进的地方也要及时指出,让参赛者和场下同学及时认识到自己的错误。这样不仅可以提高学生的技战术水平,同时也为竞赛活动培养了潜在的裁判队伍。

3.2 教学流程

教学流程指的是按照教学所需要的方法和规律设计的

教学方案。“以赛促学”模式的排球教学程序具有丰富、多变的特点,它主要包括激发学生参与欲望、营造竞赛氛围和开展“以赛促学”竞赛活动三个方面。

3.2.1 课前准备

教师需要按照当堂课所讲述的内容准备和布置场地器材,也需要课前将授课内容提前告知学生,让学生心里有所准备,还需要按照学生的基础将学生们分组。

3.2.2 教学过程

常规准备性比赛:分配给学生一定的时间,使学生在复习上节课教学内容后,每个竞赛小组由教师指定或随机派出小组成员进行技术比赛。

新授课技战术的比赛:教师示范讲解常规授课内容,给予学生练习时间,教师随时纠正练习过程中存在的问题,教师根据教学内容安排难度适当的比赛。

正式排球规则的竞赛:在正式的竞赛过程中,更容易激发学生学习兴趣、调动学生好胜心。学生也会更加重视自己的技术动作,尽可能地展示自己。正式规则的排球比赛需要教师更加强团队协调配合,教会学生如何与同伴配合、如何互补互助,以培养学生的团结协作精神。

3.2.3 竞赛点评及总结

在竞赛过程中对学生处理球的情况进行分析,给表现好的小组和个人进行表扬激励,对处理球不当的同学进行分析指导,增强学生处理问题的能力,避免再次犯错。完成竞赛后进行放松拉伸,平复学生的身体和心理。对本堂课的知识点进行串联,形成一条线索,让学生们可以回想知识链中的重难点,以此完成本堂课的教学。并展望下节课内容,提醒学生们注意预习、做好准备。

3.2.4 教学效果评价体系构建

建立完善的教学效果评价体系是构建“以赛促学”教学模式的必经之路。首先要构建教学效果评价指标,这关系着“以赛促学”教学模式的顺利开展。“以赛促学”教学模式下的排球选修课考核内容为:平时成绩、比赛和裁判。

表2 比赛促教、以赛促学考核内容及权重

考核内容(%)	平时成绩(%)	比赛(%)	裁判工作(%)
100	10	80	10

4 “以赛促学”教学模式应该注意的问题

4.1 赛前充分热身

在开展“以赛促学”教学比赛之前教师应当组织学生进行充分的准备活动,做好赛前热身准备,避免学生因为全力表现而出现身体损伤。同时体育教师也应当具备相应的损伤处理能力,以便及时处理可能出现的问题。

4.2 控制比赛频率

“以赛促学”教学模式虽然具备相当的诸多优势，但是技能的掌握和应用才是课堂的重点，因此以赛促教、以赛代考教学模式的应用要想取得良好的教学效果，还需要加强比赛频率的控制，避免过于频繁地组织学生参加比赛。

4.3 赛后总结，促进学生学习

“以赛促学”教学模式要注重对赛后总结，具体可采用自由谈话、师生点评或书面总结的形式，这样不断地学习和反思有助于学生更有效地学习排球技战术，使得学生更好地完成比赛。

5 小结

竞技比赛不仅为普通学生提供了一个展示学习成果的平台，还提高了体育教师教学技能实践水平，同时也彰显了学校的办学能力、教育质量。“以赛促学”教学模式虽然适用于高校体育教学工作，但具体的实施过程中还应当引导学生注重过程，注重方法，树立比赛目的不在于胜负的竞赛观。真正实现以比赛促进技能学习，以比赛促进教学水平，为高校体育教学工作提供新思路，为学生落实终生体育观打下坚实的基础。

文 / 刘宗耀（泰州学院，江苏泰州 225300）

作者简介：刘宗耀，男，山东泰安人，泰州学院助教，研究方向：排球教学与训练。

参考文献：

- [1] 潘艺骥.“以赛促教、以赛促学”教学模式在高校健美操课程教学中的应用[J]. 长春大学学报, 2021, 31(4):93-95+100.
- [2] 丁思敏. 广东省普通高校本科体育教育专业排球课程考核标准研究[D]. 广州: 广州大学, 2019.
- [3] 李运. 比赛教学法在高校排球选项课教学中的应用[J]. 运动, 2018(7):102-103.
- [4] 刘杰. 高校排球课考核评价体系构建思路探析[J]. 新西部(理论版), 2014(9):156+32.
- [5] 刘志鹏. 北京体育大学排球运动员专项技能考核指标体系研究[D]. 北京: 北京体育大学, 2012.