

高校乒乓球课程教学现状及其优化对策研究

单悦

(山东女子学院, 山东 济南 250000)

摘要: 乒乓球被列为我国终身体育运动项目, 一直深受我国各个年龄层人民群众的喜爱与追捧。在高校, 乒乓球这项体育运动已经成为高校体育课的热门且重点训练项目。然而, 随着大众体育的广泛与深入开展, 高校学生的兴趣开始泛化, 高校乒乓球课程教学面临着前所未有的挑战。在这样极其重要的转型期, 高校必须要立足于课程教学实际存在的问题并且以解决具体问题为抓手, 深入探索更有利于高校乒乓球课程教学优化、改革的有效策略, 从根本上解决高校乒乓球课程现如今面临的教学问题, 提升课程授课质量的同时, 促进乒乓球运动的持续发展。

关键词: 高校; 乒乓球课程; 教学现状; 优化对策

乒乓球作为我国的国球, 其普及程度高, 范围广, 且乒乓球是一项简单易行的体育运动项目, 娱乐性、竞技性与健身性并存, 在高校所有的体育运动项目中, 受到了广大学生的喜爱与热烈欢迎。然而, 目前高校乒乓球课程教学仍然存在着一系列的问题, 严重阻碍了其在大学校园中的推广与普及。因此, 乒乓球课程教学方法亟待优化与创新。

一、高校乒乓球课程教学现存的问题

(一) 教育理念落后, 固有思维限制

由于在很多高校中, 乒乓球课程只是作为体育项目的选修课程出现, 使得教师、学生乃至学校对这项课程的重视程度都不高。且由于学时的限制, 课堂教学内容也只是浮于表面, 并不会深入阐述与乒乓球有关的知识, 如其兴起背景、发展历程、运动原理、技巧动作、评分标准等。正因为如此, 现阶段的乒乓球课程更多的是被看作体育娱乐项目之一, 为了丰富学生的课余生活, 强身健体。另外, 乒乓球课程教学内容通常只注重学生基本功的传授与练习, 而忽略了对学生综合能力的培养, 更没有着重引导学生整体了解乒乓球这项体育运动, 使得很多学生对这一项目失去了学习兴趣, 导致课程教学质量与效率并不理想。

(二) 教学模式单一, 方法手段单调

传统的乒乓球课程教学采用的是教师示范, 学生小组练习, 教师针对问题讲解类似的模式。一方面教师示范动作是否标准与合格, 这个问题尚待考究。另一方面整堂课可能留给学生练习的时间少之甚少, 教师对动作技巧的讲解就占据了大部分的时间。另外, 仅仅依靠教师的口头讲解, 可能有些技巧动作学生理解起来较为抽象、模糊, 这将不利于推进教学的有序进行, 也对学生熟练掌握乒乓球技术要领造成了阻碍。最后, 传统的课堂教学往往教师占据主动位置, 学生则大多时间都是在模仿与学习老师的动作, 这就极大地限制了学生主动性的发挥, 也不利于激发学生的学习欲望。且教师并没有从学生的实际情况出发, 考虑学生具体的学习需求, 这将会大大降低学生掌握乒乓球运动技巧的质量与效率, 更不利于从内心深处激发学生对乒乓球运动的热爱与喜欢。

(三) 教学内容传统, 课程设置不当

首先从乒乓球课程的设置来讲, 在多数高校中, 由于乒乓球

是体育课程中的选修项目, 于是在课程时间分配上有限, 部分学校一周只有一节乒乓球课程。因此, 这就导致学生在有限的时间无法有针对性地训练自己相对较弱的部分, 只能统一训练, 统一学习。另外, 由于课时的限制, 教师并没有办法全面展开对乒乓球知识的普及与全面、科学的教学, 只能有所增减地教学, 导致学生知识体系构建不完全。因为了解不深入, 所以很多学生对这门课程的重视程度并不是很高, 学习兴趣也不足。

其次从教学内容方面来讲, 教学内容单一、传统、落后是现如今乒乓球教学课程存在的主要问题。通常在实际教学过程中, 教师会对动作进行逐一分解讲解, 且进行示范。一方面学生学到的知识是不连贯的, 导致知识应用到实践中也会出现各种各样的问题。另一方面部分教学内容教师并没有做到及时更新, 如评判规则、技巧划分等, 导致学生学到的是一些过时的知识, 即使熟练掌握, 也无法跟上时代进步的步伐。甚至有些时候, 由于教学内容传统且单一, 很多学生的学习兴趣并不高, 甚至部分还会出现厌烦的情绪。这个时候非常不利于教师与学生和谐师生关系的维持与心平气和的沟通, 导致教学进度缓慢, 最终乒乓球课程存在的意义也会被弱化。

二、高校乒乓球课程教学优化有效策略

(一) 更新教育理念, 打破固有思维

先进的教育理念是保障教学质量的根本。特别是在素质教育的大力倡导下, 高校更应该注重学生德、智、体、美、劳的综合发展。针对于乒乓球课程, 教师应坚定素质教育理念, 并且增强创新意识。在日常教学过程中, 不仅要传授给学生与乒乓球有关的基本理论知识, 专业技能技巧, 更应注重培养学生的人文精神、体育素养, 这对于促进我国乒乓球事业的健康发展具有积极作用。此外, 教师应打破传统的教学思维, 教师不再作为课堂的主体, 而变成了课堂的引导者与辅助者, 充分发挥学生学习的主动性, 激发学生学习兴趣。更为重要的是要将实践与理论有机整合在一起, 丰富课堂教学内容的同时, 还能促进学生能力的全面提升。最后, 需要特别强调的是, 教师应充分尊重学生个体之间存在的差异性, 促进学生的个性化发展, 注重学生个性培养。在完全了解学生体育水平的基础之上, 尽量做到因材施教, 分层教学。这样, 每位学生都能在自己的最近发展区获得专业技能的显著提升, 并且有利于为学生营造更为轻松、和谐的学习氛围, 帮助学生建立学习的自信心, 提高学习兴趣。

(二) 创新教学模式, 精选教学内容

要想从根本上调动学生全身心参与教学的积极主动性, 势必需要教师创新教学模式, 以学生的兴趣爱好为契机, 向学生传授更具先进性的知识内容。

多媒体教学法是以网络为媒介的一种新型教学方法。虽然这种教学模式已经被很好的应用到了其他学科的日常教学中, 但是针对于乒乓球课程使用多媒体教学法, 依然处于摸索阶段。因此, 教师应主动积极学习、借鉴其他学科教学成功的经验, 并且善于从中总结失败的原因与教训, 进而将经验教训不断与乒乓球课程

教学完美结合起来,在实践中探寻教学的真谛,寻找更适合乒乓球课程的教学模式。一方面,采用多媒体教学能够丰富课堂教学内容,给学生带来全新的学习体验,充分调动学生眼睛、耳朵、大脑多器官运行,给予学生多元化的情感体验。另一方面,最主要是能够从根本上解决教师示范不标准的问题,学生能够学习到更为专业且科学的技能技巧知识。

例如国家乒乓球代表团以10块金牌的骄傲成绩为2021年东京奥运会圆满画上句号。随着比赛的进行,我国乒乓球主力队员马龙、小将樊振东的名字一次次冲上微博热搜。借此机会,教师完全可以结合教学内容让学生观看相关的视频,师生共同探讨比赛中运动员们用到的技术动作。另外,教师还可以对视频进行消音处理,鼓励学生为视频解说。当然,教师还可以结合具体视频为学生讲解专业技术动作要领并且科普其他国家选手的相关信息。在对动作分析与讲解完毕之后,留给学生自由训练的时候。这个阶段,教师要做的就是实现一对一的指导与训练,具体问题当堂解决,保证学生在较短的时间内熟练掌握动作要领,提升技能水平。

当然除了多媒体教学模式,如小组合作教学法、项目驱动法、游戏教学法等都可以被有效运用到乒乓球的实际教学中,既丰富了课堂教学内容,保证课堂的活跃性,另外从根本上改变了乒乓球课程的教学模式,更易被学生接受,也更有利于深度学习。

(三) 优化考核系统,全面客观评价

基于高校学生乒乓球基础水平的千差万别,个人身体素质也不尽相同,因此,学生评价方法应更倾向于多元化、差别化。一套良好的考核体系,不仅决定着教学的方向,指引着学生有效完成训练,而且还能引导教师客观评价学生,对教学效果有一定的决定性作用。

从整体上来讲,乒乓球课程考核评价方法应遵循三个原则。其一,教师应重过程,轻结果。特别是在素质理念广泛深入的当下,应更注重的是学生乒乓球综合能力的提升,对学生的评价不应只看一次的考试结果。其二,分层评价。每位学生都是与众不同的个体,他们学习的起点不同,受教育程度不同,主观学习条件不同,如果单纯依靠一刀切的评价方式,那么必然会导致评价过程无法关注到每一位学生的实际情况,有违公平性原则。且如果评价结果与事实不符,会严重打击学生练习乒乓球的积极性与主动性,不利于课程的有序推进。其三,重视能力评价。特别是针对于乒乓球类似的体育运动,应将能力视为评价的主要内容。除此之外,还应加入综合素质评价,尤其对于当今时代的大学生,体育素养与体育技能同样重要。

(四) 完善联赛平台,提升综合水平

乒乓球作为一项竞技类的体育运动项目,运动员的竞技水平将与教学质量有直接关系。因此,在日常教学中,教师就应该有意训练学生的竞技能力水平,提高学生比赛意识,加强与其他高校的合作交流,鼓励有能力的学生积极主动参加区域内举办的各种联赛活动。一方面通过比赛能够切实实现以赛促学的目的。学生在比赛中能够熟练将所学知识综合应用到赛场上。另一方面学生在赛场上除了要关注自己实力水平的展现,掌握多种技能技巧的灵活转变,还需要灵活应对一系列突发情况与对手的战术调整,同时有利于拓展学生视野,夯实学生心理基础,促进学生综合水平的全面提升。

(五) 加大资金投入,优化乒乓球场地设施

乒乓球体育教学的开展离不开体育场地以及体育设施的支持,因此,高校想要高质量、高水平地开展乒乓球教学,需要加大对体育场地以及设备的投资力度。首先,高校需要为乒乓球教学的开展提供专用场地,让学生们在课上以及业余时间课进行乒乓球练习,提升学习效果。其次,高校在置办了乒乓球体育场地以及活动器材以后,还需要安排专业的人员对于场地以及设施进行定期保养和维护,避免安全事故的发生。这样可以有效避免教师以及学生在运动的过程中出现人身安全,大大提高了乒乓球运动的保障。最后需要对乒乓设施进行科学合理的管控,除了课堂教学以外,还需要借助学校宣传、社团活动等方式,提高乒乓球场地以及设施的利用效率,防止其成为了摆设。

(六) 加强乒乓球师资队伍的建设

教师是教学活动的指导者,教学各个环节的开展离不开乒乓球教师的支持,乒乓球教师的综合素质直接影响到教学的质量,因此,加强乒乓球师资队伍的建设对于乒乓球教学活动的开展至关重要。提高乒乓球师资队伍的方法有很多。首先,学校需要开展在职培训,即学校定期组织乒乓球教师进行外出学习,借助丰富的教学手段以及教学理论,提高乒乓球教学的技能。其次,高校需要进行外聘,吸引优秀的乒乓球人才进入校园。尤其是那些理论教学以及乒乓球训练双向技能优秀的教师更是聘用的重点,这对于有整个乒乓球师资队伍的提升有着十分重要的意义。最后,学校要健全职称评定机制,为更多年轻教师提供晋升的机会,弥补乒乓球师资队伍中青年教师数量不足的问题。

三、结语

总而言之,虽然乒乓球课程已经基本在我国高校中普及,但是从课程教学现状与结果来看,仍然存在着一些不可忽视的问题直接影响着这项运动的长远发展。因此,为了从根本上解决现实问题,激发学生的学习兴趣,促进学生积极主动的练习,教师首先需要转变教学理念,与时俱进。最重要的还是应从学生的实际情况与运动水平特点出发,有针对性地选择更适合的教学方法对学生的技术、战术以及身体素质进行个性化训练。另外,对学生的心理素质训练也格外重要。只有全方位多角度地提高授课质量,才能促进乒乓球这项运动走得更长远、更扎实。

参考文献:

- [1] 李京生,赵俊华.高校乒乓球课程教学现状与改革措施研究[J].当代体育科技,2021,11(31):77-79.
- [2] 周钟琳.高校乒乓球课程设施现状调查研究[J].文体用品与科技,2020,8(8):140-141.
- [3] 王伟荏.海南高校乒乓球公共课体育教学现状以及应对策略研究[J].数字化用户,2017(19):95.
- [4] 王勇.高校乒乓球教学的现状分析及优化途径研究[J].当代体育科技,2020,10(29):161-163.
- [5] 许庆兵.高校乒乓球运动教学效率提升策略研究[J].当代体育科技,2021,11(17):3.
- [6] 张浩,张振颖,张利.“以学生为中心”的大学生乒乓球课程教学改革研究[J].文体用品与科技,2022(4):3.
- [7] 程含笑.《青少年乒乓球运动技能等级标准》对高校乒乓球选项课教学效果的影响研究[D].上海体育学院,2020.