

“互助式”教学模式在大学乒乓球课中的实践分析

前言

乒乓球作为我国国球，是一项技能性很强的球类运动，目前它已成为高校体育教育的一个有机组成部分。为更好地促使大学生学好乒乓球技能，提升自身的体育能力与素质，“互助式”的教学模式不失为一种行之有效的方法，将这个科学、合理地应用于大学的乒乓课堂，既可以让大学生认识和掌握乒乓球运动的技能，又可以增强学生的运动精神和综合素质。

关键词

互助式教学模式；大学生乒乓球教学；体育教学

1 在大学乒乓球教学中采用“互助式”教学模式的必要性

1.1 是培育高等人才的客观要求

高等教育的终极目标是为当今社会培养高素质的人才，待学生离开学校后，可以快速适应社会发展的要求，自觉地融入社会，并为社会的发展做出贡献。“合作”是衡量人才素质和能力的重要指标，只有具备良好的协作能力，才能在工作中取得更好的成绩。乒乓球是一项非常有竞争性的运动，运动员可以通过这种方式来锻炼自己的技术和心理素质，而互助式教学能够使学生在练习过程中，摆脱“单打独斗”的恶性循环，培养应有的合作精神，形成当前社会所需要的合作能力。

众所周知，合作精神是现在社会发展衡量人才素质的一个关键因素，而像乒乓球这样具有竞技性的运动项目，不可否认其在培养学生的协作精神方面是非常有效的。在乒乓球课上，教师可以采取“互助式”教学，将合作精神潜移默化地传递给学生，提高他们团队协作的能力，同时也可以让学生在多次的对战中锻炼自己的意志力和精神素质，使他们自身的抗压能力和合作精神都得到极大提升，为以后在社会

的发展打下坚实的基础。

1.2 促进大学生全面发展的现实需要

乒乓球是一种传统的体育项目，它包含了合作和竞争，在中国，乒乓球的普及程度很高，学生的体育基本功也有很大的不同。因此，为了满足教学的客观需要，需要采用互助式教学，让学生们在教学和练习中得到充分的发展。乒乓球是一项技术含量很高的运动，它的落点、旋转等都关系到运动员的技术水平，而技巧的完善和学习的时间也比较长，所以必须通过实践来推动学生技能系统的建立。此外，运用“互助式”教学模式，也是普通高校在乒乓球教学中突出学生“主体”的一种重要方式，它可以有效提升大学生的社会适应能力，使其在行为、思想、情感等各方面都释放出最好的表现，从而促进其身心的全面发展。

除此之外，乒乓球作为一项运动项目，不但可以在球场上进行，还可以在室内、户外进行，既方便又灵活，还能训练学生的反应速度、灵敏度和心理素质。由于大学生的体质、能力各不相同，采用互助式教学方式可以使每一位学生都能更好地掌握乒乓球课上学到的知识，从而取得更好的学习效果。在体育教学中，不同学生的学习能力存在着很大的

区别,而互助式教学方法使得每位同学都能充分地发挥自己的体育能力,并通过相互合作的方式来提高自己的体育技能和社会适应能力,从而有效促进了学生的全面发展。

2 互助式乒乓球教学模式的构建

建构互助式乒乓球教学模式,其主要目的是使传统的“指导式”教学向灵活多变、以合作为主的教学方式转变,使现有的教学资源得到充分利用,凸显“人本主义”的教学理念。传统的乒乓球教学方法,往往使学生在学习过程中处于被动地位,难以掌握技术,从而影响到学生的身心发展。而通过互助式体育教学模式,老师们可以利用各种有趣的体育项目,来提高学生的体育兴趣,使他们更加积极地参与到体育运动中来。

2.1 两个原则和四个结合

在构建互助式乒乓球教学模式时,为了保证互助式乒乓球教学的有效性,并充分发挥互动式教学的真正价值,需要坚持“两个基本原则”。其一,教师应突出乒乓球中的合作精神和文化精神,为学生提供平台,让他们得以体验协作的锻炼方式;在乒乓球的实际学习训练中,通过让学生自己体验乒乓球的技能,加深学生对乒乓球运动的理解,使他们在运动学习中能更好地发挥自己的体育学习能力,也让老师能够有针对性地进行相关的教学指导,不断提高学生们的体育学习效率和效果。其二,以学生为核心,设计互助式的乒乓球教学,尊重不同学生的学习差异,使他们能够在自己的运动基础上,有效地掌握乒乓球运动的知识,充分利用自己的身体素质,积极地指导他人进行运动,促进班级中学生的体育学习和运动精神的培养。

在构建互助式乒乓球教学模式时,还应坚持“四个结合”:一是健身与精神培育相结合,互助式教学模式要与乒乓球的教学目标保持一致,在阐述“健康第一”的指导思想时,要强调培养学生的协作能力和培养乒乓球文化的有效性;二是时效性与选择性的有机结合,互助式教学是一种开放式的教学方式,它需要基于学生之间的特点,充分利用学校的设施和场地,为学生提供一个可以充分协作的学习平台;三是要注重世界性与地方性的结合,充分发挥大学的地域优势,以体育锻炼为载体,加强学校与学校之间的交流,使互助、合作成为常态。

2.2 互助式教学模式教学目标的确认

互助式教学的教学目标主要有两个方面:一方面为课内教学目标,即通过课堂上的有效合作、互助,使学生在学

习和锻炼过程中,对自己目前的能力水平进行评估,并在相互帮助的过程中体会到快乐,从而锻炼自己的身体素质和合作能力;另一方面为课外教学目标,即互帮互助应该是一种“常态化”的教学方式,不仅要体现在课堂上,还要体现在课余的丰富多彩的课余活动中,学生们要通过共同参与多种形式的运动,形成持之以恒的学习兴趣,为培育其终身锻炼的意识奠定坚实基础。

2.3 互助式教学模式下发球的教学

在乒乓球体育的教学过程中,接发球动作的配合练习是其中最为关键重要的,因此在小组互助式教学的乒乓球课程中,老师们可以首先把拥有不同学习能力、性格特点的班级学生拆分为若干个学习小组,使得每个学习小组中的学生之间都能做到互相帮助学习,不存在彼此间不能助学的情况。同时,老师还应根据小组的乒乓球学习状况,制定相应的互助评价体系,让同学们能保持一种良好和谐的乒乓团队精神,互相鼓励帮助,共同去完成一节乒乓课内容的训练学习,并提高学生培养自身良好的体育精神。最后,教师还可以通过组织开展乒乓球相关项目的集体接发球的比赛,让同学们通过比赛来加深友谊,培养学生的团队协作精神和乒乓球体育的运动技巧,真正了解、掌握乒乓球运动的接球技能,以此来增强实施互助式教育活动的实效性。

2.4 互助式教学模式下挑接的教学

这里以乒乓球挑接的教学为例。挑接是接短球的一种经典方式,其特点有反挑接和正挑接,反挑接多出现在横板上,而正挑接则以竖板为主。在教学中,老师们在分组之后,要按照学生的动作习惯,讲解和示范挑球的技巧和要领。在训练的时候,可以先让一个人先练习旋转,另外一个人慢慢地接住球,再由两个人轮流做动作,直到两个人都能熟练地完成动作为止。

2.5 互助式教学的考核

值得注意的是,考核也是保证互助式教学模式有效性的关键要素。目前,一些高校的乒乓球老师为了保证互助式教学的效果,将互助双方的练习成果、运动水准进行同步考核,如果一名选手无法通过,那么另外一名选手的分数也会被扣分,这样的做法,本是为了保证同学们的学习热情,但其实这样的硬性规定会极大地降低同学们的互助热情。互助式教学模式确实要求进行相应的评价方法创新,但评价应该从体育精神、互助态度等方面进行。例如,在完成挑接的训练后,老师要考虑到学员们在接受训练中的反应和行为,再

身体素质和合作精神。因此,广大教育工作者应充分认识到“互助式”教学模式在高校中的必要性,采取多种措施进行有针对性地教学。学校则要为这种合作式教学模式的实施建立专门的乒乓球教学委员会,定期组织比赛,营造一个有利的外部环境,以此来确保这种合作教学模式的有效性。

综上所述,“互助式”的教学模式在高校乒乓球课堂中的运用是非常重要的,它可以有效地提高学生的运动能力、

作者简介: 刘力瑜, 男, 辽宁抚顺人, 东北大学体育部讲师, 研究方向: 体育教育训练学、体育英语语言研究; 曹盛民, 男, 辽宁葫芦岛人, 东北大学体育部副教授, 研究方向: 体育教育训练学、体育人文社会学、体育政策。

- [1] 龚涛. 大学乒乓球课采用互助式教学模式的分析[J]. 当代体育科技, 2016, 6(17): 113-114.
- [2] 曹熙. “互助式”教学模式在大学乒乓球课中应用的实验分析[J]. 体育风尚, 2018(1): 147.
- [4] 徐雪枫. 简论高中乒乓球模块教学中培养学生的竞争意识和合作精神[J]. 运动, 2016(15): 111-112.
- [5] 马孝志. 高校乒乓球教学中加入音乐的可行性分析[J]. 北方音乐, 2017, 37(22): 132-133.
- [6] 梁志成, 周升龙. “小组合作+一对一”在乒乓球模块教学中的应用[J]. 体育风尚, 2018(4): 168.

笔者认为青训发展要依托教育,应体现以人为本、以学生发展为本的基本思路,因此,青少年训练足球期间,不能只关注训练,还需切实加强青少年的文化素质水平,这样才能培养出高素质、高层次的优秀足球后备人才。

随着时代的发展,体育的重要性愈发明显,足球的影响力不可忽视。中国作为世界人口大国,经济实力不断增强,国际地位稳步上升,体育的发展,(相应地)也需要逐步提升,

足球是世界第一大运动，被称为和平年代的“团队战争”，只有重振足球，中国才能更加吻合“世界级强国”这一事实。这也让中国人民意识到足球训练的重要性以及必要性，青训肩负着促进中国足球发展的使命与担当，为持续扩大足球人口、推动足球普及，为中国足球在亚洲乃至世界大赛取得突破，贡献非凡的力量，青训发展正迎来新机遇，但现存的挑战也给发展带来巨大的阻碍，应该得到重视，应持续加大对青训的各项支持，构建中国足球发展的良好生态。

作者简介：蔡克彬，男，福建泉州人，福建师范大学在读本科生，研究方向：足球青训。

- [1] 潘泰陶. 我国青少年足球训练中存在的问题与对策 [J]. 西安体育学院学报, 2003 (2): 80-81.
- [2] 罗冲, 龚波. 新形势下我国校园足球青训体系的内涵、困境与出路 [J]. 武汉体育学院学报, 2019, 53 (4): 80-85.
- [3] 吴家荣. 行为·建构——法国青少年足球训练“顶层设计”之探微与借鉴 [J]. 吉林体育学院学报, 2020, 36 (1): 61-66.
- [4] 龚智敏, 张彦. 顶层设计与制度建设的哲学思考——以中国足球为例 [J]. 江苏省社会主义学院学报, 2018 (1): 78-80.