

# 导学式和学导式教学法结合运用于高中排球选项课的实验分析

刘翠

南宁市第三中学

**【摘要】**随着社会的不断发展,对于人才的要求也更加全面,健康的身体和心理素质是对人才的必然要求,因此高中的体育教学十分必要,能够为学生的身心健康发展提供有效保障。在高中体育教学中,不仅要训练学生的体育技能,更要注意知识的整体结构和系统学习,使学生在提升体育技能的同时全面学习体育知识,为将来的个人发展奠定良好基础。高中的排球选项课教学中要运用导学式和学导式的教学方法,协调教与学的关系,为知识的讲授和技能的掌握提供科学的方法保障,本文主要分析导学式和学导式教学法的内容、两种教学方法结合的优点、意义、运用过程和实验分析,希望为相关人士提供参考。

**【关键词】**高中排球;导学式;学导式;结合

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6261.2021.09.541

高中阶段学生的身体和心理素质都趋向于成人水平,体育教学中教师应根据学生的需要进行系统性的教学,培养学生的运动能力。因此体育活动和体育教学相结合,运用有效的教学方法对学生理解和掌握所学的体育知识尤为重要。实践证明,导学式和学导式教学法在高中排球选项课的教学中能够起到良好的辅助作用,能够有效促进学生体育水平的提升和体育知识的学习。下面分析导学式和学导式教学法的内涵、意义、运用和实验结果。

## 1 导学式教学法的内容

导学式教学法是以教师为主导,学生为主体,改变传统课堂以教师讲授为主要内容的教学模式,发挥教师的引导作用,将教与学有机统一起来。导学式教学法包括课前导学、提出问题、引导学生根据所学内容对问题进行思考、教师进行讲解、应用所学知识进行训练。这种教学模式有利于在课堂上培养学生善于思考,主动学习的良好习惯,改变教师占据课堂大部分时间的现状,使知识的讲解更加生动具体,提高学生的兴趣和积极性,学会提出问题分析问题解决问题,提高学生的综合素质。<sup>[1]</sup>

## 2 学导式教学法的含义

学导式教学法与导学式教学法相比,更加注重学生的主体地位,在教师的指导下。学生尝试进行自主学习和训练,让学生有机会自己去探索知识的获取过程,学导式教学法强调“学”的能动性,教师为学生提供条件和指导,在高中的排球实践课上,教师可以在技巧讲解后运用学导法引导学生进行练习,实践课上以学生的探索和学习为主要内容,学生在轻松愉悦的氛围中进行独立训练和合作练习。学导式教学法并不是忽视教师的指导作用,教师要观察学生自主练习情况,根据每个学生的特点进行适时引导,使学生的学习效率和效果大大提高。

## 3 导学式和学导式教学法结合在高中排球选项课的优点

导学式教学法在高中排球的技术理论课上进行应用可以使教学更具有系统性和准确性,教师可以将所掌握的技术和技巧要领传达给学生,使学生对技术理论能够做到心中有数,整体把握和理解。但是导学式教学法中学生自主练习和

思考的时间有限,全部运用导学式教学法不利于学生的动手能力和实践能力的发展。学导式教学法是首先由学生进行自主探索,使知识的学习更加灵活主动,学生可以根据自己的实际体验思考技术动作的含义,适应了高中生的身心发展特点,有利于学生创新思维和主动性的培养。但是在体育理论教学中,尤其是较为复杂的技术时,学生的自主探索能力有限,会使探索成果不明显,影响教学进度和学习效果。因此导学式和学导式教学法要有机结合,根据课程特点综合选用,取长补短,促进学生排球理论的掌握和实践技能的提升。在排球的理论课程学习时,教师可以采取导学式教学法,注重教师的“教”,同时充分发挥学生的积极性,以提出问题、小组讨论等形式进行生动的教学。学生掌握了一定的理论基础后,教师可以运用学导式教学法引导学生进行实践练习课,将所学的理论 and 技巧与实践相结合,学生在自主练习时会获得与被动听讲完全不同的直观体验,使学习成果真正转化为自身的实践技能。因此导学式和学导式教学法的结合能够根据教学阶段和目标的不同协调教与学的关系,在理论学习阶段注重“教”,在实践练习阶段注重“学”,使教与学有重点有层次,优势互补,共同促进学生体育能力的提高。

## 4 导学式和学导式教学法结合运用于高中排球选项课的重要意义

导学式和学导式教学法结合运用于高中排球选项课符合新课改的客观要求,体现了学生在课堂中的主体地位和教师的主导作用,改变了以往体育教学中教学方法的不足,保留原有教学优点的同时锻炼了学生的思考能力和创新能力,使教学方法更为全面,注重知识讲授又提高了学生的实践能力,提高了学生的身体素质和综合素质,使高中体育课教学发挥应有的作用,促进高中生的全面发展。

## 5 导学式和学导式教学法的运用过程

### 5.1 导学式教学法的运用过程

在高中排球选项课的理论教学中,教师首先根据教材的内容和学生的学习水平设计导学内容,对教材内容进行分析和处理,导学内容要做到循序渐进,重点难点突出,充分体

现教学目标,紧贴教材内容,知识具有逻辑性和系统性,使学生能够明确学习目标,提高学习效率。还要注重导学内容的启发性,在学生应重点掌握的内容上应进行重点教学,提出问题,学生进行思考解决。在问题的设计上要使学生能够仔细阅读教材进行深入思考,要针对每个学生的特点因材施教,鼓励学生的进步,增强学生的信心。在学生的自主学习阶段教师进行适当的指导,指出学习的重点和难点,引导学生对教材内容进行理解和思考。自主学习后全班进行讨论和交流,对自己学习中的问题进行讨论,教师对这些问题进行讲解和答疑。接下来教师进行详细讲解,对于学生普遍掌握较好的内容简略讲解,对于重点内容和学生讨论中的问题进行详细阐述。讲解完成后教师布置练习任务,学生进行当堂解答,教师可以根据学生的反馈情况进行评价,检验导学效果。导学式教学法各个课堂步骤之间要紧密联系环环相扣,螺旋上升式的增加深度和内容,课前导学为课堂教学提供基础,设置问题增加了学生的动机和兴趣,自主学习培养了学生的自学能力,教师讲解使知识更加系统综合,巩固练习使知识的学习效果更加显著<sup>[2]</sup>。教师针对学生练习中的问题进行精讲,对于大力发球时,球的力量大、速度快、旋转力强,但球的轨迹确定,容易进行判断,接球时对准来球,迅速降低身体重心,手臂插入球下不动,让球自己弹起,击球点较低时也可用翘腕动作击球;对于飘球,球的速度快、不旋转、轨迹不确定,难以判断球的落点,接球时要准确判断落点,快速移动取位,对准来球,主动伸臂插入球下击球,蹬地、提肩、送臂全身力量协调将球击出;对于侧旋球,球的飞行轨迹呈弧线,落点偏向旋转方向一侧,接球时快速移动,对正来球,重心靠近球旋转飞行的一侧,用前臂控制球的旋转方向,左侧旋球身体靠右,右臂抬高,截住球的右侧飞行路线,以控制球的反弹方向;对于高吊球,球的弧线高,从空中垂直下落,速度快,接球时判断好落点,两臂向前平伸,球下落到胸腹间垫击,击球点不要太低。抬臂动作适当,以球自身的反弹力量将球击出。讲解完成后,布置训练任务:每人发球30个争取发成功,照目标发,接球人听信号轮换争取接球成功,垫球到位10次,教师观察记录学生的表现,学生完成练习后,教师根据学生的表现进行有重点的指导。

### 5.2学导式教学法的运用过程

学导式教学法在高中排球实践课中进行运用可以使知识与学生的实践活动结合,提高学生知识应用能力。在课程开始时,教师可以进行技术动作的检验和复习,掌握学生的学习情况,也使学生发现自己实际操作的问题,便于接下来进行相应练习。教师根据每个人的特点布置练习任务,学生进行自主探索和体会。在学生进行自主练习时,教师并不是完全放任不管,教师要对学生的练习方向进行把握和引导,防

止学生偏离主题影响课堂效果。自主学习结束后,全班可以进行分组和总结,学生对自己的心得进行汇报和交流,教师及时做出指导和评价,对有创造性的观点和体会要进行鼓励和支持,引导学生进行纵向比较,肯定学生的进步。

### 6 导学式和学导式教学法结合的实验成果分析

笔者对于导学式和学导式结合在高中排球选项课的教学方法进行了实验,选取某中学高一年级排球选班女生进行身体素质 and 身体机能的测试,结果无明显异常后随机选取20名学生组成实验小组,另外20名学生组成参照小组,实验时间为2020年2月到2021年7月一个学期,教学内容、训练场地和教师相同,实验小组采用导学式和学导式教学方法结合的教学模式,参照小组采用普通教学方式,验证导学式和学导式教学方法对学生体育能力的影响。以正面上手发球、隔网传球和隔网接球为评定标准,实验结果如下表:

实验项目	小组	m±SD (均值±标准差)	T值	P值
发球合格	实验组	3.4±1.0	2.261	0.056
	参照组	2.7±0.8		
传球合格	实验组	18.1±5.7	0.539	0.581
	参照组	17.2±7.1		
接球合格	实验组	3.6±1.2	1.542	0.124
	参照组	3.2±1.0		
发球技术评价	实验组	82.6±9.7	3.287	0.004
	参照组	72.5±6.9		
传球技术评价	实验组	79.5±7.8	2.066	0.051
	参照组	73.6±8.1		
接球技术评价	实验组	78.8±8.5	2.854	0.024
	参照组	70.6±7.3		

从实验结果可以看出除传球合格数量外实验小组和参照小组的实验数据有明显差异,所以可以判断导学式和学导式教学方法的结合对于学生排球技术和体育技能的提高有显著作用。

### 结束语

综上所述,在高中的体育教学中,教师应该更加注重科学教学方法的运用,导学式教学法注重教师的指导作用,可以在理论学习和较为复杂的技术练习时使用,学导式教学法更加注重学生的主体地位 and 创新能力,在实际训练时可以进行使用,在科学的教学方法配合下实现教与学的结合,促进学生体育技能和体育精神的提高,为培养综合素质强,创新能力和知识应用能力水平高的复合型人才提供有力支持。

### 参考文献

- [1]张燕.导学式和学导式教学法结合运用于高中排球选项课的实验研究[D].苏州大学,2010.
- [2]戴林东.学导式教学法在中学排球垫球教学中的应用[J].当代体育科技,2021(1):181-182.