

高校网球教学方式的改革与创新

夏磊

广东理工学院, 广东 肇庆 526110

摘要：近些年, 素质教育受到广泛关注与重视, 体育教育所受到的关注也越来越多, 网球教学所处地位也随之提高。高校有效开展网球教学, 不仅能丰富体育运动内容, 增强学生 的身体素质, 还能使网球运动得到更好地推广。然而, 网球教学仍存在些许不足, 不利于提升网球教学质量, 必须对这些问题进行深入挖掘探索, 找到行之有效的解决方案。对此, 本文对高校网球教学方式的改革与创新路径展开探索, 以期为相关教育研究者提供一定的参考与借鉴。

关键词：高校; 网球; 教学方式; 改革; 创新

Reform and Innovation of Tennis Teaching Methods in Colleges and Universities

Xia Lei

Guangdong Technology College, Zhaoqing, Guangdong 526110

Abstract : In recent years, quality education has received more and more attention and emphasis, and the status of tennis teaching in the teaching system of colleges and universities has been continuously improved. The effective development of tennis teaching activities can not only better promote the tennis sport, but also improve students' physical fitness and enrich physical education. At present, there are some problems in college sports tennis teaching, which hinder the development of tennis teaching. It is necessary to deeply explore these problems and find effective solutions. In this regard, this article explores the reform and innovation path of college tennis teaching methods, hoping to provide a certain reference for relevant education researchers.

Keywords : colleges and universities; tennis; teaching methods; reform; innovation

一、引言

网球这项体育运动不仅更具时尚、高雅感, 而且也赋予比较强的活力, 因此在高校中得到广泛开展, 并逐渐成为最受学生喜爱的体育运动之一。然而, 随着各高校开始实施网球教学, 越来越多的问题逐渐显现出来。^[1]学校、教师应该认识到这一问题的重要性, 致力于解决影响学生学习与掌握网球运动技能的制约因素, 构建新时代体育改革需求的网球教学模式。这样, 学生通过参与网球教学, 不仅能激活他们运动积极性, 还能提高其体育运动素养与水平, 进而推动学生实现真正意义上的全面发展。

二、高校开展网球教学的价值意蕴

(一) 有利于提升学生的运动素养

在体育教育改革背景下, 高校开展网球教学, 不仅能提升学生的竞技能力, 也能增强他们的运动素养。优秀学生除了学习成绩优异之外, 身体素质也要足够强健, 反应力也要足够敏捷。所以, 在网球教学中, 教师应该注重培养学生的观察力, 仔细观察对手的各项表现, 并针对他们的缺点, 采取与之对应的战术, 同时随着比赛情况变化而作出相应调整。同时, 教师也注重培养学生的创造性思维, 提高他们的发现、分析和解决问题的能力, 进而全面提升学生的运动素养。^[2]

(二) 有利于提高学生的身体素质

在网球教学中, 学生不免会处于激烈的对抗之中, 往往需要消耗大量的精力与能量, 特别是在比分胶着的情况下, 会进一步消耗学生的能量与精力。所以, 学生要想成为一名优秀的网球运动员, 需要具备较强的身体素质, 才能在长时间的对抗中坚持下去。因此, 在高校网球教学中, 教师应该注重增强学生的身体素质, 提高他们的综合素质。^[3]

(三) 有利于磨炼学生的意志品质

网球运动除了会考验学生的体力与耐力, 同时也能考验学生的团队协作能力、应对压力的能力。学生要想成长为一名优秀的网球运动员, 需要具备坚韧不拔的意志品格, 能够在激烈的比赛中, 坚持到最后, 不轻言放弃, 在面对不利情况的时候也会用自己意志力逆转局面。所以, 在具体的网球教学中, 教师积极培养学生敢于奋斗、勇于拼搏的意志品质, 树立百折不挠的勇气和自信心, 进而有效提高学生的网球运动水平。^[4]

三、当前高校网球教学存在的不足

(一) 学生学习自主性不够强烈

在高校体育课程中, 网球课程属于选修课, 多数学生之前没有接触过网球, 因而对其有着强烈的学习兴趣。这也说明学生的网球运动基础不够扎实, 网球学习与运动主要依靠教师的指导,

但教师并没有足够的精力一一指导每个学生，而学生因为掌握了正确的网球运动技巧，长此以往便会丧失主动学习积极性。另外，大学生的时间相对自由，在课后很少有学生积极地去探索网球运动技巧，而是把更多的精力放在其他活动上。因此，在网球教学中，学生自主学习意愿不够强烈，要想真正掌握网球运动的要点，仅靠学生自身努力有一定的难度，离不开教师的指导与帮助。^[5]

（二）教师教学方式缺乏灵活性

在大学阶段，强调学生实现全面发展，对体育课程的重视度也随之提高。然而，多数学生选修网球课程是为了获取学分，导致网球训练浮于表面、流于形式，很难提高学生的网球运动水平。面对这种情况，教师所采用的教学方式缺乏兴趣与实效性。虽然新课程理念广泛传播，但多数教师所采用的教学方式还是缺少灵活性、针对性，很难在课堂上让学生更好地掌握网球运动技巧。另外，仍有部分教师受传统教育理念的影响，依旧运用传统教学模式，即课前向学生讲解网球运动原理与技巧，之后，要求他们以小组为单位练习运动技巧。这种教学模式相对固化，难以调动学生的主动性，也很难使他们感受网球运动中所蕴含乐趣，同时教学设计也缺乏科学性、系统性，无法保障网球教学效果。^[6]

（三）训练过程中未把握细节

当前，网球师资队伍整体素养不够高，造成部分教师无法准确掌握与理解网球教学理念、教学设计等，更无法准确把握与理解学生学习情况。因此，在具体的网球教学中，教师很难将先进的教育理念引入网球教学之中，运用多元教学方式生动形象地开展网球教学，更无法给予学生有效指导。另外，仍有少数教师难以准确把握教学细节，大部分教学时间都是学生自主进行自由训练，难免一些学生会出现“浑水摸鱼”的问题，而且也有的学生会因为教师不重视，只顾玩闹，不认真对待网球练习，进而制约网球教学质量的提升。^[7]

四、高校网球教学方式的改革与创新对策

（一）结合网球文化内涵，构建网球教学目标

网球文化，作为体育文化的一部分，不仅包含了网球运动的竞技性和技巧性，更融合了时尚、高雅、绅士等元素。在构建网球课程教学目标时，教师需要充分考虑网球文化内涵，以培养学生的综合素质为目标，推动高校网球教学的深入改革。第一，强化网球文化认知。在网球课程教学中，首先需要培养学生对网球文化的认知。通过介绍网球的历史、起源、发展，以及网球运动在国际上的地位和影响力，让学生深刻感受到网球文化的魅力。同时，结合我国网球运动的发展，激发学生的爱国热情和民族自豪感，从而更加积极地投入到网球学习中。第二，融入网球精神教育。网球精神是网球文化的重要组成部分，它包含了尊重对手、公平竞争、永不言败等品质。^[8]在网球课程教学中，教师需要注重培养学生的网球精神，通过教学比赛、模拟比赛等形式，让学生在实践中体会和感悟网球精神，从而树立正确的价值观和人生观。第三，提升网球运动技能。网球运动技能是网球课程教学

的核心内容。在构建教学目标时，教师需要明确学生需要掌握的网球技能，如发球、接发球、底线击球、网前截击等，并通过科学的教学方法和手段，帮助学生逐步掌握这些技能。同时，注重技能的实践应用，提高学生的比赛能力和竞技水平。第四，培养终身体育意识。网球是一项适合终身运动的体育项目。在网球课程教学中，教师需要注重培养学生的终身体育意识，引导学生树立健康的生活方式，养成良好的运动习惯。通过教学过程中的互动、交流、分享等环节，让学生感受到运动的快乐，从而主动参与到网球运动中。^[9]

（二）引导学生自主探究，增强网球教学效果

随着现代教育技术的快速发展，为学生自主学习带来极大便利。学生思维比较活跃，想法特立独行，他们获取信息的途径与渠道远远多于教师。所以，教师可以要求学生利用在线学习平台开展自主学习网球运动知识与技巧。^[10]例如，互联网中有很多关于网球动作战术教学视频，这些视频都是由网球教师、运动员进行讲解与示范，还有一些是教师所制定网球教学在线精品课程，这些均可以成为学生开展自主学习的资源。^[11]例如，在教学“正手击球法”这一技能的时候，教师可以要求学生利用课余时间搜集与正手击球法相关资料。在课堂上，学生则以小组为单位分享、讨论自己所搜集的资料，在小组讨论中，组长组织成员展开讨论，并选拔一名学生担任记录员，负责记录学生的讨论内容，如，正手击球动作的主要特征与要点、注意事项、练习方法、应该具备哪些素养等。然后，所有小组共享讨论结果。另外，为了节约时间，后面小组主要对前面小组没有提到的或者和前面小组意见不一样的地方进行补充。在此基础上，教师与学生代表对所学内容进行筛选、归纳，并将其作为这一节课的重点。接着，教师组织学生模仿练习，互相改正、评价，并总结出哪种锻炼方式效果更好。因为学生对网球运动认知与了解程度各不相同，在探究式学习过程中，小组成员相互交换与网球运动相关知识与技能，通过思维相互碰撞，激发出灵感的火花，从而加深学生对网球运动知识与技巧了解与把握，同时也能培养其自主学习能力。^[12]

（三）定期组织网球竞赛，内化学生实践能力

在网球竞赛中，教师应该根据学生的学习能力、运动需要，将他们划分为若干个小组，并要求他们以小组为单位报名参赛，以此有效内化学生的实践能力，磨炼他们的意志品格。教师灵活利用课余时间举办班级或校级网球比赛，这除了可以拓展网球教学、检验网球教学效果之外，也可以丰富学生的课余生活，增强其身体素质。对此，教师应该将“以赛促学，以赛促练，以赛促教”根植于内心，结合体育教学内容，组织形式多样、灵活多变的网球竞赛，由此促使学生主动参与到网球竞赛之中。具体如下：第一，针对网球基础运动技能，教师可以组织专项网球竞赛，如挑高球、接发球等专项比赛，同时竞赛形式是“计分+非计分”“练习+实战”等形式。第二，组织检查性比赛。为了更好地检验网球教学效果，教师应该根据网球教学要求，针对学生各个阶段表现组织比赛，并定期（每周一次）此类竞赛检查学生的学习效果，根据比赛结果对教学内容进行调整和改进。第三，组织实战性网球竞赛。在教学过程中，教师可以根据课程的实际

情况，组织真实的实战竞赛，通过竞赛的形式，对学生各项技术和战术运用进行全面训练。教师既可组织学生开展班级内的实战赛，也可组织学生开展班级间实战赛、校际实战赛，进而持续提升学生的网球实战能力。^[13]

（四）优化网球教学资源，丰富学生学习内容

在当前教育形势下，高校应该加大基础设施建设力度，由此营造良好的网球教学环境与实训环境，合理收集与整合网球教学资源，确保网球教学得以高质量开展。高校不仅仅需要肩负起为社会培养新时代人才的重任，而对教学资源进行优化配置，既可以拓展网球教学内容，深化网球教学、人才培养的效果。所以，高校首要之策是合理配置教学资源，构建较为完善的网球教学体系，确保学生能够在设施完备、场地广阔的训练场进行网球练习。^[14]另外，高水平的场馆和设备可以吸引到更多优秀的师资队伍，使高校网球教学更具竞争力。毫无疑问，环境对个体的认知、情绪和行为等产生深刻影响，而且高校作为个体学习和成长的主要场所，其环境塑造作用也就越来越突出。从这个角度来看，营造出高雅、舒适、专业、严谨的网球教育氛围，可以培养学生对网球运动的热爱之情。这样，可以将网球教学由简单技能传授向全面启蒙、全面发展等方向转变，增强学生的综合素养。

同时，在对高校网球教学资源进行优化设计的基础上，应充分考

虑如何合理地分配和使用这些教学资源。优化配置资源，不仅是要加大投资力度，如何最大化发挥教学资源应有效益也是教师所应关注的。教师应该遵循灵活性、多样化原则设计与布置网球训练场，以满足网球教学需求、学生运动需求。此外，加强与社会网球教学资源的整合，这也是实现资源优化配置的一种有效方式。通过与社会上的网球俱乐部和专业培训机构等进行合作，能够在外界的帮助下，向学生提供多元、实用的学习资源，进而提高他们的网球训练效果。^[15]

总结

综上所述，随着教育技术的不断进步，社会对体育教育的日益重视，高校网球教学迎来了前所未有的发展机遇。为了更好地满足学生多样化的学习需求，提升网球教学质量，高校应当从结合网球文化内涵，构建网球教学目标；引导学生自主探究，增强网球教学效果；定期组织网球竞赛，内化学生实践能力；优化网球教学资源，丰富学生学习内容入手。这样，可以满足学生日益多样化的学习需求，提升网球教学质量，培养出更多优秀的网球运动人才。

参考文献：

- [1] 冯枝维. 体教融合背景下高校网球教学开展现状及课程改革研究 [C] 中国体育科学学会. 第十三届全国体育科学大会论文摘要集——墙报交流(学校体育分会) (四). 成都体育学院; , 2023: 3.5.
- [2] 乔虹, 降佳俊. 高校网球教学“课内外一体化”模式的体系构建 [C] 中国体育科学学会. 第十三届全国体育科学大会论文摘要集——墙报交流(学校体育分会) (五). 苏州大学; 华东师范大学体育与健康学院; , 2023: 3. .
- [3] 冷晨雨. 高校网球教学训练技巧及方法 [J]. 新体育, 2023, (20): 73-75.
- [4] 王顺勇. 基于“多球练习法”的高校网球选项课教学策略研究 [J]. 网球天地, 2024, (03): 64-66.
- [5] 卞歆. 基于体教融合理念的高校网球教学改革研究——以汉口学院为例 [J]. 当代体育科技, 2024, 14(06): 54-59+65.
- [6] 袁歆仪. 高校网球教学中正手击球技术训练方法的分析研究 [J]. 当代体育科技, 2024, 14(05): 49-53.DOI:10.16655/j.cnki.2095-2813.2024.05.014.
- [7] 吕广超, 李芃君. 立德树人视域下高校体育网球教学改革的实践路径 [J]. 网球天地, 2024, (01): 70-72.
- [8] 李源潮, 李屹峰. 高校网球专项课程思政教学路径与策略多元化的探究 [C] 湖北省体育科学学会. 第一届湖北省体育科学大会论文集(第一册). 武汉体育学院, 2023: 3.
- [9] 许佳强, 黄钊林, 陶雯. 网球俱乐部教学模式在高校实施的现状与对策研究 [C] 中国智慧工程研究会, 中国班迪协会, 广东省体能协会. 第十届中国体能训练科学大会论文集(上). 广州民航职业技术学院, 2023: 7.
- [10] 向茂娟, 曹峰, 崔一诺, 等. 网球运动传感系统在高校网球教学中的实践分析 [J]. 新体育, 2023, (22): 64-66.
- [11] 陈佳佳. 网球发球、底线技术教学顺序对高校学生击球效果影响研究综述 [C] 中国体育科学学会. 第十三届全国体育科学大会论文摘要集——书面交流(运动训练学分会). 上海体育学院, 2023: 2.
- [12] 冯枝维. 体教融合背景下高校网球教学开展现状及课程改革研究 [C] 中国体育科学学会. 第十三届全国体育科学大会论文摘要集——墙报交流(学校体育分会) (四). 成都体育学院, 2023: 3.
- [13] 崔爽, 张边疆. “健康中国”视角下高校网球课内外一体化教学研究 [J]. 网球天地, 2023, (10): 85-87.
- [14] 江桦. “赛练结合”教学模式在高校网球课程中的应用研究 [J]. 体育风尚, 2023, (09): 128-130.
- [15] 林上湖, 吴田梅. 表象训练在高校网球公共选项课中的教学实验研究 [J]. 冰雪体育创新研究, 2023, (13): 52-54.