

# 进阶教学法在体育教育排球普修课教学中的设计

邓超阳 李南

长春师范大学

**[摘要]**排球能力是体育教育专业必须掌握的专业知识,教师要重视排球运动的教学,对教学方法进行不断的改革和创新。本文主要运用文献资料法,以体育教育专业排球普修课教学为例,通过对进阶教学法的归纳总结,从进阶教学起点、纬度、目标和排球评分标准等方面对进阶教学法在排球教学中的设计进行研究,根据科学性、动态性、顺序性、实证性等四原则构建符合学生认知发展规律的进阶教学体系,从理论认知层面、技术认知层面、战术认知层面来实现学生对排球运动循序渐进的学习,提高学生的运动素养,同时为体育教学一线教师提供参考和借鉴,促进体育运动教学的创新与发展。

**[关键词]**进阶教学;排球教学;进阶路径;排球普修课

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.08.563

排球运动作为集对抗性强、团队配合于一体的体育项目,不仅在普通高校体育选修课中广泛开展,也在大学体育教育专业中占着重要的部分<sup>[1][2]</sup>。提高每一个学生的身体素质是体育课程的核心理念。纵观当前的体育教育专业排球普修课教学,强调技术动作的掌握情况,教学过程程序化,缺乏趣味性,学生排球教学评价不全面、不客观。因此,探究一种因材施教,培养学生对排球学习的兴趣,提高排球技术水平,有效进行身体锻炼,养成终身体育锻炼习惯的教学方法显得十分有必要。

学生的认知发展过程一直是教育界普遍关心的问题。学习进阶是一个描述学生在知识学习和实践活动过程中连续地、更加熟练地发展的框架,这个框架的构建需要了解学习者是如何理解知识以及以何种方式理解这些知识的<sup>[3]</sup>。本文以学习进阶层级模型为指导,对体育教育专业排球普修课教学进行系统分析,通过层次化的任务形式,由简到繁,增强学生的自我效能感与学习自信心,充分发挥学生运动参与的积极性、主动性,为推动新一轮体育课程改革与创新贡献一份力量。

## 1 进阶教学模型

进阶教学法已被科学教育研究者广泛应用在课程、教学等各个领域,正在成为教学内容分析、教学设计等领域的强有力工具<sup>[4]</sup>。梁荣军以浙教版《科学》“化学方程式”为例,基于学习进阶对初中化学进行教学设计<sup>[5]</sup>;马佳宏、韩叙虹以“安培力的方向判断”为例,根据物理核心素养的理念,亦是通过学习进阶层级模型构建知识教学体系<sup>[6]</sup>;杨淑萍、金冬桂、郝渊博以“通过神经系统的调节”为例,基于进阶维度与进阶水平进行分析,构建教学进阶体系<sup>[7]</sup>;柴品芳、陈红君、王爽等人以圆周运动为例,以核心素养、学习进阶为基础进行教学设计<sup>[8]</sup>。

学习进阶的组成可以分为5个要素,见图1所示。进阶起点是指学生在学习课程前就已掌握的知识水平及当时的身体素质水平;进阶纬度表现为学习进阶的内容纬度<sup>[9]</sup>;进阶目标即是课程目标或者进阶终点,表现为符合课程标准中对应内容的目标及教学目标<sup>[5]</sup>;各水平预期表现为评测结果提供

具体的参考指标;特定的评测工具用于追踪学生在进阶过程中的发展情况,评测方法用于对进阶目标进行综合评价。

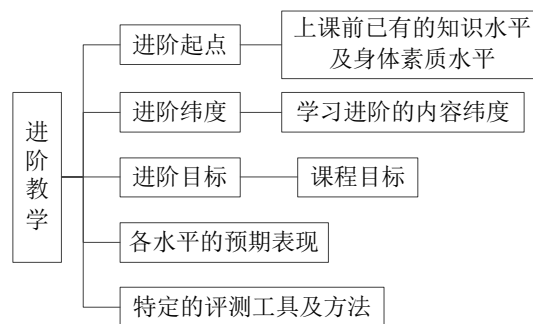


图1 进阶教学法的构成要素<sup>[5][10]</sup>

进阶教学在排球运动课程中的运用,不仅能使使得学生对于排球运动的学习具有连贯性与逻辑性,贯穿于整个排球运动学习过程中,而且也教师优化课程教学提供实际有力的实证数据,以便教师完善与优化排球运动教学的合理性与针对性,从而提高排球运动教学的效果。

## 2 进阶教学体系在体育教育排球普修课中的架构

进阶教学是围绕体育教育专业排球普修课运动为核心,构建对学生关于排球运动基础知识及相关的技术动作、实践能力及战术配合在一段时间内进步、发展历程的教学方法。因此,构建一个较为完善、合理的进阶教学体系需要遵循以下原则:

(1) 科学性,必须依据排球教材、考试大纲等课程性文件对学生的要求进行,做到有据可依;

(2) 动态性,人的成长发展总是呈动态变化的,教学过程中需根据学生的动态变化情况进行及时的调整,灵活地根据学生课堂表现与测评工具进行合理、针对性的教学设计;

(3) 顺序性,由点到线、由线到面、由面到体,这是典型的事物认知规律,亦是进阶教学的重点,以解决知识广而不深、繁杂的问题;

(4) 实证性,构建好的教学体系,需应用到教学实践中检验,验证其合理性。当与预设结果不符时,及时调整优化。

基于上述四个原则，架构体育教育专业排球普修课进阶教学体系。

### 2.1 进阶教学的起点

为达到提高教学效果目的，在排球教学前主要针对学生的身体素质基本情况进行测试，包括50米跑，男1000米跑/女800米跑、立定跳远、坐位体前屈、1分钟俯卧撑，以便更好地了解学生的身体状况，同时对于部分身体素质较强或较弱的学生合理地调整训练计划，满足各层次学习的教学需求，同时减少学生运动损伤风险。

### 2.2 进阶教学的纬度

排球教学的三项基本训练分别是身体训练、技术训练及战术训练。身体训练时掌握高技术的的技术，技术是战术的运用基础，而战术又促进技术的发展与创新<sup>[11]</sup>。因此，从认识对象维度上，可以分为三个方面，包括学生对排球运动的理论认知、对排球运动的技术认知，对排球运动的战术认知，而技术认知与战术认知又能体现身体训练的成果。单一的某个层面认知都无法真正的体会排球运动的精髓与乐趣。

对于体育教育专业排球普修课教学，本研究以基础训练出发，设计如图2所示的体育教育排球普修课教学概念图。进阶纬度根据理论教学与实际训练内容，将学生从理论认知层面、技术认知层面到战术认知层面，实现对排球运动的全面学习，逐步加深。

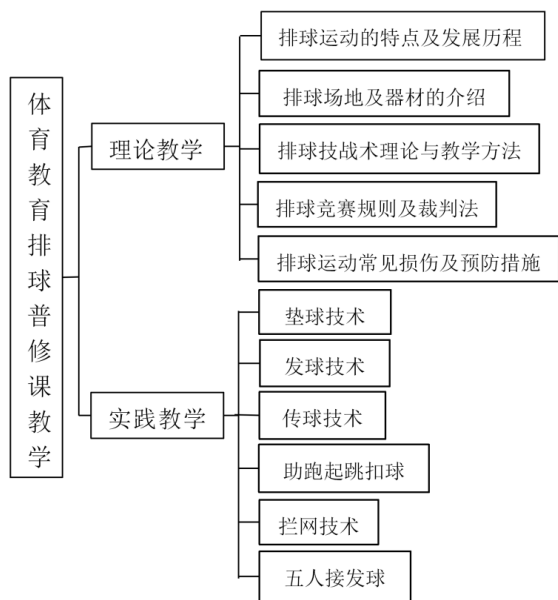


图2 体育教育排球普修课教学概念图

图2清晰地展示了体育教育专业排球普修课教学进程，从理论教学到实践教学，由浅入深，循序渐进地实现学生对排球的学习，引导学生对排球运动的学习兴趣，培养正确的体育观念。理论教学在于排球精神的宣讲，特别是女排精神，引导学习、继承与发扬团结协作、顽强拼搏的女排精神，把排球运动中所蕴含的优秀德育资源转化为立德树人的实践力

量，彰显排球运动的独特魅力，同时让学生对排球运动有一个初步认识，减小运动损伤的可能。实践教学则将排球运动的不同技能作为课程中的不同课堂主导教学，建立不同层次与模块的体育教学活动，主要包括技术层面与战术层面。技术层面涉及垫球、发球、传球、助跑起跳扣球、拦网这五个方面的基础教学，战术层面则是五人接发球训练，锻炼学生的实战协作配合能力。

无论是排球运动本身，还是学生对排球运动的认识、体会，都是经由基础的观感认识，经过单一的技术运动训练，再到复杂的战术运动体系为止的。如果一开始就针对学生进行复杂的战术训练，学生往往是无头绪的、犯难的，最后甚至是厌倦的。如果一开始就针对进行技术训练，没有基础的观感认识、理论认知进行铺垫，学生大多时候无法引起其兴趣，只是枯燥乏味的训练。显然，以对排球运动的基础认识为开始，通过单一的技术运动训练，形成对排球运动的逐步深入，最后进入技术动作组合而构成的战术训练。显然这样的过程逐渐使学生的进阶层级不断提高。

### 2.3 进阶教学的目标

排球教学不是某个人就能完成的，教师在课程中负责教，学生则负责学。根据排球教学大纲，通过教与学的形式结合，使得学生掌握排球运动课程应具备的技能。排球教学的课程目标在于提高学生身体素质的同时，学生的排球技术动作基本满足排球运动要求，掌握正确的垫球、发球、传球、扣球及拦网的技术动作，并能成功完成。

### 2.4 排球基本技术的评分标准

排球的评分标准，参考有关的研究成果<sup>[12][13][14]</sup>，引进基础考试，确定以实践训练技术为主导的排球基本技术评分标准如图3所示，采用百分制。基础考试包括排球运动理论认知考试及50米跑，男1000米跑/女800米跑、立定跳远、坐位体前屈、1分钟俯卧撑测试，与进阶起点进行对比研究。

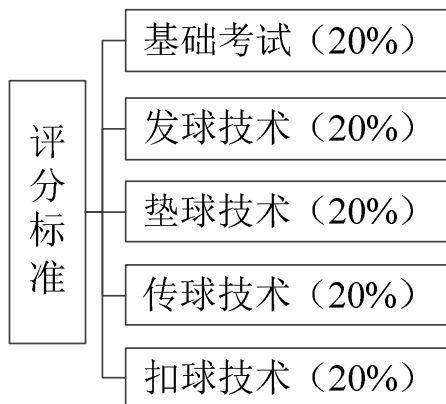


图3 排球教学评分标准

其中，发球的评价方法在于学生在发球区发球，下手发球，将球发到对面场区即可，每名学生在发球5次，每成功发球

一次得2分，根据成功发球个数及动作规范程度进行评分。垫球的评价方法与发球类似，学生成功垫球一次得两分；传球的评价方法学生两两一组，沿着10m场线，相距5m，依次移动传球给对方，直至排球不落地，同时传球个数不少于5次，即为20分，不足则根据传球个数及移动距离评分；扣球的评价方法，学生在指定位置，接考核老师高抛的排球，采用扣球正确的技术动作作助跑，完成扣球动作，成功扣球一次得2分，根据扣球成功次数及动作规范程度进行评分。

### 3 排球教学进阶路径

综上所述，我们得到排球普修课教学的进阶路径，见图4所述。学习进阶并不只是解决学生认知发展路径的问题，它解决的是学生在认知发展过程中的由浅入深的探索过程，加之排球运动中的趣味小游戏，以此引发学生对技术的需求，更有助于学生学习兴趣的提高。从图4不难看出，排球运动教学的进阶过程，从理论认知、技术认知再到战术认知，层级逐步递增，模块环环相连。理论认知引导学生自我思考，完成对排球运动的认识建构；技术认知是基于排球运动实践性，让学生习得基础的排球技能，完成学生对排球运动的技术建构；战术认知是基于排球比赛与团队协作，完成学生对排球运动的战术建构。

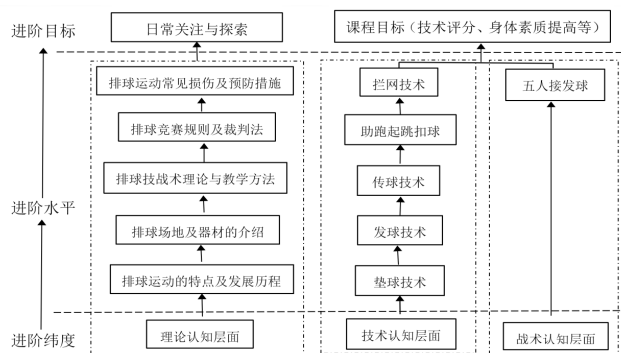


图4 排球普修课教学进阶路径

围绕着体育教育专业排球普修课排球运动教学这一核心

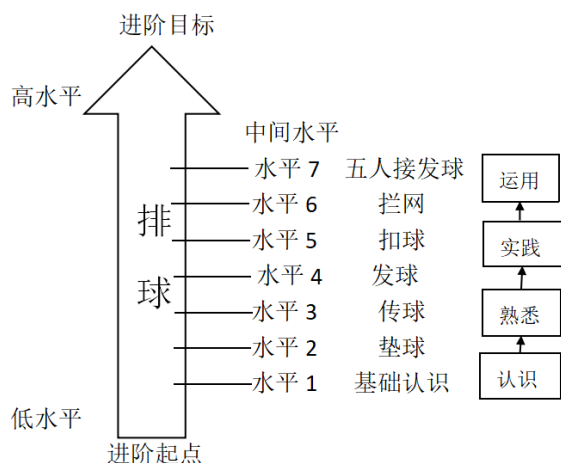


图5 排球普修课学习进阶模型

概念在进行教学时，所遵循的由简单到复杂、互相关联的概念序列就是对高中排球运动这一课程的学习进阶，其模型见图5所示。要构建体育教育专业排球普修课进阶教学，就要明确什么是“阶”。“阶”是学生对排球运动认知过程中的各个落脚点，进阶教学即是从一个个连续的“阶”将排球教学的起点与终点连接起来，实现对排球运动的认识、熟悉，再到实践、运用，并且有助于让教师关注学生对排球运动理解的发展变化，优化课程教学设计。

所设计的体育教育专业普修课排球运动进阶教学体系，将教学内容划分阶层，且在上一个阶层是下一个阶层的基础，层层递进，立足于进阶起点，实现中间层次的逐步突破与拔高，最终达到教学目标。学生从水平1到水平7的进阶，依据中间进阶过程，由易到难，循序渐进地进行水平进阶，培养学生排球运动的综合技术能力，提高学生的运动素养。教师亦是从小任务的教学层面，完成了从学生学习起点到终点的某个或者几个“阶”的教学，学生则完成对排球运动认知学习层面的从起点到终点的“阶”教学。教师在排球运动教学过程中，通过嵌入“阶”及学生学习效果来检测当前“阶”教学的进展，有利于形成学生评价与教学决策优化，课程安排将更合理。

### 4 小结

进阶教学是学生不断学习与理解的补充。对于体育教育专业排球普修课教学，进阶教学侧重于学生运动思维能力的逐渐提升，构建学习进阶体系，符合学生认知发展规律，促进运动素养的连续一致发展。本教学设计将在具体的实践中检验，根据教学对比来优化教学课程设计。进阶教学在体育运动的教学应用研究才刚起步，相关资料较少，需要体育研究人员、一线体育教师共同积极探索，促进体育运动教学的创新与发展。

### 参考文献

[1] 王瑞霞. 普通高中排球选项课应用任务式教学法的实验研究[D]. 天津体育学院, 2016.

[2] 祁燕琴. 普通高校排球教学现状及教学模式的创新[J]. 体育科技文献通报, 2021, 29(05): 65+76.

[3] 翟小铭, 郭玉英, 李敏. 构建学习进阶: 本质问题与教学实践策略[J]. 教育科学, 2015, 31(02): 47-51.

[4] 张玉峰. 基于学习进阶的科学概念教学内容整合[J]. 课程. 教材. 教法, 2019, 39(01): 99-105.

[5] 梁荣君. 基于“学习进阶”的初中化学教学设计——以浙教版《科学》“化学方程式”为例[J]. 化学教学, 2019(06): 44-49+65.

[6] 吴郁芬. 高校进阶式创新创业教育探析[J]. 教育文化论坛, 2019, 11(04): 61-64.

[7] 李守仁, 贾偌, 王承海, 等. 基于“进阶式教学”的

高校图书馆信息素养教育模式实践研究[J]. 教育教学论坛, 2020(52): 190-191.

[8] 柴品芳, 陈红君, 王爽. 基于学习进阶的科学教学设计——以圆周运动为例[J]. 物理教师, 2020, 41(02): 17-20.

[9] 杨云霞. 学习进阶的研究现状[J]. 科教导刊, 2018, (8): 3.

[10] 刘晟, 刘恩山. 学习进阶: 关注学生认知发展和生活经验[J]. 教育学报, 2012, 8(02): 81-87.

[11] 李振华. 长沙市普通高中排球技术的教学方法创新研究[D]. 湖南师范大学, 2014.

[12] 陈云林. 高职院校排球课分层教学法应用[J]. 当代体

育科技, 2020, 10(28): 134-136.

[13] 任璐璐. 长春市高校排球运动课内外一体化教学模式的构建研究[D]. 长春师范大学, 2018.

[14] 陈基婵. 基于自主合作探究教学模式的高校排球技术教学研究[D]. 华中师范大学, 2018.

作者简介:

邓超阳(1997-), 女, 硕士研究生, 研究方向为学科教学(体育)。

\*李南(1981-), 男, 副教授, 博士, 研究方向为学校体育。

基金项目: 2020年吉林省高教科研一般课题(JGJX2020D279)阶段性成果。

(上接第1122页)

设贡献力量。此外, 系统化的传播渠道自然也包括旧媒体, 部分年龄较大的老职工接受新事物和知识的能力较弱, 对于他们而言, 传统的报刊、杂志以及告示栏则要容易接受得多, 因此思想政治宣传教育工作不可抛弃旧媒体, 应当结合新旧媒体, 尽可能地扩大思想政治宣传教育的覆盖面, 进而强化国家主流媒体的发声力度。

### 3. 树立先进典型, 凝聚榜样力量

基于国有企业现状, 开展思想政治宣传教育工作要从基层职工入手, 发挥基层党组织的榜样带头作用, 清楚基层职工的思想认知情况, 了解基层职工所面临的现实难题, 由此制定相应的思想政治宣传教育工作计划, 做好基层的职工的思想工作, 调动积极情绪, 化解现实矛盾, 才能促进国企思想政治宣传教育的顺利进行。为培养思想政治宣传教育的基层“领头羊”, 国企党组织可开展表率评比活动, 根据基层职工的工作成果、生活作风、个人品质等方面的表现进行打分, 或者举办思想政治宣传教育主题文章征集活动, 以此挑选出党性觉悟较高的基层职工, 对其进行表彰, 由此为思想政治宣传教育创造良好态势, 让国有企业职工在潜移默化中提高自身思想觉悟, 抵挡腐败思想的侵袭, 进而做到自我约束、自我升华。基层职工榜样的存在, 既为国有企业思想政治宣传教育指明了努力方向, 也为其他职工的成长展现了另一种可能, 对企业的良好发展前景充满信心, 同时做好了长期艰苦奋斗的思想准备, 跟随党的脚步, 为建设中国特色社会主义社会而奋斗。

### 4. 与时俱进, 丰富思想政治教育工作内容

历史的车轮滚滚向前, 以往的真理应用于现阶段社会也可能是谬论, 因此国有企业党组织要结合社会实际丰富思想政治宣传教育工作内涵, 不断提高思想政治教育内容的普适性。当然, 思想政治宣传教育内容的创新必须以中国特色社会主义思想为前提和依据, 坚持以人为本的理念, 强调

职工群众的主体意识, 针对不同职工对象制定宣传教育计划, 以此增强思想政治宣传教育的感染力, 并且将思想政治宣传教育工作渗透到国有企业生产经营的每个领域和环节, 在同一时间进行安排部署、检查落实以及考核奖惩。此外, 思想政治教育内容不仅要包括马克思主义理论等基础理论, 还要结合中国特色社会主义系列理论, 宣扬民族精神、工匠精神、理想信念, 紧密结合当今社会精神内核, 创建独一无二的国有企业文化, 以此增强职工的社会责任感和历史使命感。

### 三、结束语

面对新形势与新任务, 国有企业应立足新时代, 实现新作为。新媒体背景下国有企业作为发展国民经济的重要力量, 加强思想政治宣教工作是国有企业开展好各项工作的生命线, 准确把握思想政治工作的政治性、群众性、创新性、文化性, 把思想政治工作作为企业党组织一项经常性、基础性工作来抓, 切实提升国有企业思想政治宣传教育质量和功效, 将思想政治工作优势转化成国有企业的发展优势, 推动国有企业高质量发展。

### 参考文献

[1] 朱敏. 新形势下如何建立思想政治工作长效机制[J]. 中国职工教育, 2013(1): 2.

[2] 朱立文. 新时期提升大学生思想政治教育质量有效形式与长效机制研究[J]. 信息化建设, 2016, 000(002): 337-338.

[3] 侯艳梅. 新媒体文化环境下构建企业思想政治教育的长效机制探究[J]. 锋绘, 2020(1): 1.

[4] 刘臻. 新形势下大学生思想政治教育长效机制的构建[J]. 科教文汇(中旬刊), 2014.

[5] 何成, 屠甜. 浅谈如何做好新形势下国有企业宣传思想政治工作[J]. 商业文化(下半月), 2012(04): 82.