

# 提升高职体育课羽毛球教学有效性对策

牛艳文

(平顶山工业职业技术学院, 河南 平顶山 467000)

**摘要:** 羽毛球一直是一项适宜大众进行的体育运动, 其具有着强大的魅力以及竞技性, 不仅可以使参与运动人的放松身心, 还能够提升其身体素质、促进其身心健康成长。而且羽毛球运动没有特别强大的对抗性, 所以很多女性也十分喜爱羽毛球运动, 由此可见, 羽毛球运动是一项全民皆宜的体育运动。而伴随着我国建设体育强国的战略实施, 羽毛球运动也正式进入到校园当中, 成为了很多高职体育教学的重要项目。因此, 本文以提升高职体育课羽毛球教学有效性对策为主题进行研究, 其目的是为了能够帮助学生们更好地掌握羽毛球运动技能, 从而助力学生实现身心健康成长。

**关键词:** 高职体育课; 羽毛球教学; 教学有效性

羽毛球相比较其他运动而言, 所需要的场地不大、器械价值不高, 所以很多高职院校都十分喜爱开展羽毛球教学, 想要通过羽毛球教学来推动体育课程的发展, 促进学生身心健康成长。但是一些高职院校体育教师在开展羽毛球教学的过程中却遇到了一些教学方面的问题, 这些问题主要包含三个方面, 分别是教师教学方面、学生运动方面以及场地方面, 如果这些问题不能够得到有效解决, 就会直接影响到羽毛球教学在高职体育课程当中的应用, 无法真实发挥其应有的效果, 最终影响到高职体育课的开展, 不利于学生们的身心健康发展。因此, 找到当下高职体育课羽毛球教学存在的问题, 继而制定出针对性的教学对策, 是促进学生身心健康发展的关键。

## 一、高职体育教学开展羽毛球教学的意义

高职体育课开展羽毛球教学的意义有三, 首先, 羽毛球运动适宜于绝大部分人群, 能够让所有上体育课的学生都参与其中, 这相比较篮球、足球以及排球等运动而言, 具有较强的优势。其次, 羽毛球运动对于学生核心力量的锻炼有着明显的效果, 还能够培养学生移动能力、反应能力等等, 这对于学生身心健康成长起到了很好的作用。最后, 羽毛球作为一种竞技性不是很强、娱乐性较高的体育运动, 能够让参与运动的学生放松心情、减缓压力, 这对于保持学生心理健康起到了很好的作用, 对于高职院校心理健康教育以及思政教学的开展起到了辅助作用。因此, 高职体育教师应该重视起对于羽毛球教学的开展, 结合实际情况来制定出合理地教学策略, 从而推动高职体育课程的创新, 落实我国建设体育强国的战略目标。

## 二、高职体育羽毛球教学存在的问题

### (一) 学生认知不足, 缺乏运动热情

当下高职体育课羽毛球教学存在的首要问题便是学生们对于羽毛球运动认知不足, 缺乏相应的运动热情。这就导致一些高职体育教师在开展教学时, 学生们参与热情不高, 教学质量难以提升。造成这一问题的主要因素在于教师的前期宣传不足, 没有让学生们有效的认识羽毛球运动、爱上羽毛球运动。甚至一些体育教师只是在课堂上简单地介绍一些羽毛球运动便开始相关技巧的教学, 这样的行为会引起学生们心理上的一些抵触, 更加难以实现学生运动热情的有效激发。因此, 高职体育课教师应该找到合适的宣传方式, 让学生们能够更好地认识羽毛球运动, 从而实现学生运动热情的激发, 让学生们能够积极主动参与到羽毛球教学当中, 最终达到提升高职体育课羽毛球教学有效性的目的。

### (二) 教学方式单一, 技巧掌握困难

一些高职体育课教师在开展羽毛球教学时, 单纯地采取演示的教学方式, 通过自己演示相关的技巧动作, 让学生们模仿学习。

这样单一的教学方式不仅会影响到学生们的技巧理解, 同时也无法根据学生们在学习过程中遇到的实际问题来进行针对性解决, 所造成的后果便是学生对于技巧掌握困难, 甚至还会使一些学生丧失对于羽毛球运动的信心, 继而影响到高职体育课羽毛球教学有效性的提升。因此, 教学方式单一是高职体育课羽毛球教学存在的另一个问题。

### (三) 场地利用受限, 运动频率较低

羽毛球运动对于场地要求不是很高是高职院校开展羽毛球教学的主要因素之一, 其适宜性能够适合绝大多数的高职院校, 从而带给学生们较好的运动体验。但是就目前而言, 很多高职院校体育教师在开展羽毛球教学时, 因为场地时间利用的不合理而导致学生运动频率较低, 影响到了学生们对于羽毛球技巧的掌握, 阻碍了高职体育课羽毛球教学有效性的提升。而这一问题的具体表现便是教师们没有明确规定羽毛球场地的使用时间, 导致在上课的时候, 很多羽毛球场地被占用, 无法作为教学使用, 最终影响到羽毛球教学的开展, 不利于学生们的进步成长。

### (四) 活动设计较少, 技术难以提升

除了正常的课程教学之外, 高职体育课教师很少设计开展与羽毛球相关的体育活动或者是比赛, 这样的情况也就导致学生们没有展示自己技术的空间以及机会, 使得学生们的羽毛球技术水平难以得到有效提升, 久而久之就会影响到体育课羽毛球教学的正常开展。除此之外, 活动设计较少还会造成运动氛围较差的情况出现, 从而降低学生们对于参与羽毛球运动的兴趣, 这同样不利于高职体育课羽毛球教学有效性的提升。因此, 高职体育课教师应该积极设计开展一些羽毛球活动, 从而给学生们展示自我、提升自我的有效平台。

## 三、提升高职体育课羽毛球教学有效性对策

### (一) 加强羽毛球运动宣传, 激发学生运动热情

针对于当下一些高职体育教师没有进行前期宣传铺垫而导致学生运动热情难以有效激发的问题, 教师可以通过加强羽毛球运动宣传来解决, 从而让学生们真正的认识羽毛球运动、热爱羽毛球运动, 促使学生们能够以更好的状态参与学习, 推动高职体育课羽毛球教学的正常进行。

高职体育教师在进行羽毛球教学宣传时, 应该分为三步进行宣传, 从而更好地发挥出宣传效果, 做好羽毛球教学开展铺垫。第一步便是进行关于羽毛球运动的相关文化知识, 让学生们能够通过这些内容对于羽毛球运动的起源、发展有一个简单地认识, 明白羽毛球运动是一个怎样的运动形式, 加强学生们对于羽毛球运动的认知。第二步是进行比赛宣传, 相比较枯燥的文字, 激烈且富有变化的比赛是最容易吸引学生目光的宣传内容。因此, 高

职体育教师可以利用信息技术来搜集一些精彩的羽毛球比赛来进行展示,让学生在观看中感受到羽毛球运动的魅力,从而产生学习羽毛球技术、参与羽毛球运动的想法,这对于激发学生运动兴趣有着很好地帮助。第三步便是进行事迹宣传,教师可以将一些学校内组织的羽毛球比赛或者是学校内一些在羽毛球方面有着较强天赋并且取得一定成绩学生的事迹进行搜集展现,教师用学生们身边的例子来吸引学生们的目光、调动学生们的运动热情,让学生们可以真正地对于羽毛球运动产生浓厚兴趣,并且参与其中。通过这三步可以更好地发挥出宣传效用,让学生们能够配合教师积极主动地参与到羽毛球教学当中,从中有效地掌握技巧、获得提升。因此,加强羽毛球运动宣传可以很好地激发学生运动热情,实现高职体育课羽毛球教学有效性的提升。

#### (二) 开展分层式教学方式,助力学生掌握技巧

单一的教学方式也是高职体育课羽毛球教学存在的问题之一,想要解决这一问题,就需要教师能够从实际出发,结合学生们的实际情况来制定出合理地教学策略。结合以上的需求,高职体育教师可以选择分层式教学方式开展羽毛球教学,按照学生们的技术水平、学习天赋来进行合理划分,继而根据不同层次学生的实际情况来制定针对性教导策略,最终实现学生整体羽毛球技术水平的提升,推动高职体育课羽毛球教学的开展。

高职体育课教师在开展分层式教学时,第一步便是合理进行学生能力分层,教师可以根据学生们近几次的课堂表现、技巧掌握情况来进行能力划分。针对于技巧掌握熟练、领会能力较强的学生划分为第一梯队。针对于技巧勉强掌握、领会能力一般的学生划分为第二梯队。针对于技巧未能有效掌握、领会能力较差的学生划分为第三梯队。在划分完毕之后,教师便可以根据每一梯队的实际情况来制定出针对性教学策略。针对于第一梯队,教师应该设计一些对抗性训练,让这些学生们可以将自己所掌握的技巧熟练地运用在实际对抗当中,从而更好地提升其技术水平。针对于第二梯队,教师可以开展合作训练,通过一对一合作来让这一梯队的学生们检查彼此在技巧使用过程中的不足,继而进行相互纠正、相互成长。针对于第三梯队,教师要注重对于他们的个人指导,通过有效的个人指导来帮助他们掌握基础技巧,奠定其今后的学习基础。通过这样的分层式教学可以满足每一个学生的学习需求,从而进一步帮助学生们掌握羽毛球运动技巧,最终实现提升高职体育课羽毛球教学有效性的目的。

#### (三) 加强羽毛球场地建设,提高学生运动频率

对于羽毛球教学来说,场地利用率十分重要,一旦场地利用率较低,就会导致课程开展受到阻碍,最终会直接影响到羽毛球教学有效性的提升。因此,针对高职体育课羽毛球场地方面的问题,高职体育教师需要从加强场地建设以及管理制度完善方面来解决,只有这样才能提高学生们的运动频率,从而让学生们在不断地运动当中提升自身技术水平,实现高职体育课羽毛球教学有效性的提升。

高职体育课教师需要与学校负责人进行有效商议,结合学校的实际情况来进行场地建设以及配套设施完善。针对于一些资金充足的学校,教师应该主张建设室内羽毛球场,因为羽毛球运动受到环境的影响较大,一旦出现风力较大、雨雪天气都不能够在室外进行羽毛球运动。因此,建设室内羽毛球场是最佳的选择,也是提高学生羽毛球运动频率的有效措施。但是针对于一些资金不充裕的学校而言,教师可以选择建设一些室外羽毛球场地,不需要太多的资金注入,只需要相应的场地、配套设施即可,这样

便不会担心资金不充足而导致场地设施不完善的情况出现。其次,教师还需要建立起完善的羽毛球场地管理制度,根据羽毛球课的教学时间来规划羽毛球场的开放时间,让参与课程的学生能够在教学时间内充分利用羽毛球场地进行训练学习,从而帮助其掌握羽毛球技术。除此之外,高职体育教师还应该定期进行场地设施检查,针对于一些出现故障或者是老旧的器材设施进行及时更换,保障羽毛球教学课程可以顺利进行,从而实现高职体育课羽毛球教学有效性的提升。

#### (四) 设计羽毛球实践活动,提升学生技术水平

合理设计羽毛球实践活动,能够让学生们有更多展示自我水平、实现技术提升的机会与途径。同时,这样也可以进一步激发学生们的运动热情,有助于高职体育课羽毛球教学有效性的提升。但是教师在进行羽毛球实践活动的设计时,需要参照学生们的兴趣特点,从而设计出一些符合学生兴趣特点的实践活动,这样学生们才能够积极参与,继而从中实现自身技术水平的有效提升。

高职体育教师在进行羽毛球实践活动设计时,可以从两个方面入手。第一个方面是设计一些趣味性羽毛球游戏活动,让学生们在活动中通过游戏来掌握羽毛球技巧并且获得乐趣,这样既可以提升学生技术水平,又能够激发其运动兴趣,是最佳的实践活动形式之一。例如教师可以设计开展“追羽毛球”的游戏,也就是让学生们自由组成小组,每一个小组有一个成员负责扔出羽毛球,其余的学生迅速根据羽毛球的方向跑动并且接住,接住最多的学生获胜并且得到奖励。这一游戏可以锻炼学生们的反应能力、敏捷性以及合作意识,对于提升学生技术水平有着很好地帮助,类似于这样的游戏还有很多,只要教师可以适当选择,就能够发挥出其应有的效用。第二个方面便是进行相关羽毛球竞赛的设计开展,教师通过设计个人竞赛或者是团队竞赛来让学生们进行参与,学生们在进行直接对抗的过程中,可以更好地感受到羽毛球运动的魅力,并且从中实现自身技术水平的有效提升。高职体育教师通过这两个方面来进行实践活动设计开展,能够给学生们更多展示自我、提升自我的平台,同时也配合了课堂教学的开展,是提升高职体育课羽毛球教学有效性的重要策略之一。

#### 四、结语

总而言之,羽毛球运动作为一项大众运动,非常适合引入到校园当中。但是高职体育课教师在开展羽毛球教学的过程中,应该根据实际教学情况来找到影响羽毛球教学有效性的相关问题以及原因,继而根据这些问题来制定出合理的教学策略,让学生们能够享受到更为优质的教学,从而使学生们更好的认识羽毛球运动、参与羽毛球运动,最终实现高职体育课羽毛球教学有效性的提升,同时也为高职体育课教学创新打开一条新路径。

#### 参考文献:

- [1] 范荣昌. 高职体育课羽毛球教学实效性提升对策 [J]. 吉林省教育学院学报, 2023, 39 (01): 98-102.
- [2] 林涛. 提高高职院校羽毛球教学实效性的策略探讨 [J]. 拳击与格斗, 2022 (08): 40-42.
- [3] 王荣. 高职院校羽毛球教学存在的问题与对策 [J]. 当代体育科技, 2022, 12 (18): 99-101.
- [4] 马艳艳. 体育游戏在高职羽毛球专项教学中的应用分析 [J]. 产业与科技论坛, 2021, 20 (19): 170-171.
- [5] 王小强. 高职院校羽毛球教学与训练方法研究 [J]. 内江科技, 2021, 42 (08): 145+150.