

浅析高职院校排球教学模式的改革

杨茂芬

(重庆三峡职业学院 重庆 404155)

[摘要] 排球运动是很多高职学生都感兴趣和喜爱的运动项目之一,因此对排球的课程改革也受到很多人的关注。过分突出单一的技能教育,忽略学生的个体差异和因材施教,严重影响了学生的全面发展。所以,结合排球运动的特点和高职业院校学生的生理、心理发展特征,阐述对高职院校排球课程的培养目标,让学生在一定的教学时间内,对排球技术有更好的掌握提高。

[关键词] 高职院校;排球教学;模式改革

排球运动是当今广大高职学生喜爱的体育运动,也是社会上开展最广泛的体育竞技项目。高职学生通过对排球技术的学习和掌握,对身体锻炼和社会交往都是有非常大的好处。随着素质教育的全面实施和体育教学改革的不断深化,高职院校的排球课程也在逐渐深入。高职排球教学由以前单一的技术教学,转化为全面培养学生综合素质的方向发展。优良的教学模式有利于提高和改善人际关系,可以培养高职学生的合作能力、实践能力和创新能力。

一、传统的排球教学模式存在的问题

1. 排球技术难度大。在排球技术教学中,排球技术是一项技术复杂、内容较多的体育运动,技术难度大是高职学生学习掌握过程中的客观因素。在排球运动中攻防技术复杂多样,并且攻与防的技术内容两者不是孤立的,它们是相互制约、相互促进的,而在比赛中进攻与防守技术是相互转化的,排球技术的重难点就在于对攻防技术的掌握上。所以,要更加全面的掌握排球攻防技术,对于高职院校的学生要在体育教学有限的时间内掌握这么多技术,是相当困难的。

2. 排球选修课的学生水平普遍较差。根据高职院校学生的现状来讲,其总体表现为:一是广大学生对排球运动喜爱程度比较高,并可以通过学习掌握来提高排球技术水平;二是学生排球技术水平普遍较差;三是有一定基础的学生,技术动作也不扎实,错误动作比较多;四是平时练习的技术动作和比赛中的技术动作,差距非常大;五是学生的身体素质参差不齐,水平低。

3. 传统排球教学模式的影响。传统的排球教学模式主要表现为:一是高职院校对于排球教学大纲没有明确的目标,内容繁多,太注重专业性;二是教学的组织形式和考核方式单一化,兴趣性不高,缺乏创造力,没有积极性;三是在排球教学中,只注重单一技术的练习,缺乏整体的、连贯性的技术动作练习;四是身体素质练习和专业技术练习分离,缺乏针对性和专项性;五是排球练习的目标性不明确,达不到预期的效果;六是偏重了专项技术和身体素质的练习,轻视学生的情感和人品的培养。

4. 排球教学中存在的现实问题。在高职排球教学大纲和教学计划中,内容较多,但实际的教学学时又太少,而高职学生的专业实训时间又很多,所以不能完全保证排球教学的系统性;同时,学生的人数多,练习的场地又小,不能完全照顾所有学生的练习情况;再加上气候原因等外界因素的影响,就很难保证顺利的完成排球教学任务。

二、探索高职排球教学模式的改革与创新

1、明确排球教学内容与重难点。在排球教学中,技术动作

复杂

多样,虽然学生练习起来有一定的难度,但只要学生用心去体会学习,就能感受到各项技术间它们有一定的规律;只要明确和掌握了技术动作的重难点,慢慢的从中体会、掌握,不断练习,就能在一定时间内提高自己的技术水平。

2、对排球技术动作进行组合练习。在排球技术中,技术动作种类很多,内容也十分丰富。在进行排球技术教学中,如果进行单个的技术动作教学,不仅浪费时间,也耗费体力,而且也不利于学生很快吸收和掌握;并且技术动作多了,也导致学生思想混淆。所以在进行排球教学时,采用技术动作合理的组合练习,逐渐增加练习难度,增强练习的游戏性,通过这种合理的、循序渐进的组合练习,可以提高学生的练习兴趣,从而提高学生学习效率。

3、理论与实践相结合。在进行排球教学过程中,把排球理论与技术动作练习结合起来,充分发挥学生的主观能动性,全面提高学生的学习积极性和主动性。把排球理论作为基础,而教师只在技术练习过程中,进行技术指导,这样就能使学生更快、更好地掌握技术动作,提高教学效果。

4、积极培养学生的自我管理能力和自我管理能力。在排球教学中,教师可以通过教学来培养一批排球基础较好的学生,进行单独的训练和指导,使其成为骨干分子,充分锻炼他们的创造力和想象力;并发挥他们的骨干带头作用,从而培养学生的自我管理能力和自我管理能力。而教师只在练习过程中进行指点和点评,帮助学生改正其不足之处。这样就能极大程度上推动了学生的学习积极性和主动性。

最后,为了适应当今社会的需要,培养更多的实用型技术人才,在高职院校的排球教学中,我们需要转变教学观念,合理地运用新的体育教学模式,不断加强体育教师的师资建设,对“终身体育”和“健康第一”的思想进行彻底的贯彻执行。

参考文献

[1]刘文军.高职院校排球教学改革策略研究[J]当代职业教育.2012.05: 50-52.

[2]强卫印.高职院校排球教学应用比赛教学法的分析[J]才智.2016.25: 67.

[3]徐山.快乐体育视角下的高职排球教学研究[J]太原城市职业技术学院学报.2013.12: 55-56.

作者简介:

杨茂芬,女,出生年月:1979年10月24日,毕业学校:重庆三峡学院,学历:大学本科,职称:助理讲师,重庆三峡职业学院。