

高职网球趣味课堂的构建研究

刘 真

(聊城职业技术学院, 山东 聊城 252000)

摘要: 随着现代职业教育的升级发展, 体育教育的重要性不断提升。在高职院校网球课程中, 教师应进一步转变传统的教学方法, 为学生打造趣味性的体育课堂, 通过提升学生的运动积极性与参与感, 进而培养学生的终身体育意识, 让学生得以身心健康成长。本文即在此背景下展开研究, 通过分析高职网球趣味课堂的构建意义, 进而提出高职网球趣味课堂的构建策略。

关键词: 高职; 趣味课堂; 网球教学; 策略

在高职院校网球课堂教学中, 教师必须以兴趣建设为首要目标, 通过学生的兴趣与运动习惯养成, 引导学生在日常生活中也能积极参与到网球运动之中, 进而既可以有效提升学生的网球运动技能, 又可以促进学生的体质与体能健康。因此, 构建趣味化的网球课堂至关重要。

一、高职网球趣味课堂的构建意义

(一) 强化兴趣建设

构建趣味课堂是强化学生兴趣建设的基石。所谓趣味课堂, 是教师采用具有激趣效果的教学方法、手段、设备与道具而构建的课程模式, 是培养学生网球兴趣的关键途径。在传统的网球课程中, 教师习惯采用“讲授式+训练式”的教学方法, 即先通过理论讲授, 让学生了解相关的步法、击球方式、节奏把握、进攻技巧等内容, 而后通过实践训练, 让学生不断训练相同的技术动作, 以此加强学生对理论的落实能力。这样的教学方式固然有着良好的训练价值, 但忽视了学生的主观意识, 既不能发挥学生主动参与与探索的能动性, 又会让學生感受到一定的机械化与疲倦感, 久而久之便会影响学生参与训练的积极性。而趣味课堂更注重学生的主观意识与主体行为, 通过多元化的呈现方式、学生的主观交流以及小组之间的合作竞争等方式, 可以改变学生的学习体验, 进而真正将网球作为自己的爱好去学习。

(二) 提升网球水平

兴趣是能力提升的前提。在高职阶段, 学生大多已经有了完善的思维意志与价值判断, 而引导学生花费时间提升能力的基本动力则在于兴趣, 学生只有依托兴趣不断学习, 才能有效提升自己的网球水平。而趣味课堂的构建是培养学生网球兴趣的基础, 其不仅可以通过视听化的呈现效果以及多元变化的教学手段, 避免学生感到枯燥, 而且能够将各种趣味化的元素融入网球技术训练与日常比赛活动之中, 以此让学生保持充足的新鲜感, 进而对于持续化提升学生网球水平具有重要作用。

(三) 促进师生交互

交互是达成教学目标的基本路径。在传统网球课程教学中, 师生之间的关系往往呈现出单向性特征, 即主要由教师向学生传递和表达信息, 学生却无法或者没有途径进行信息反馈。这就导致师生之间的交互不足, 当学生出现疑惑与问题时, 无法通过进一步的交互获得解答; 当教师教学活动结束后, 也无法通过学生的反馈得知实际的教学成效, 由此使得教与学两个活动产生隔阂, 影响了教学目标的有效落实。而趣味课堂的构建更注重学生的主体地位, 无论是小组活动中的学生自主探究, 还是常规教学中的提问与对话, 教师都将为学生提供更多的表达机会, 由此形成师生之间的信息交互, 进而更好地达成教学目标。

二、高职网球趣味课堂构建策略

(一) 转变教学方法, 优化课堂环境

传统的网球课堂教学中, 教师所采用的教学手段比较单一, 学生在学习过程中难以建立兴趣基础, 因而在后续的训练中也难以获得良好的体验与成就感, 这就使得其学习效果不佳, 甚至影响了课堂环境的整体氛围。对此, 教师需要转变教学方法, 通过信息化教学手段与多元教学方法的融合, 为学生创建更具体验感的课堂环境。

首先, 在理论教学环节, 教师应抛弃传统的讲授式方法, 而是采用“理论讲解+案例演示”的直观教学方法。一方面教师可以用专业化的语言讲解其相关技术动作理论, 让学生从专业层面建立基础认知; 另一方面则可以利用多媒体设备, 将相关技术动作理论对应的内容通过实际的网球运动视频进行展示。尤其在真实案例呈现过程中, 教师还可以对视频片段进行慢放, 或者从多个视角方向展示其动作, 并由此利用三维动画进行动作分解演示, 以此通过理论与案例的融合呈现, 可以让学生真正将理论知识融入实际技术动作之中。其次, 在实践教学过程中, 教师则要注重学生的反馈与表达。第一步, 教师应当为学生设置实践训练目标。比如在挥拍动作的训练中, 教师应当要求学生掌握正确的挥拍方法, 保证力道、角度、速度的精确性。第二步, 教师可以从全体学生中选出掌握正确动作的学生, 并以他们为组长设置训练小组, 让学生带领其他同学进行训练。而教师则要进行巡逻与观察, 在发现小组遇到困境或部分学生动作不规范时, 再介入提供指导, 由此确保全体学生都能得到提升。最后, 教师还可以组织分享与交流活动, 让各小组学生进行集体演示训练成果同时提出学习中遇到的疑惑与问题, 由学生与教师共同商讨解决, 以此拉近师生距离, 达到更鲜明的交互效果。

(二) 开展小组对抗, 激发竞争意识

在网球教学中, 除了必要的理论讲解与实践训练外, 教师还应组织学生开展演练活动, 通过实际的对抗过程, 强化学生的真实运动水平。在传统的网球对抗赛中, 教师往往缺乏安排与设计, 将学生进行捉对对抗, 但更容易出现明显的能力差异情况, 使得实际对抗效果不佳。对此, 教师可以将网球对抗训练模式转变为小组对抗形式, 由此进一步提高学生的竞争意识, 并能够基于小组成员进行战术安排。

首先, 教师应根据学生人数进行分组, 每组5人最佳。在分组前, 教师应根据学生的网球能力进行分层, 确保每个小组中包含各层次水平学生的人数保持一致, 以此均衡各小组之间的能力, 形成更高的对抗性。各小组应选择一名组长, 由组长带领小组成员开展日常训练活动, 并安排上阵策略。其次, 在对抗赛开启前, 教师应明确赛事规则。比赛分为小组赛、淘汰赛与决赛三个阶段,

每轮比赛包括两场单打与一场双打,以此确保每组有一名组员轮休或替补。教师可以采用抽签方式将队伍分为两个小组,小组内采取双循环赛制,单打获胜小组得一分,双打得两分,循环结束后得分高的八个队伍进入淘汰赛。淘汰赛采取抽签对抗赛制,败者直接淘汰,胜者进入决赛。最终决赛由四支队伍采取双败赛制,选出最终的获胜小队。通过这样的小组对抗赛趣味课堂教学设计,不仅可以通过专业化的比赛形式提高学生参与的积极性与专注力,而且能够由此为学生提供更多的网球训练平台,让学生愿意将更多的时间用于网球运动之中。

(三) 设计网球游戏,升级训练模式

除了专业性的对抗赛模式外,教师还应为学生提供娱乐化的网球学习与训练空间,以此为网球技能水平较差学生提供收获快乐的渠道,进而将网球运动进一步推广。对此,教师可以掌握网球游戏的设计技巧,以此为学生提供不同的学习体验。

在网球教学中,发球是学生必须学习的关键内容,也是学生学习的一项难点。教师可以将发球训练设计为游戏,以此减轻机械化训练带来的枯燥感。教师可以将学分为两个小组,并采取小组对抗的方式开展游戏。首先,针对发球位置的精准度,教师可以设计“九宫格击球”游戏。教师可以在网球场地上将网球发球的关键落点位置框出,由此构建一个“九宫格”,同时针对九个格子的重要性分别赋分,比如击中一级格子得一分,二级格子得三分,三级格子得五分,由此形成分数差异。在游戏开展进程中,两个小组的学生可以轮流上场,每人进行三次发球,选择分数最高一次纳入小组分数,最终总分最高的小组获胜,而三次发球总分最高的学生个体也会获得“最佳发球员”的称号。教师可以为学生准备网球、球拍、运动防护用具等作为奖品,以此鼓励学生积极参与这样的趣味游戏。其次,针对发球战术与心理博弈,教师可以设计“手抛球”游戏。该游戏采取一对一的对抗模式,其中进攻手采用手抛球的方式模拟发球,通过控制发球的速度、角度与虚实,以降低对方接到球的概率。防护手则采用球拍接球的方式,需要提前对对方的发球角度、速度以及是否为虚晃作出判断,进而顺利完成接球。在该游戏活动中,学生需要更注重心理的把握与揣测,由此可以提高学生的心理品质,进而在真正比赛中更加沉着冷静,能够发挥出真实的水平和技能。

(四) 运用辅助资源,拓展教学形式

在网球趣味课堂建设中,教师还可以借助其他辅助资源构建多元化的教学形式和活动,以此给学生不同的学习体验。

第一,教师可以将音乐与网球训练进行结合。比如在网球步法训练教学中,教师就可以利用多媒体设备为学生播放《兔子舞》等具有强节奏感的音乐,并要求学生按照音乐节奏变换所学的移动步法,比如小跑、滑步、跳步等。在活动初期,教师可以不做具体要求,让学生尽量依据音乐节奏进行运动练习,以此形成更具节奏感的步法与呼吸。当学生掌握一定的步法节奏后,教师则可以将挥拍动作代入步法练习之中,通过大脑中模拟网球对抗过程,将自身的步法融入音乐节奏之中,并保持身体重心的稳定,保持挥拍动作的完整性,以此提高学生的运动水平。第二,教师还可以将各种道具与网球运动结合。比如在模拟对抗赛活动中,教师则可以利用色卡进行指挥。在模拟比赛之前,教师可以为对抗的学生分别设置色卡对应的击球方式,要求学生看到教师切换色卡后,下一次击球则要按照要求完成动作,顺利完成一次则记一分,最后得分高的学生胜出并得到相应的奖励。通过这样的方式,

可以进一步提高学生变换技术动作的能力,并有效提高学生技术动作的完成度,让学生更好地达成训练目标。

三、结语

综上所述,在新的教育背景下,体育教育的重要性不断提升。在高职网球教学中,教师应充分发挥趣味课堂的优势和作用,通过转变教学方法为学生创造良好的课堂环境,通过小组对抗活动与课堂游戏强化学生的训练成果,并通过辅助资源拓展网球教学的形式,以此带给学生趣味化、高效化的学习体验与收获,能够由此达成网球运动技能、体质健康、体育精神以及心理品质的全面发展,让学生的可持续发展素养与品格不断成长。

参考文献:

- [1] 夏有浸,张茂松.高职院校网球专业人才培养模式现状调查研究[J].大学,2021(34):66-68.
- [2] 邓文君.任务驱动教学法在高职院校网球教学中的实施效果研究[D].辽宁师范大学,2021.
- [3] 袁凤敏.影响高职学生网球球感训练因素与策略探讨[J].试题与研究,2019(30):90.
- [4] 邱耀剑.新视域下高职院校开展网球运动分析[J].散文百家,2019(07):206.
- [5] 梁勇建.网球“短网”技术引入高职网球课教学的实验研究——以丽水职业技术学院为例[J].体育博览,2011(19):2.
- [6] 王建忠,刘巧娟,王宝珍.高职院校网球课构建多样化教学内容体系探讨——以石家庄职业技术学院为例[J].石家庄职业技术学院学报,2016,28(6):3.
- [7] 陈明照,邢菁然,阿锦麟,等.高原条件下体能训练对网球运动员竞技水平的影响研究——以云南体育运动职业技术学院网球校队为例[J].冰雪体育创新研究,2021(19):3.
- [8] 王遥,李慧.微课视角下的翻转课堂在高职护理基础护理学教学中应用研究[J].学生电脑,2022(001).
- [9] 刘小龙,邵斐,王宇.高校网球课课堂教学模式的研究与探索——以陕西工商职业学院为例[J].陕西广播电视大学学报,2021,23(1):4.
- [10] 刘旭.以人为本视域下初中数学趣味课堂构建的策略研究[J].课堂内外(初中教研),2021(2):1.
- [11] 周德恒.“互联网+”背景下高职篮球翻转课堂教学模式的构建研究[J].运动-休闲:大众体育,2022(6):3.
- [12] 祝超,王浩,陈虹燕.高职本科创新型课堂构建研究——以安全技术与管理专业“五课堂”为例[J].开封文化艺术职业学院学报,2022,42(7):3.
- [13] 赵娟.翻转课堂模式下立体化学习空间在高职计算机专业课程中的构建与应用研究[J].教师,2021.
- [14] 廉颖华.高职院校团日活动课程体系构建研究——基于第二课堂成绩单视角[J].常州信息职业技术学院学报,2021,020(002):75-78.
- [15] 米琳琳.高职院校智慧课堂教学模式构建研究——以建筑工程技术专业为例[J].黑龙江科学,2021,012(001):72-73.
- [16] 李丹.基于“云课堂智慧职教APP+腾讯课堂”的高职英语在线教学模式构建与研究[J].中阿科技论坛(中英文),2021(11):3.