

DOI: 10.12361/2705-0866-05-02-116834

多媒体技术在高校排球训练教学中的应用价值与实践

王思琪

西北民族大学体育学院, 中国·甘肃 兰州 730030

【摘要】现阶段,在使学生全面发展的影响下,各大高校更加重视学生们的体育锻炼情况。随着新课程改革的不断推进、科学技术的突破性发展,各大高校在教学模式上也发生了很大的改革,信息化设备也逐渐走进了课堂,如今多媒体技术在体育训练教学中运用非常广泛,采取多媒体技术进行教学可以有效地提高教学质量和学习效率。通过多媒体教学可以加深学生对排球运动的理论基础,帮助学生掌握排球运动的技战术,进而增强排球训练教学的效果。

【关键词】多媒体技术;排球训练教学;应用价值;实践

Application Value and Practice of Multimedia Technology in College Volleyball Training and Teaching

Siqi Wang

College of Physical Education, Northwest University for Nationalities, Lanzhou 730030, China

[Abstract] At the present stage, under the influence of the overall development of students, colleges and universities pay more attention to students' physical exercise. With the continuous advancement of the new curriculum reform and the breakthrough development of science and technology, great reforms have taken place in the teaching mode of various colleges and universities, and information equipment has gradually entered the classroom. Nowadays, multimedia technology is widely used in the physical training teaching, and the adoption of multimedia technology for teaching can effectively improve the teaching quality and learning efficiency. Through multimedia teaching, students can deepen the theoretical basis of volleyball, help students master the skills and tactics of volleyball, and enhance the effect of volleyball training and teaching.

[Keywords] Multimedia technology; Volleyball training and teaching; Application value; Practice

前言

在科技飞速发展的今天,时代在进步,人们的生活方式在进步,与此同时,教育事业也在蓬勃发展、不断改革,教育的信息化时代的到来也成为了不争的事实。多媒体教学是现代教育当中重要的教学手段,通过利用多媒体技术可以激发学生学习的主动性,加深学生对排球运动的理论基础,更好的掌握排球运动的动作要领,增强身体协调性,有效地提高教学质量和训练效果。

1 高校排球训练教学的特点

1.1 专业性

排球是一项专业性较强、技战术要求较高的运动项目。在日常训练教学中,需要身体做出垫球、传球、扣球等一系列动作时,相互协调、灵活处理,才能高质量的完成一整套排球运动。因此,排球运动对于学生的身体协调能力和灵活性有着较高的要求,做动作的手型、力量控制都有着一定的标准性。另

外,排球运动也非常考验团队的协作能力和配合能力,团队间的默契配合也非常重要,在进行高强度、较复杂的比赛时更需要专业的分析、做出正确的判断,制定相应的技战术,才能取得优异的成绩。

1.2 规范性

排球不仅对参赛者着装、行为、礼仪、规则有着较高的标准,而且对技术动作规范也有着较高要求的一项运动。在排球的日常训练中,主要以进攻和防守技术为主,进攻技术训练包括跳发、扣球、跑位和起跳时机练习等,防守技术训练包括拦网、一传接球和后排接应练习等。在对动作技术练习时,教师需要对各个技术的动作要领、动作要点为学生进行规范化的讲解,学生要在教师的讲解下进行各个动作的规范化训练,才可以建立一个良好的排球技术基础,为后续竞赛和训练注入活力。

1.3 应变性

排球运动对于节奏控制、临场应变能力有着较高的要求。

在排球的训练中,要根据具体情况进行排球落点及轨迹判断、球速控制、位置变换和紧急情况下的“救球”,这需要学生在复杂、快节奏的比赛环境中有着足够快的临场应变能力以及对比赛节奏的控制,保证在应对来球时动作的正确性和准确性,并根据比赛的情况进行合理的技战术调整,从而取得良好的成绩。

2 多媒体技术在高校排球训练教学中的应用价值

2.1 利用多媒体技术,激发学习主动性,提高学习效率

传统的排球教学方式比较乏味枯燥,而高校学生的年龄一般为18-23岁,这个年龄段的学生在生理与心理上发展的愈发完善,具备了自学能力和独立能力。他们经过多年传统教学方式的学习,对传统的教学方法产生不感兴趣、乏味、抵触的心理,而互联网的蓬勃发展使得学生们更加关注网络上的内容,通过多媒体技术恰好可以将理论知识生动形象的展现出来,充分激发学生的学习兴趣,在排球训练后的空闲时间,学生可以通过观看短视频等主动地学习在训练时遇到的问题,结合在多媒体技术中学习的知识,运用到日常的训练中,在巩固基础的同时提高了空闲时间的利用率和学习效率。

2.2 借助多媒体技术,掌握动作要领与技战术要领

排球的日常教学训练包括垫球、传球、扣球、拦网等,这些基础动作都需要教师进行讲解与动作示范,而不少的学生在教师的讲解示范时,不能很好的掌握动作要领,遇到一些疑问,而多媒体技术可以让学生通过观看视频讲解的方式更加直观清晰的理解动作要领,加深动作表象,还可以重复播放直到学生真正理解动作要领,减少错误。另外,通过多媒体技术可以学习到国内外队伍的排球比赛技战术与打法,拓宽学生的视野,并找到适合自身和团队的技战术加以练习,增加队友间的交流,提升默契度,增强学生的排球素养与能力,掌握技战术要领。

3 多媒体技术在高校排球训练教学中的实践

3.1 夯实日常训练教学中的理论知识

由于高校学生的课业繁重,在校时参与体育活动的次数较少,大学生身体素质继续呈现下降趋势,耐力、速度、力量素质均受到影响。而在排球的训练教学中,一个动作是否能正确的完成受到学生的身体协调能力、力量、速度等因素的影响,但排球运动是高强度训练的项目,对技术要求较高,战术变化较复杂,教师不能一味的进行理论知识讲解,因此,要在训练教学时将理论与实践结合起来。在一场比赛或日常训练时遇到问题,体育教师应先给学生讲解理论知识,然后在通过多媒体技术播放教学视频,让学生在听觉、视觉相结合下直观生动地理解遇到问题时该如何解决,加深印象。例如:在训练教学时,学生对于扣球动作做不到位,教师可以采用“言传身教”的方法给学生进行理论知识的讲解与示范。但由于教师用

语言或示范动作若不规范,影响着学生对于扣球理论知识的理解,则会影响学生的学习效果。这时通常可以借助多媒体设备将提前准备好的扣球案例慢动作处理后的视频进行多次播放,让学生深入地学习体会扣球时的击球点、击球时机、起跳时机以及击球动作。多媒体技术的应用,为课堂上传统的教学方式教学时遇到的问题进行了及时的补充,为学生巩固理论知识做出极大的贡献,产生了积极良好的作用。

3.2 掌握排球训练教学中的动作要领

排球运动是一项技术复杂的项目,排球的动作要领是学会并做出一个动作必不可少的部分,一个动作的正确与否,流畅与否都跟动作要领学习是否规范有关。而教师给学生进行动作要领进行讲解示范时,由于学生对排球运动的理解程度、学习效率的不同,会导致部分学生在课堂上无法正确完成该动作,影响课堂教学进度。此时借助多媒体技术进行技术支撑,在具体动作的训练教学时,教师借助多媒体技术将具体动作的专业视频进行编辑处理并讲解,突破学生在动作要领学习时的重难点和误区。例如:给学生讲解排球跳发球动作时,教师通过口头讲解告诉学生跳发球的动作要领,部分同学难以理解并做出该动作,而教师进行动作示范时动作连贯且速度较快,学生无法看清动作轨迹。为使学生看清动作轨迹,教师便可通过相关的示范视频重复播放、慢放、暂停,让学生看清起跳时机、击球点、击球部位、手臂动作轨迹等,然后教师在学生训练时进行针对性的指导,逐步使学生掌握该动作要领,提升学生的排球综合素养。

3.3 直观的学习排球实战中的技战术

排球的技战术是排球运动的基础,更是排球比赛的重要组成部分,一场比赛的成功与否与技战术密切相关,但由于排球的技战术在思维模式上较为抽象,这也是学生不能在比赛中将技战术完美展现出来的原因。在日常训练教学时,教师便可适当借助多媒体设备,例如:给学生播放一段比赛视频,让学生在潜移默化中学习到技战术,提升团队默契度和配合度;在学生练习遇到问题时,让他重复动作并拍下视频,借助多媒体技术将学生的运动轨迹慢放以及动作分解,将每个动作进行强调,使学生清晰的观察到自己运动的路线、动作的顺序以及做出动作的连贯性,让学生发现自身问题,有助于学生更好的理解出现错误动作的原因并及时改正错误动作,为之后的训练或比赛打下坚实的基础。

3.4 利用多媒体技术,丰富训练教学内容

高校学生几乎每天都在传统教学模式下进行学习,较为枯燥乏味,教师在课堂结合多媒体技术,大大提升学生的学习兴趣,丰富训练教学内容,充实课堂。例如:在刚开始上课时结合多媒体设备播放中国女排的比赛精彩剪辑或者排球明星的经典故事作为课程导入,让课堂富有娱乐性,以此舒缓学生心

情, 激发学生的学习兴趣, 让学生在学习中感受排球运动的乐趣, 提高学习效率。另外, 学生平时在网络上或短视频中若发现一些有趣的排球视频或自己难以理解的动作要领以及排球比赛战术策略等, 可以在每次上课时通过多媒体设备播放视频, 让学生与教师共同探讨, 扩大自身的知识面, 激发学生的学习主动性, 同时也考察了学生对排球运动的理解及掌握程度, 教师再根据学生的具体掌握情况, 为学生制订科学、适宜的训练教学计划, 让学生在在这个过程中发现问题、改正错误、提升自我。

4 影响高校排球训练教学的因素

4.1 多媒体教学的硬件设备不完善

多媒体设备是进行多媒体教学的基础, 为多媒体教学的顺利进行提供技术支持。多媒体教学需要众多多媒体设备, 包括投影仪、显示器、摄像机、刻录机以及存储设备等。目前大部分高校对多媒体设备的投入仅限于投影仪和显示器, 录像设备也只在特定的多功能教室才有, 而排球运动的进行一般是在排球馆内, 馆内基本没有投影仪、显示器和摄像机等, 这给信息化的排球训练教学的普及造成了一定的影响。因此, 信息化的排球训练教学需要高校加大资金投入, 为场馆配备智能化、专门化的录播设备, 可以为学生播放幻灯片、视频以及录下他们上课的活动内容, 在训练教学的过程中总结经验, 改善不足。录像后可上传至班级群, 供班级学生观看与总结, 这种方式在极大程度上激发了学生的兴趣, 增强了学生的学习参与度, 引发学生思考, 加强个人对排球动作要领的理解, 从而增强训练教学的效果。

4.2 教师队伍的多媒体技术水平不足

科技的飞速发展, 影响着人们生活的方方面面, 同时也影响着传统的教学模式, 而高校的教师还是比较依赖传统的教学方式, 对现代的多媒体技术不感兴趣, 导致教师缺乏学习多媒体技术的意愿, 思想局限于教材上的知识, 只采取“言传身教”的方式开展排球的教学, 学生只能被动地模仿动作, 不能深入的掌握其内涵, 使学生的思维机械化。教师是教学过程中的主导

者, 自身的教学水平决定着教学质量的优劣, 从而决定着学生学习的效果。因此, 教师不仅要注重自身知识储备, 而且要注重现代教学技术的学习, 熟练掌握多媒体技术, 将所学的多媒体技术适当运用进课堂教学, 提升教师综合素质。例如: 按照班级学生的情况特点设计多媒体课件, 合理制订课堂的重难点, 并在课件内适当加入专业的案例视频, 巩固学生的排球基础, 增强学生的学习兴趣, 提高学生的排球技术水平。

5 结语

综上所述, 多媒体技术在高校排球训练教学的应用, 为传统的课堂教学方式给予了相应的补充, 使学生更形象、更直观地理解排球运动, 理解排球运动的动作要领并给予学生积极意义。因此, 在高校排球的训练教学时, 适当的应用多媒体技术, 可以激发学生的学习主动性, 改变学生固定的思维模式, 使得学生做动作更加灵活、协调。但现阶段, 各大高校在多媒体设备上的投入不足, 教师队伍也较为依赖传统的教学方式, 所以, 需要各大高校加大多媒体设备的投入。合理的应用多媒体技术才能更快地改善学生在传统教学方式中遇到的问题, 才能将我国的排球运动发展的更好、更远。

参考文献:

- [1] 许林林. 刍议多媒体技术在高校排球教学中的应用分析[J]. 当代体育科技, 2019, 9(04): 90-91.
- [2] 王舒. 高校排球训练中多媒体技术的应用[J]. 体育风尚, 2020, 390(06): 160+162.
- [3] 石琼. 浅析高校排球教学与训练中多媒体技术的应用[J]. 文体用品与科技, 2019, 414(05): 112-113.
- [4] 张明, 张明星, 李长泽. 多媒体技术在高校篮球运动训练中的有效运用[J]. 冰雪体育创新研究, 2021, 39(15): 193-194.

作者简介:

王思琪(2000-), 女, 回族, 本科生, 宁夏灵武人, 研究方向: 体育教学。