

高校公体课中乒乓球教学改革初探

李 彻

(河南城建学院 河南 平顶山 467000)

摘要: 乒乓球作为我国的国球, 在国际和国内的体育界都占据着重要的位置。不仅如此, 乒乓球以其独特的魅力在高校的公体课中也受到了很多学生的欢迎和喜爱。本文从高校公体课中乒乓球教学的问题出发, 着重探讨了其在教学中存在的问题和解决方法, 希望能为高校乒乓球的教学改革提供更多的思路。

关键词: 高校; 乒乓球; 教学改革

一、乒乓球运动的特点

(一)、乒乓球运动不限制参与者的年龄、性别, 参与人群的范围比较广。而且乒乓球运动只需要一个乒乓球和球拍就可以完成, 无论是在室内还是室外, 都可以随时进行运动

(二)、乒乓球可以一个人打, 也可以组队和朋友一起打, 还可以是一种团体的参与形式。尤其是作为团体项目存在的时候, 不仅可以增强学生之间的交流还可以锻炼学生的团队作战能力和配合能力。

(三)、我们在长期进行乒乓球运动的时候可以不断提高身体素质, 还可以提高身体的协调能力和灵敏度。同时对身体各个机能的提升都有着很好的促进作用。

(四)、长期从事乒乓球运动, 对心理素质的提升也非出有帮助。由于激烈的竞争, 成功和失败的条件经常转换, 参赛学生情绪状态也非常复杂, 参赛者学生经受这些变幻莫测、胜负难料的激烈竞争和锻炼, 体验了种种情绪, 同时, 在比赛中要对对方战术意图进行揣摩, 把握自己的战术应用, 因此使学生的心理素质得到了很好的锻炼。

(五)、乒乓球运动可以促进学生交流, 增加友谊。通过参加乒乓球运动, 可以相互交流经验, 切磋球技, 达到相互学习, 共同提高, 建立良好的同学关系的目的^[1]。

二、高校乒乓球在教学中的现状

一种事物的存在, 有人喜欢就有人不喜欢, 乒乓球也不例外。在高校里, 有的学生喜欢乒乓球运动, 也有学生不喜欢乒乓球运动的, 还有为了凑足学分勉为其难的选修乒乓球的。在对于乒乓球的宣传仅仅停留在教师的讲授上, 平时较少有乒乓球运动历史文化知识, 或者基础技能的系统讲解。这就造成了学生对乒乓球了解不足, 对乒乓球在我国球类运动的地位了解不够, 所以造成了对乒乓球运动的误解, 觉得乒乓球是小球运动, 不如篮球和足球。也因为这些原因, 所以才不去选择乒乓球。

而在乒乓球教学的过程中, 对学生的乒乓球技术有一定的要求, 对学生的身体柔韧性, 灵活性和自身的反应能力都有一定的要求, 有的学生平时不喜欢运动, 身体的灵活性和协调性都不好, 这也造成了教师在教学中的困难。

三、高校乒乓球在教学中存在的问题

(一) 教学形式单一

教师是教学活动的主体, 乒乓球教学的顺利开展, 乒乓球运动的传播和弘扬都离不开教师的作用。目前很多教师还是采用传统的讲解法, 示范法, 然后让学生自己练习, 教学形式单一, 过分的注重教, 而忽视了学, 没有结合学生的特点有针对性地采用教学方法进行教学。

其实大部分学生还是喜欢乒乓球课的, 这一定程度上表明授课教师专业扎实, 基本功强, 对教育工作认真负责。而仍有一部分学生不喜欢乒乓球课, 综合相关的教学经验及研究结果得知, 主要是因为教学形式单一、方法落后。部分教师只会简单的口头传授知识, 机械地让学生进行训练, 而没有创新方法, 形成学生喜欢的教学形式。

(二) 教学中忽视学生个性化发展

据调查显示, 有一半的同学是出于对乒乓球运动的热爱因此选择了乒乓球, 但还有相当一部分同学由于种种原因, 为了修够学分不得不选择这门课程。前者一般都是一些基础相对较好的同学, 而后者则不然。这就使得公体教学课堂出现了学生水平的个体差异, 而且这个差异还相当明显。但是在教学中很多老师并没有注意到这一现象, 没有考虑学生的个体差异, 因此并没有针对性的教学方法。在实践教学中对教师对体育思想的认识不够深刻, 往往只注重学生技术的提高, 教师为主的模式依然存在, 没有结合学生的个性使学生充分理解体育教学和促进学生的个性化发展。

(三) 师资力量不强

很多高校的乒乓球教师, 都是通过转项目从事乒乓球教学的, 专业乒乓球教师的占比很低, 这也造成了这部分教师无论是专业的理论知识还是技能都受到一定的限制, 在教学中, 不能给学生科学的指导和帮助。而乒乓球教学的进修与培训的机会也非常有限, 知识的更新速度也很慢, 也对乒乓球教学的教学质量具有一定的影响。还有就是, 很多高校还是传统的教学观念, 对学术比较重视, 课程设置较多, 学业水平考查也比较严格, 但是对于体育教学, 课程设置相对简单, 考核制度不够科学严谨, 导致有些学生的积极性不高, 对体育选修课程不够重视。简单随意上课, 敷衍应对考试, 缺勤、请假更是时常发生。部分乒乓球教师受传统教学观念影响, 对学生的要求较低, 在乒乓球教学中不愿花费过多的精力, 对教学缺乏研究, 较少提升自己的专业素养。

(四) 教学考评体系不完善

在乒乓球教学考核中, 都是把学生视作同等水平进行考核的, 这对于不同基础的学生来说是非常不公平的。基础较差的学生起步晚水平低, 考核中也很难得到好的评测, 基础好的学生很多有多年的练习基础, 水平高所以得到的测评结果也高。这种考核方式没有对学生的个性化差异进行考量, 会大大降低学生的学习兴趣, 也会造成评价的不合理。在测评中, 可以根据学生的不同水平制定分级测评的方法, 再结合学生日常再课堂的表现, 比如出勤情况和课堂参与度等等进行综合评测。最后, 在课程结束的时候, 让学生对自己乒乓球课程的学习进行自我总结, 形成书面文字存档, 有利于教师有针对性地改进教学方法。如果教师只是单一地考核教学成绩,

一味追求成绩,也很难教出个性鲜明、全面发展的学生。因此,完善评价考核方式对于提高乒乓球教学质量十分重要^[1]。

四、高校乒乓球教学改革方法

(一) 培养学生的乒乓球学习兴趣

因为了解所以热爱,如果对乒乓球运动缺乏了解,又怎么能爱上乒乓球运动呢?在教学的过程中,教师应该加强学生对乒乓球运动的了解,知道我国乒乓球运动的发展历史和对于我国的重要意义,培养学生的民族自信心和使命感。这样,乒乓球就不仅仅是一项运动,还是我国国民精神的一种体现。以此增强乒乓球的感情色彩,提高学生的学习兴趣。教师还可以根据每个学生的实际情况及不同学生的特点,采取合适的教学手段,往往会收到事半功倍的效果。例如针对班级学生较多、乒乓球水平参差不齐的情况,就可以采取分层教学的方式教学,对不同的学生因材施教,提出不同的训练效果标准。基础较差,水平中等和技术水平较高的学生有不同的教学目标,能够让学生的训练更有针对性,不会有太大的压力,教师的教学也更加游刃有余。在教学步骤上,由易到难,由简单的技术到复杂动作,最后到综合技术,层层递进,激发学生的学习热情。

(二) 建立良好的师生关系

传统的教学模式,是教师教学生学的对立模式,学生和教师是“命令”和“服从”的关系,这种教学模式的弊端是学生和老师处于一种相对对立的关系,不利于师生关系的搭建。我们经常见到,有的学生对某一学科有兴趣,那么这一学科的学习就相对积极,学习成果也更好,和某一学科没有兴趣,那么就会对这一学科的学习有消极对待或者放弃学习的现象。所以在教学中,教师要注意对学生兴趣的培养,把学生的积极性调动起来。对待学生在乒乓球学习中出现的困难要及时解决,对学生出现的错误要多鼓励少指责,对学生的进步要多肯定多赞扬。只有这样,才能让提升学生的自信心,也更能促进学生学习乒乓球的兴趣。

(三) 创新教学方法

在乒乓球的教学与训练中,往往出现在自由选择搭档进行训练的时候,技术相当的学生组成一队的现象。技术好的学生不能及时带动技术较弱的学生,技术较弱的学生也不能有效的提高技术水平。为了避免这一情况的发生,教师应该积极创新教学方法,比如在教学上得到广泛运用的“互助式”教学模式。

互助式教学模式的意思是,在学习和训练中,发挥出能力强技术好的学生的带动作用,把他们和基础较弱的学生进行组队,从而带动和促进能力差的学生快速进步和发展的一种方法。这种方法有助于学生之间的团结互助,增强学生的团体意识和合作创新精神,主要可以从以下几点进行运用:

1、根据测试分组

在互助学习展开之前,教师应先对全体学生对乒乓球技能高低、知识多少进行一个整体测评,技术考核以及相关能力测试。对测评结果需要详细记录。因为在分组实施互助教学之后一段时间,教师还需对学生再次进行测试,得出实验结果,方便下一步进行教学方式和分组的调整。

测试成绩出来之后,教师要根据成绩对学生分组,这是实施互助式教学的关键。分组的时候可以遵循优势互补的原则,把乒乓球技术好的学生和技术不好的学生划分到一组,形成一种互相带

动和追赶的练习氛围。保持每组4到6人的练习模式进行练习,以期达到既定的学习目标和练习结果。

2、互助式教学的开展

再进行互助式教学的古城,要制定一个明确的科学的目标,使之保障教学活动能朝着最大绩效的方向进行。教师应根据学生的特点及乒乓球项目课程特点制定出科学、合理的“互助式”教学目标,并将教学目标及早告诉学生,使学生能尽早地了解自己的学习目标。只有学生明确了自己的学习目标之后,才能有助于组内成员、师生间的互动,使学习效果显著提高。

在互助式教学模式开展的过程中,并非只有学生之间的互助,教师在此过程中也要发挥必要的指导作用,要为学生提供一定的空间进行互助与学习。同时,教师也要在学生互助学习的过程中不断巡视,及时发现问题,巧妙介入,帮助学生解决疑惑与困难,只有这样,互助式学习才是有效的。

无论是传统的乒乓球教学模式,还是互助式教学模式,都需要对学生的进行学习评价,这是必不可少的一个环节,也是课堂教学效果的集中体现。因此,教师应积极地、科学地评价互助式教学中学生的学习效果,对“互助式”教学进行反馈,及时根据反馈来调整教学的目标,更新教学进度,创新教学形式。在评价过程中,应该充分利用多种评价形式,如学生自评、互评、教师评价等方式。此外,学生小组之间的评价应采取纵向与横向相结合的方式科学评价,使学生通过教师的评价能够有所收获,取得更大的进步^[2]。

(四) 组织乒乓球比赛激发学习热情

乒乓球运动是一项竞技运动,在日常的教学中,教师可以定期举办相关的比赛提高学生的乒乓球竞技精神和乒乓球技术。比赛可以借鉴国家很多乒乓球比赛的分组,分为男子组,女子组,男女混合组等等。先进行小组赛,根据小组赛成绩进行淘汰赛,一直到选出冠军。比赛的成绩可以和学生的学分挂钩,计入学分,以此来带动学生学习乒乓球的热情,增加学生的乒乓球运动参与度。

如果能够通过比赛获得一定的运动成绩,相信会吸引越来越多爱好乒乓球的学生选择乒乓球课程。此外,在比赛中还可以锻炼学生团结协作的能力,提升学生的竞技水平,激发学生的潜力,提高学习的积极性。当然,除了学生,教师也要定期参加比赛,提高教学技能,活跃校园气氛。乒乓球比赛旨在提高师生们对乒乓球的学习兴趣,丰富师生们的业余生活。

结语:

本文从高校乒乓球教学的现状和问题出发,总结了对高校乒乓球教学改革的几种方法。总的来说,乒乓球运动对于高校的体育发展具有深远的意义,对我国乒乓球在国际的地位也起到很好的推动作用,高校要利用好先进的教学模式,进一步提升乒乓球课程教学的水平。

参考文献:

- [1]杨盼洁.高校乒乓球教学改革初探[J].长沙大学学报,2021,35(02):109-112.
- [2]孙茂奎.高校乒乓球教学方式多样化改革探究[J].当代体育科技,2021,11(05):42-43+46.
- [3]崔小贝.高校公体课中乒乓球教学改革初探[J].时代教育,2014(11):205.