

排球教学与团队合作技能发展的关系研究

孙铭泽

(西北工业大学马克思主义学院, 陕西西安 710000)

摘要 ▶ 文章讨论了排球运动及其教学对团队合作技能发展的促进作用。通过小组活动、模拟比赛、分工合作、案例分析等方式, 可以有效地促进学生团队合作技能的发展。此外, 鼓励团队成员之间的相互支持和反馈也是建立信任、提高团队协作能力和提升整体表现的关键。因此, 在排球教学中, 应该注重培养学生的团队合作精神和协作能力, 帮助他们更好地掌握排球运动。

关键词 ▶ 排球教学; 团队合作; 技能发展

DOI: 10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2024.08.026

排球运动结合了技巧、策略和团队合作的元素, 使其独具魅力。在排球比赛中, 每个球员都有自己的角色和职责, 而要赢得比赛, 需要每个人的最佳表现, 这就是团队合作的重要性。然而, 团队合作并非一蹴而就, 需要系统的训练和持续的努力。在排球教学中, 教师不仅要注重学生个体技能的培养, 还要关注学生团队合作技能的发展。本研究旨在探讨排球教学与团队合作技能发展之间的关系, 为排球教练和体育教师提供一种新的教学思路和方法。

1 排球运动的特点

排球运动是一种富有激情和技巧性的体育项目, 具有多种特点。一是集体性强, 排球运动需要6名球员协同合作, 每个人的角色和职责都各不相同, 但只有通过团队合作才能取得胜利。这不仅增强了球员之间的默契, 也提高了他们的团队协作能力。二是速度快, 排球比赛中的动作常常是瞬息万变的, 要求球员具有快速的反应和决策能力, 这也使得比赛过程充满了紧张感和刺激性。三是技巧性强, 比如跳发球、鱼跃救球等动作都需要球员具备高超的技巧和体能。四是策略性强, 除了技巧和体能, 策略也是取得胜利的关键, 合理的阵容配置和战术安排可以有效地克制对手的发挥。五是全球性, 排球运动已经风靡全球, 广受欢迎, 通过国际排球联合会组织的比赛, 各个国家和地区的球队都有机会一展身手, 分享排球运动的魅力。

2 排球教学对团队合作技能发展的促进

排球教学在团队合作技能发展方面具有显著的促进作用。首先, 排球作为一项集体运动, 需要球员们在场上密切配合, 协同作战, 这就要求每个球员不仅要具备出色的个人技能, 还需要具备与他人合作的意识和能力。在排球教学中, 教师应注重培养球员们的团队精神和合作意识, 通过教授传球、接发球等技巧, 强调团队配合和协同进攻的重要性。这种教学方式有助于球员们理解团队合作的价值, 并学习如何在比赛中与他人进行有效地沟通和协作。此外, 排球教学还需要注重培养球员们的预测和判断能力。在比赛中, 球员们需要观察对手的动向, 预判对方的意图, 并及时作出正确的反应, 这种能力不仅有助于球员们在比赛中取得优势, 也可以应用到日常生活和工作中, 促进人际关系的协调发展。

3 团队合作技能在排球教学中的重要性

在排球教学中, 培养学生的团队合作精神可以增强他们的凝聚力, 提高比赛胜率。首先, 团队合作技能有助于提高球员们的默契程度。在排球比赛中, 球员们的动作需要精确地配合在一起, 才能发挥出最强的战斗力。通过团队合作训练, 球员们可以更好地了解彼此的习惯和特点, 提升配合的默契程度。其次, 团队合作技能有助于提高球员们的竞技精神。在排球比赛中, 球员们需要相互鼓励、支持和信任, 这

作者简介: 孙铭泽, 男, 在读硕士研究生, 研究方向: 思想政治教育。

种氛围可以增强他们的自信心和斗志。最后，团队合作也可以帮助球员们更好地理解比赛规则和道德准则，提高他们的体育道德水平。

4 排球教学中涉及的团队合作技巧分析

4.1 沟通技巧

在排球教学中，沟通技巧在团队合作中扮演着关键角色。首先，明确的指示和信号是团队沟通的基础。每个队员需要清楚了解自己的角色和职责，以及何时进行传球、进攻或防守，并且使用简单明了的信号进行沟通，确保队友理解并作出相应的反应。其次，及时反馈和报告是团队配合的重要环节。队员在接收到传球后，应及时给予反馈，给出球的位置、力量或其他关键信息。此外，在比赛过程中，队员应定期向教练或队长报告比赛进展、队员状态等信息，以便及时调整策略。最后，鼓励和激励团队成员是增强团队士气的重要手段。在比赛或训练过程中，当团队成员表现出色时，应及时给予肯定和鼓励。当团队面临困难时，应激励成员积极应对，强调团队合作和共同努力。

4.2 协调技巧

在排球教学中，协调技巧是团队合作的重要内容。首先，分工与合作是确保团队运行顺畅的基础。每个队员应根据自身特点和技术水平，明确自己的职责范围，如防守、传球或进攻。同时，队员之间要相互支持，在合适的时机进行换位或补位，确保团队不同位置间的协调运作。其次，空间和时间的掌握是团队运作的关键。在排球比赛中，队员需要对场地的空间进行准确地判断，合理利用场地，避免碰撞或浪费空间。同时，准确的时间掌握能帮助团队在进攻和防守时保持合适的节奏，使整个团队的力量得到最大化发挥。

4.3 决策技巧

在排球教学中，决策技巧同样是非常重要的一环。首先，信息收集和分析是决策的基础。在比赛中，每个队员都需要快速准确地收集关于对手和场地的信息，比如对手的技术、力量、弱点等，以及场地的条件、气氛和其他可能影响比赛的因素，并且对这些信息进行深入分析，以便更好地了解比赛情况。其次，在排球比赛中，机会往往转瞬即逝，需要团队成员能够快速做出决策，无论是传球、进攻还是防守。这种能力需要在不断地训练和比赛中进行培养和锻炼。最后，需要增强对球员适应能力和灵活性的训练。在比赛中，可能会出现各种不可预见的情况，团队成员需要具备较强的适应能力和灵活性，以便根据情况迅速调整策略和

战术。

5 在排球教学中促进团队合作技能发展的策略

5.1 采用小组活动和模拟比赛的方式

在排球教学中，通过小组活动和模拟比赛的方式，可以有效地提升学生的团队协作能力，加强他们对于排球这项运动的理解和掌握。通过小组活动，可以将学生分成若干小组，每个小组内的成员需要共同完成任务或解决问题。如在排球教学中，教师可以组织传球、垫球、扣球等小组活动，要求学生按照规定的方式进行练习，并比较各个小组的完成时间和效果。这样，学生不仅能够提高排球运动技能，还能够培养团队合作意识。模拟比赛也是一种非常有效地促进团队合作技能发展的方式。在模拟比赛中，学生需要扮演不同的角色，承担不同的责任，并与其他团队成员进行协作，不仅可以培养学生的竞争意识，还可以让他们在比赛中体验到团队合作的重要性。总之，小组活动和模拟比赛是促进团队合作技能发展的重要方式，教师可以通过这些方式来培养学生的团队合作意识和协作能力，帮助他们更好地掌握排球这项运动。

5.2 分工合作，培养学生的角色认知

在团队运动中，每个成员都有其特定的角色和职责。首先，在排球教学中，教师可以根据学生的技术和团队需求，分配学生担任不同的角色。例如，让善于进攻的学生作为攻手，专注于扣球和发球，让善于阻挡进攻的学生作为防守手，专注于阻止对方的攻击。通过这种方式，每个学生都能明白自己在团队中的重要性。其次，学生在团队中的角色并不仅仅是在场上担任的角色，还包括他们在场下的领导能力、决策能力、沟通能力和团队协调能力，这些软技能对于团队的成败往往至关重要。教师可以设计一些角色扮演活动，让学生在模拟情境中体验不同的角色，从而增强他们的角色认知。同时，也可以相互分享成功和失败的经验，让学生明白团队中的每个成员的贡献和作用，从失败中学习并取得进步。再次，团队精神是团队合作技能的核心，教师可以定期组织团队建设活动，如户外挑战和拓展活动等，增强团队凝聚力，进一步提高学生的团队合作技能，培养学生的团队精神。最后，排球的技术训练非常重要，通过科学的训练可以帮助学生提高技术水平，促使他们在团队中发挥更大的作用。

5.3 通过案例分析进行战略讨论实践

在排球教学中,为了有效促进学生的团队合作技能,教师还可以采用案例分析的方式进行战略讨论和实践。例如,教师可以选取一些典型的排球比赛案例,包括成功的团队合作和失败的团队合作,通过视频展示和讲解,让学生观察并分析案例中团队成员之间的沟通、协作和配合方式,这有助于学生理解团队合作在排球比赛中的重要性。接下来,教师可以组织学生进行小组讨论,探讨如何在实际比赛中运用团队合作技能。学生可以分享自己的经验和观点,并针对案例中的情况提出有效的战略和技巧。这种讨论方式可以培养学生的批判性思维和沟通能力,同时也能促进团队合作技能的发展。

为了使学生更好地掌握团队合作技能,教师还可以安排一些实践环节。例如,组织学生进行模拟比赛,让学生在实践中体验团队合作的重要性。此外,教师也可以设置一些团队合作训练活动,如接力比赛、团队协作游戏等,以培养学生的团队协作精神和默契度。在教学过程中,教师应注重学生的个体差异,给予每个学生适当的指导和鼓励,对于学生的不足之处,教师应该及时指出并给予正确的指导,以便学生改进。

5.4 鼓励团队成员之间的支持和反馈

在排球教学中,鼓励团队成员之间的支持和反馈是建立信任、提高团队协作和最终提升整体表现的关键。从教学的

初期,教师就应该强调团队成员之间相互支持的重要性,告诉学生每个人都有他的价值和作用,只有通过相互配合,才能使团队配合达到最佳效果。在训练中,应鼓励队员们相互鼓励、互相帮助、共同进步。为了更好地理解队友和对手的位置和动作,教师可以鼓励队员们进行角色扮演和角色互换,这种训练方法可以帮助队员们从不同的角度理解比赛,加深对团队合作的理解。在教学过程中,还应该鼓励队员们提供实时的反馈,包括对自己的表现、队友的表现以及对手的表现,以此加深团队中每个人对比赛进程的理解,并及时调整自己的策略。此外,在教学过程中,教师还应该教授一些沟通技巧,例如,如何有效地表达自己的观点,如何听取他人的意见等。通过这种方式,可以帮助队员们更好地理解彼此,提高团队协作的效果。

6 结语

综上所述,排球运动作为一项富有激情和技巧性的体育项目,具有集体性强、速度快、技巧性强、策略性强和全球性的特点。排球教学对于团队合作技能的发展具有显著的促进作用,而团队合作技能在排球教学中也至关重要。为了促进团队合作技能的发展,教师可以采用小组活动和模拟比赛的方式,培养学生的团队合作精神和协作能力;通过分工合作、案例分析等教学方法,帮助学生建立信任、提高团队协作能力,最终提升整体表现。

参考文献:

- [1] 蔡东玲,林明祥.“自主—合作—探究式教学”在体育院校排球专项课中的应用[J].当代体育科技,2020,10(13):144-145.
- [2] 肖建波.排球教学训练中合作精神的培养模式探究[J].才智,2020(11):26.
- [3] 白宇.合作与探究模式在排球公共课垫球教学中的实验研究[J].灌篮,2021(2):60-62.
- [4] 单毛天.排球教学中个体技能培养与团队合作能力的综合评价[J].网羽世界,2022(28):57-58.