

排球教学设计研究——基于初中体育学科核心素养

陈轩婷

赣州市第七中学

摘要：随着教育的不断深入，体育教学在培养学生全面发展中的作用日益凸显。排球作为一项集体性、对抗性较强的体育项目，在初中体育教学中占有重要地位。本文旨在探讨如何将初中体育学科的核心素养融入排球教学设计中，以提高教学效果。通过文献综述、教学实践和案例分析等方法，本文首先分析了排球在体育教育中的地位，指出了当前排球教学存在的问题与挑战。随后，本文提出了将初中体育学科核心素养与排球教学设计原则相结合的教学设计框架，并通过对实际教学案例的分析，展示了该框架的应用效果。本文总结了研究成果，并对未来的排球教学设计提出了建议。

关键词：排球教学；体育学科核心素养；教学设计

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2024.04.237

引言

在21世纪的教育背景下，体育教学不再局限于技能的传授，而是更加注重学生核心素养的培养。排球作为一项集身体协调性、团队合作精神和竞技策略于一体的体育项目，在初中体育教学中扮演着至关重要的角色。然而，如何将排球教学与学生的核心素养培养有效结合，仍是一个亟待解决的问题。本研究旨在深入探讨排球教学设计，以期达到提升学生体育学科核心素养的目的。

一、排球在体育教育中的地位

（一）排球运动的特点与价值

排球运动以其独特的技术要求、战术变化及高度的团队协作性著称。其特点主要体现在非接触性对抗、全面的身体素质要求（如弹跳力、速度、力量及灵活性的综合运用）以及对策略与智慧的强调。这些特性使得排球成为一项既能锻炼学生身体又能培养其心智的综合性体育活动。从价值角度看，排球运动不仅能够显著增强学生的体质，提高心肺功能，还能通过团队合作培养学生的沟通能力、领导力及解决冲突的能力，从而促进其社会适应性和情感智力的发展。排球比赛的紧张激烈和不确定性有助于培养学生的抗压能力和积极向上的竞争意识，为学生综合素质的全面提升奠定基础。

（二）排球在初中体育课程中的作用

在初中体育课程框架内，排球不仅是提升学生运动技能、增进身体健康的有效手段，更是落实体育学科核心素养的重要载体。通过系统的排球教学，学生能够在实践中学习并掌握基本的排球技术动作，这些技术的

学习过程不仅强化了学生的基本运动技能，还通过不断的技术练习与战术配合，促进了学生对体育知识与技能的深度理解与应用。排球课程的设置还特别强调体育品德的培养，如尊重对手、公平竞争、团队协作等，这些都是体育品德教育的关键组成部分。通过比赛和训练中的互动，学生能够学会如何在竞争中保持良好的体育道德，这对于塑造学生正直的人格特质具有长远意义。排球运动的规律性参与能有效促进学生形成健康的生活方式，增强其自我健康管理意识，为终身体育锻炼习惯的养成打下坚实的基础。

二、排球教学存在的问题与挑战

（一）当前排球教学的普遍问题

传统排球教学往往侧重于技术动作的机械重复，忽视了情境模拟与游戏化教学的应用，导致学生兴趣不高，学习效率低下。缺乏个性化指导，难以满足不同水平学生的学习需求。排球教学中理论知识的传授与实际技能训练之间存在割裂，学生虽能掌握一定的技术动作，但对于战术理念、规则理解及运动损伤预防等方面的知识掌握不足。教学评价多侧重于学生的技术表现，忽视了对学生体育品德、团队合作能力及运动创造力的评估，未能全面反映体育学科核心素养的培养成效。部分学校排球场地、器材有限，难以满足大规模教学需求，且高质量的师资力量分配不均，影响了教学效果的提升。

（二）教学挑战与学生需求分析

随着学生个体差异的日益显著，如何在统一教学框架下满足不同体能条件、兴趣偏好及学习风格的学生需

求，成为教学设计的一大挑战。学生渴望更多参与感、趣味性高的教学活动，以提高学习动力。在追求技术技能提升的学生对体育品德教育、心理健康引导及团队合作能力培养的需求日益增长，要求教学设计需兼顾技能训练与综合素质培育。数字技术与智能设备的快速发展为体育教学提供了新的可能，如何有效利用现代技术手段辅助排球教学，提升教学效率与互动性，成为当前教学改革面临的重要课题。面对学生体能发展与兴趣变化的动态性，排球教学设计需具备良好的持续发展机制和适应性调整策略，确保教学内容与方法随学生成长而优化。

三、初中体育学科核心素养与排球教学设计原则

（一）体育学科核心素养的内涵

运动能力作为核心素养的首要维度，超越了单一技能的范畴，它强调的是学生在掌握基础运动技能与专项技术的基础上，能够在多变的实际情境中灵活应用这些技能，解决运动实践中的具体问题。这意味着，学生不仅要学会动作，更要学会思考，在动态环境中做出合理判断与快速反应，这种能力的培养对于提升其运动智能及适应复杂运动场景至关重要。健康行为维度，则侧重于引导学生形成有利于身心健康的日常习惯与自我管理。这包括了对个人生活方式的主动调节，如规律锻炼、合理饮食与充足休息，同时也强调了自我监控的重要性，即学生能够自主评估自身的健康状态，并采取相应措施维护和提升健康水平。在此基础上，健康行为的培养还鼓励学生树立预防为主的健康观念，学会识别并避免潜在的运动风险，确保运动安全。体育品德维度，是核心素养中不可或缺的软实力体现，它关乎学生的社会情感与价值观的塑造。体育运动作为一种社会文化活动，为学生提供了学习与实践公平竞争、团队协作、尊重规则等社会准则的平台。通过团队项目的参与，学生能够在相互尊重与支持的氛围中，培养出集体荣誉感、责任感及领导力，这些品质不仅限于体育领域，更是其未来社会交往与职业发展中不可或缺的素质。体育品德的培养，还涉及对逆境的应对与情绪管理，帮助学生在面对比赛胜负、个人挑战时，展现出坚韧不拔的精神面貌与积极向上的生活态度。

（二）排球教学设计原则的构建

首要原则为情境创设与实践导向。排球教学应当模拟真实比赛情境，或与学生日常生活紧密相连，以增强教学的实用性和趣味性。通过模拟比赛、角色扮演等方法，学生能够在接近实战的环境中，不仅学习和巩固排球技术，而且学会如何在瞬息万变的比赛环境中迅速做出判断与决策，从而有效提升其运动能力和问题解决能力。这种情境化教学策略，有助于学生将所学技能迁移至实际生活，促进其终身体育技能的发展。遵循个性化与分层教学原则。鉴于初中生在体能、技能水平及学习风格上存在显著差异，教学设计应体现差异性，实施分层次教学，确保每个学生都能在适宜的挑战水平中学习，从而最大化学习效果。个性化指导策略的采用，能够满足不同学生的学习需求，激励每位学生在原有基础上取得进步，进而推动整体班级的全面发展。融合性教学原则至关重要。在排球技能训练的融入健康知识讲解和体育品德教育，利用项目式学习、角色扮演等多样化教学方式，促使学生在掌握技术的形成正确的健康观念，培养其社会责任感和道德规范意识。这种整合式的教学模式，有助于学生在身体锻炼之外，建立起全面的健康生活观，为成为具有社会责任感的公民奠定基础。技术与教育创新原则不容忽视。利用现代信息技术，如视频分析软件、智能穿戴设备等，进行技能分析与即时反馈，可以显著提升教学的精确度与互动性。这类技术的应用不仅能够激发学生的学习兴趣，还能通过数据可视化帮助学生直观理解自身技能的改进空间，为个性化训练提供科学依据。构建全面评价体系原则。一个综合性的评价系统，应当涵盖技术表现、体能发展、团队合作及体育精神等多个维度，采用自评、互评和教师评价的多元化评价方式，确保评价的全面性和客观性。这样的评价机制能够更准确地反映学生在体育学科核心素养上的进步，同时促进学生自我反思与自我提升，为其持续发展提供动力。

（三）核心素养与排球教学的融合策略

首要策略聚焦于思维能力的培养。通过在排球技能训练中嵌入策略规划与临场应变的思维训练，借助案例分析、战术模拟等教学手段，不仅能够使学生掌握具体的技战术，还能在实践中培养他们的批判性思维与快速决策能力。此策略旨在提升学生在复杂运动情境下的问

题解决与适应能力，为他们提供从理论到实践、从模仿到创新的桥梁，促进高阶思维技能的发展。跨学科融合策略在排球教学中的应用，是深化核心素养理解的重要途径。利用排球运动中蕴含的物理力学原理（如力的传递、动量守恒等）和数学统计分析（如比赛数据分析、成绩预测等），不仅能够丰富学生的知识结构，还能激发他们对科学的兴趣，促进学科间的知识迁移与综合应用能力的提升。这一策略通过解决实际的跨学科问题，有效拓宽了学生的认知视野，深化了对体育运动内在规律的认识，为培养具备复合型知识结构的未来人才奠定了基础。强化团队互动与社会情感技能的培养亦是不可或缺的一环。团队比赛、角色轮换等教学设计，不仅增进了学生之间的沟通与协作，还为他们提供了展示领导才能、增强同理心以及提升抗压能力的平台。通过这些活动，学生在体验成功与失败的过程中学会尊重与包容，形成了积极的团队合作精神和良好的体育品德，为他们在社会生活中展现出良好的人际关系与社会责任感提供了实践基础。自我管理和反思能力的培养策略通过鼓励学生记录训练日志、进行自我技能评估与反思，引导学生学会自我监控、自我调整，促进了健康行为习惯的形成。这一策略强调个体责任与自我驱动学习，使学生在自我反思中不断认识自我、挑战自我、超越自我，为终身体育锻炼与个人全面发展奠定了坚实的心理与行为基础。

四、排球教学设计实践与案例分析

（一）教学设计的实施步骤

明确学生现有的排球技能水平、兴趣偏好及学习需求，结合体育学科核心素养目标，确定教学重点与难点。基于需求分析，设定具体、可衡量的教学目标，涵盖技术技能、健康行为、体育品德等多维度指标。精选教学内容，确保技术动作、战术知识与理论学习相结合，按照由简到繁、循序渐进的原则组织教学序列。采用情境教学、分组合作、游戏化学习等多样化的教学方法，结合智能穿戴设备等技术手段，提升教学的互动性和有效性。设计包含过程评价与结果评价、自我评价与同伴评价的多元化评价体系，确保评价的全面性和公正性。在教学过程中灵活调整教学策略，根据学生反馈及时优化教学活动，确保教学目标的顺利达成。教学结束

后，组织师生共同反思教学过程，总结经验教训，为后续教学提供参考。

（二）教学案例的选择与描述

选取“初一年级排球基础技能与团队合作教学案例”，该案例聚焦于传球、垫球两项基础技能的教授，以及通过小组对抗赛提升学生的团队协作能力。教学设计中融入了情境模拟（如模拟比赛场景），采用小组合作学习模式，每组配备一名“队长”，负责战术布置与队伍协调，同时引入智能手环监测学生的心率变化，科学调控运动强度。

（三）案例分析：教学设计与实施效果

通过技术分解教学与反复实践，大部分学生能够较为熟练地掌握传球与垫球技巧，技能测试合格率较前提高了25%，表明教学设计有效促进了学生技术技能的提升。小组对抗赛的形式极大激发了学生的团队合作意识，队长的角色设置让学生在实践中学习领导与沟通，团队凝聚力与合作效率明显增强，学生问卷调查显示，超过80%的学生认为自己在团队合作方面有了显著进步。结合智能手环的数据反馈，学生学会了根据自身体能状况调整运动强度，养成了良好的运动习惯。比赛中的公平竞争、相互尊重等体育品德得到了充分展现，学生体育品德评价得分平均提升15%，显示了教学设计在培养学生健康行为与体育品德方面的积极作用。

结语

本研究不仅为排球教学提供了新的理论视角，而且通过实证研究验证了教学设计的有效性，为初中体育教学的改革和发展提供了实践指导和理论支持。通过持续的研究和实践，有望进一步优化排球教学，使之成为培养学生核心素养的重要途径。

参考文献

- [1]王崎. 聚焦大单元教学设计的初中体育课堂教学策略探究[J]. 安徽教育科研, 2023(23): 57-59.
- [2]王伟. 贵阳市体育中考改革对初中体育教学要素的影响研究[D]. 贵州民族大学, 2023.
- [3]李继凯. 体育核心素养下的初中体育与健康教学策略研究[J]. 考试周刊, 2023(24): 96-100.
- [4]马丽. “中国健康体育课程模式”下初中排球课程的教学设计与实验研究[D]. 山东: 济南大学, 2022.