

# 高校网球教学的创新策略与实践研究

潘红兵

(西南交通大学体育学院, 四川 成都 614202)

**摘要:**随着我国体育运动的快速发展, 网球运动在高校得到了普及和发展。现阶段, 高校学生的可支配时间越来越充足, 他们开始发展自己喜爱的运动项目, 网球运动便是其一。在高校开展网球教学一方面可以丰富学生们的业余生活, 一方面则是可以达到强身健体的目的。但是, 就当前的情况来看, 我国大学网球教育仍有很多问题, 这已经成为阻碍我国网球运动进一步推广和发展的瓶颈。基于此, 本文首先分析了高校网球教学的意义, 然后对其中的一些问题进行了分析, 最后提出了可行性较高的对策, 希望可以为一线教师开展网球教学提供帮助。

**关键词:** 高校; 网球教学; 创新策略

随着经济社会的不断发展, 人们的健身意识有所提升, 参加网球运动的人数也越来越多。自从网球作为高校体育的一门课程之后, 就非常受高校学生的喜爱。但是, 由于我国的网球课程实施的相对比较晚, 因此有很多高校在对网球进行教学的时候会存在一定的问题。要想使高校网球教学可持续发展, 就必须找出当下高校网球教学存在的问题, 并针对其到发现的问题提出有效的措施。

## 一、高校开展网球教学的重要意义

### (一) 全面提高学生体育素养

网球运动不仅能够直接锻炼学生的反应能力, 同时还能够锻炼学生的反应速度, 高校学生通过练习网球, 可以提高他们的身体素质以及运动素养。与此同时, 网球运动还可以提高高校学生的身体协调性。之所以这样说是因为网球运动在操作的过程之中不仅需要对手进行观察, 还需要在观察之后的短时间内制定出一个比较合理的战术。由此可知高校网球教学对于学生体育素养提升来讲是非常有利的。

### (二) 全面提高学生身体素质

什么样的学生可以被称为是优秀的学生呢? 就是既要拥有一个健康强壮的体魄, 同时还要具备优异的文化成绩, 借助网球运动可以给予学生一个强健的体魄。网球运动是一项竞技性的运动, 所以, 在对抗比赛的时候是非常激烈的。在激烈的对抗中, 双方会有大量的体力消耗, 因此, 当网球比赛进入到关键阶段的时候, 运动员的体力以及反应力都会受到很大程度的影响。因此, 网球运动对网球运动员来讲具有较高的挑战性。所以, 在高校里开设网球课程, 可以起到锻炼和提升运动员体质的效果。

### (三) 全面提升学生意志品质

我们都知道, 一名优秀的网球运动员, 在面对分数相对比较落后的时候, 也能够及时地将负面状态调整为最佳水平, 并对对手奋起直追, 最终赢得胜利, 这离不开每一个优秀运动员顽强的意志品质以及良好的心理素质。因此高校开展体育网球教学, 不仅能够对学生的心理素质进行有效的锻炼, 同时还可以使学生形成不怕困难、勇于拼搏、敢于挑战的优良品质。

## 二、高校网球教学目前存在的问题

### (一) 教学场地没有得到合理保障

网球教学能否顺利开展的必备条件之一就是网球场以及网球设施。就目前来看, 有很多高校的网球场建设并不完善, 条件和设施相对比较简陋, 而且并没有安装照明设施, 也没有网

球运动专用的练习墙, 除了这些之外网球运动场地也相对比较小, 根本就到不了体育教学的需求; 还有一些高校随意将水泥地或者是草地修建之后作为学校的网球运动场地, 很少会使用国家规定的标准塑胶网球运动场地; 更有一些高校根本就没有设立专门的网球运动场地。高校教学场地得不到合理的保障, 不仅对网球教学的开展造成严重影响, 同时还将会为高校学生埋下安全隐患。

### (二) 教学观念落后, 教学方式不当

目前, 国内高校的体育课大多是自主选择的教材, 这就导致不同高校的网球教材与教学大纲缺乏统一。因此, 在教学过程中, 教师不能参照统一的标准进行网球教学, 而只能凭自己的经验进行网球教学。而传统体育教学多注重基础理论知识和技巧的传授, 对学生的实践能力、体育素养、终身养成等方面的研究较少, 对其教育的价值也有一定的影响。另外, 目前很多教师在网球教学中采取的是“填鸭式”“条条框框”的教学模式, 学生在课堂上处于被动的地位, 缺乏独立的锻炼机会, 对于网球知识的理解和理解, 长期以来都是比较肤浅的。

### (三) 师资不足, 教师专业有待提高

目前由于我国高校的网球教学起步相对比较迟, 因此不管是在人才的储备上, 还是在师资力量上都相对比较匮乏。部分高校在网球教学的过程中缺乏专业的网球教师。大部分网球教师并不是网球专业毕业的, 都是从其他专业转过来的。因此, 教师在对其进行教学的时候就没有办法实施专业化的训练。师资力量的培养是影响教师教学水平的一个重要因素, 有些学校缺乏体育教研经费, 因此, 网球专业的培训和交流活动很少, 这导致教师不仅缺乏学习的机会, 还缺少严格的管理, 致使部分教师的专业水平和教学水平难以得到有效提升。

### (四) 高校内部对网球运动不够重视

在很多高校中, 网球运动在高校体育运动中的地位远远不如篮球运动、羽毛球运动以及足球运动。网球运动仅仅是作为一门选修课来供高校学生进行选择的。高校对于网球运动的重视程度不高主要体现在以下几个方面。首先是在资源配置上, 很多高校网球教学的场地比较匮乏且没有做到专人维护。其次, 在教学内容上, 缺乏专用的教材, 没有与学生实际学情相适应。最后, 在教学考核上也是一笔带过。这些都导致网球教学质量难以得到有效的提升。

### (五) 班级容量过大

近几年以来, 我国高校学生选修网球的人数越来越多, 但是由于网球教学场地不够, 以及网球教学的师资力量不足, 导致了目前高校网球班学生约 40 余人, 在进行网球授课的时候, 教师很难照顾到每个高校学生, 很难做到一对一辅导, 导致学生在训练中经常出现失误。除此之外, 由于场地狭小、学生众多, 学生在训练过程中往往会注意力不集中, 难以将精力投入到网球的学习中, 这就导致了学生的学习成绩不够扎实, 成绩一直处于初级水平, 最终导致高校学生对网球的学习热情受到极大的影响, 甚至出现了排斥, 这对高校网球运动的可持续发展是不利的。

### (六) 高校学生网球基础薄弱

大多数学生进入大学校园以前很少接触网球, 而且网球技术

复杂,上手速度比较慢,要有很好的耐心,如果要进行系统的学习,就需要很长的时间。但是,目前我国高校内大多数的课时都是有限的,因此,网球课时就会受到一定的限制,有限的课时就会导致高校学生对网球的了解不够透彻,这不仅严重影响了高校学生对网球学习的兴趣,同时还会影响网球教学的质量。

### 三、高校网球教学创新策略

#### (一) 重视课程建设, 创新教学手法

高校网球课程的建设关系着高校网球教学的质量,但从现实情况来看,我国高校的网球课程建设比较滞后,教学方法还需要不断地去创新。在网球教学方面,高校应把握教育改革的大好时机,完善网球课程教学体系,为高校学生跨院、跨年级学习提供方便。其次,采用统一的教材,选择优质的网球教材进行教学,并借助互联网授课的方式开展网上理论教学与辅导,以拓宽网球教学的空间,改善教学质量。在高校网球教学中,教师要切实贯彻素质教育思想,不仅要注重理论知识的传授,还要把网球基础知识、技能教学与课外活动结合起来,有针对性地进行网球教学和培训,促进网球知识与技能的全面发展。在高校网球教学中,要注重教学方法的创新,运用竞赛、合作学习、分层教学、多媒体教学等多种教学手段,使高校学生有更多的自由活动空间,增强教学的灵活性,激发高校学生学习网球的积极性。

#### (二) 重视师资建设, 开展交流和培训

高校网球教学需要教师的大力支持与奉献,因此,培养一支专业素质优良、热爱教学的教师团队是十分必要的。高校要顺应时代潮流发展趋势,结合学校的发展需要,以及学生实际学情,加强对网球师资队伍的建设。为了使高校网球师资结构更加合理,学校应该要引入职业网球教练或者从职业网球队中聘请专门的人员到学校兼职。其次,组织一系列的教研活动、学术讨论会,鼓励高校网球教师积极参加各种在职培训、进修,尤其是在加强对学生的思想政治教育方面上下功夫,强化教师队伍的管理,以提高学生的职业道德水平,为网球教育事业的发展提供强有力的人才支撑。

#### (三) 以提升高校学生的身体素质为教学目标

目前,高校学生参加体育活动的相对时间比较短,没有形成长期、优质的锻炼习惯,导致高校学生的体质下降。高校体育教学的终极目的是提高高校学生的体质,从而保障高校学生的身体健康。因此,高校网球教学应以增强高校学生体质为主要教学目的。除此之外,从立德树人的视角出发,教师还需要将德育融入到课程教学目标之中,在网球运动中培养学生艰苦奋斗精神、顽强品质意志以及积极向上的心理,以此来实现知识、技能、素质的全面提升。

#### (四) 注重网球场馆设施建设, 完善硬件设施

为了能够更好地适应高校网球教学和体育运动的要求,学校要加强体育设施建设,以改善当前的教学条件。首先,要加强对网球运动的投资,使其达到国家规定的水平,提高网球运动的品质;其次,合理安排篮球场、排球场等场地,可以将球场改造为多用途的场地,以解决因场地不足而造成的教学、训练等问题;最后,教育部门要把学校的体育馆建设纳入到学校的考核体系中来,从而促进学校积极开展网球场馆的改造工作。

#### (五) 积极引入教学比赛手段

由于传统的教学方法比较单一,高校学生在学习过程中很难得到快乐,同时也很难激发高校学生的学习兴趣,这就会导致网球课堂气氛低落,教学效果不佳。因此,网球教师必须进行教学

方法的改革,采取行之有效的方法,才能够使高校学生尽快掌握网球的知识以及网球的技术。在这种背景下,如何调动高校学生的学习兴趣就变得尤为重要,例如,网球老师可以采取教学竞赛的形式,积极地利用课堂上所掌握的网球技能开展网球竞赛,从而提高学生的团队精神和协作精神,取得事半功倍的效果。

#### (六) 提高高校对网球教学的重视度

提高高校对网球教学的重视,将会极大地刺激网球运动的潜在力量。高校领导应该对网球运动的发展有一个崭新而深刻的认知,并将其列入到学校的重要课程,优化网球教学资源,构建一套完整的网球教育体系,为其提供充分的支持和发展空间。比如,学校可以将原来的选修课调整为必修课,并且要建立每天的网球教学知识考评点,完善考试评估制度。另外,需要宣传和网球相关的知识,营造优质的校园网球文化,让更多的学生们参与到网球训练中来。这样既可以增强高校学生的学习兴趣,又可以提高高校学生的自信心,提高他们的整体水平,推动学校体育网球事业的蓬勃发展。

#### (七) 重视理论教学

正所谓理论指导实践,所以,在高校网球教学中,学校应给予体育理论课一定的课时。利用多媒体等多种方式,向高校学生们介绍网球的起源以及发展,尤其是针对网球的战术,让高校学生能够有一个初步的动作概念。同时还可以借助视频、微课等内容帮助高校学生了解网球在比赛中使用的战术。这样能够激发高校学生对网球学习的兴趣。除此之外,还应该极地对高校学生进行健康教育,例如预防和治疗运动伤害,使高校学生能够自觉地避免受伤,并对高校学生进行运动常识教育,提高高校学生的身体素质。

### 四、结语

综上所述,网球运动作为一个集娱乐、竞技性和教育性于一体的项目,非常受高校学生的喜爱。作为高校网球教师,应当加强对网球的认知,采取“走出去”的方式,加强与其他教师之间的探讨和交流,以丰富的教学方式和手段增加学生学习兴趣,提高教学质量。本文主要是针对高校网球教学的创新策略与实践进行了研究,在研究过程中,首先提出了高校开展网球教学的重要意义,其中包括了全面提高学生身体素质、全面提升学生意志品质等;然后又提出了高校网球教学目前存在在教学场地没有得到合理的保障、教学观念落后、教学方式不当、高校内部对网球运动不够重视等问题;最后有针对性地提出了一些解决方法,比如重视理论教学、提高高校网球教学的重视力度、重视课程建设、创新教学手法、重视师资建设、开展交流和培训等策略,这将会对高校网球教学的创新奠定一个良好的基础。

### 参考文献:

- [1] 师小康, 石磊. 高校网球教学与训练问题及方法措施 [J]. 当代体育科技, 2021, 11 (06): 52-53+56.
- [2] 颜张雯莉. 试论高校体育网球教学中出现的问题与对策 [J]. 休闲, 2019 (07): 91.
- [3] 黎俊. 浅议高校网球教学中存在的问题及对策 [J]. 才智, 2019 (15): 186.
- [4] 王宇泽. 高校体育网球教学中存在的问题及对策分析 [J]. 饮食科学, 2018 (24): 251.
- [5] 吴宇翔. 高校网球教学中存在的问题分析及提高教学效果的对策研究 [J]. 当代体育科技, 2018, 8 (19): 85-86.