

初中体育教学中排球项目的训练思考

曾昭明

江西省吉安市井冈山市古城春风初级中学

[摘要]初中体育教学在新课程标准改革的进程当中占据着越来越重要的地位,在新课标体育教学大纲当中明确提出,教师要把排球运动引入体育课堂,并且要在体育课堂上教授学生掌握排球的基本技术动作。本文主要从以下三个方面对初中体育排球教学展开探究,分别是:设计趣味排球教学环节,组织小组排球训练教学以及加强排球技术训练教学,从而探索初中体育排球教学的有效策略。

[关键词]初中体育;排球教学;教学策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.09.727

排球运动是一项趣味性强,合作性强且具有一定观赏性质的体育运动。在初中体育教学过程当中,初中体育教师应当引导学生主动学习和掌握排球运动的相关技术要领,让学生在体育课堂上掌握排球运动的动作和技巧,培养学生在开展排球运动的过程当中锻炼学生的合作能力,从而引导学生开展更加高效的体育锻炼。

一、设计趣味排球教学环节

开展初中体育排球教学需要初中体育教师能够精心设计好教学环节,引导学生在接触排球运动初期阶段对排球产生强烈的学习兴趣,激发学生的主动学习欲望,并引导学生主动探索排球运动的技术要领,逐步在教师的指导下完成排球运动的基本动作学习。^[1]

例如,在教学排球运动开始之前,教师可以先在室内开展体育课程的教学活动,首先教师可以通过多媒体放映视频的方式来让学生了解排球运动的比赛规则,了解我国排球国家队的发展和成长历史,还可以通过观看知识视频的方式让学生充分了解有关于排球的背景知识,从而有效提高学生的学习好奇心和求知欲望。接着,体育教师还可以先通过视频的方式来让学生了解现阶段的体育课堂上,学生需要掌握的基本动作要领都有哪些,从而让学生做到心中有数,逐步学习排球运动的基本动作。最后,体育教师可以带领学生到室外进行实践练习,让每一位学生都能够亲自感受排球运动的乐趣和魅力,并将学生自己在视频当中学习到的动作和技术要领运用于实践当中。在这一过程当中,教师可以针对学生在练习过程当中出现的一些不够标准的动作进行及时纠正,逐步提高学生的排球技能,有助于完成高效的排球运动教学活动。

二、组织小组排球训练教学

排球运动是一项团队运动,因此在教学的过程当中体育教师也应当组织学生以小组的形式进行排球训练。初中体育教学实践表明,在初中体育排球教学过程当中组织学生进行小组合作学习,有利于提高学生对于排球运动的熟练程度,学生在小组合作学习的过程当中,能够提高自身与队友之间的配合默契程度,有利于逐渐养成善于合作的习惯。^[2]

比如,教师在教授垫球与传球相关动作要领的时候,可以把学生分为若干个体育运动小组,让小组内的学生之间进行互相传球的练习活动,从而引导学生在合作学习的过程当中,加深对体育运动的理解和认识程度,并且对不熟练的动作要领进行反复的练习和训练。体育教师在进行分配小组的时候,要确保每一个小组内成员之间的排球水平相当,在进行排球传球练习的时候需要学生具有良好的垫球能力和垫球基本功。教师可

以根据学生垫球的基本功情况进行合理的分组,使得垫球能力较好的学生在不同的小组当中,并且能够带领更多的学生提高排球技艺。体育教师可以让基本功较好的学生帮助基本功比较差的学生进行正确合理的垫球练习,教师可以在教学和练习的过程当中引导学生能够主动发现运动过程当中所暴露出来的问题,并及时改正错误的方法,帮助学生掌握正确的排球运动技巧,从而充分提高学生在体育课堂当中的主体地位。

三、加强排球技术训练教学

在初中体育排球教学过程当中,教师应当加强对排球技术的教学,让学生通过体育课堂学习掌握正确的排球运动技巧。体育教师可以在体育课堂上首先给学生讲解相关的排球运动理论知识,接着再给学生示范相关的排球动作让学生把理论知识与动作要领相结合,使得学生的练习更加具有针对性,提高学生的学习效率,在体育课堂上要是应当重点讲解发球、垫球、传球以及扣球等等基本的技术动作,让学生能够正确掌握动作要领。

例如,在教学发球动作的时候,首先教师可以通过亲自示范的方式,让学生掌握发球的正确方法和容易出现发球失误的地方,体育教师在进行动作示范之后,可以让学生依次轮流进行发球练习,学生在轮流进行发球的过程当中难免会出现失误的情况,教师可以在学生出现失误的时候来进行集中讲解,同时让学生了解发球的重要作用和地位,让学生在排球比赛当中的地位和作用,让学生能够认真地对待每一次的发球动作,并认真观看教师的动作示范,认真聆听动作讲解,并分析为什么会出现发球失误的情况。

综上所述,创新排球教学有助于增强学生的排球学习和训练兴趣,通过分层教学,有利于满足学生的个体发展需求,充分尊重学生的个体差异性,通过小组合作教学,有助于培养学生的团队合作意识,提高学生的合作能力,在初中体育课堂上有效传达体育精神,同时初中体育排球教学的相关教学方法和教学模式还需要在教学实践当中不断地进行创新和发展,从而更好地适应学生的需求。学校应当对学生的身心健康给予足够的重视,排球运动既能够帮助学生锻炼身体,也能够提高学生的运动技能,发展学生的运动兴趣,最终让学生真正喜欢排球运动。

参考文献:

- [1]余国志.初中排球教学中体育游戏教学法的合理应用[J].神州,2017(05):94-94.
- [2]周淮群.浅析初中体育排球教学的现状及解决策略[J].新课程学习,2015(03):156-156.