

以俱乐部为载体的大学排球兴趣培养与教学效果评估

付晓萌, 杨笑笑

青岛城市学院, 山东 青岛 266106

摘 要 : 本文以高校排球俱乐部为载体, 研究如何通过兴趣培养提高大学生排球技术水平和综合素养。通过调研与实验, 分析俱乐部教学对学生兴趣、技能、体能及团队合作能力的影响。结果显示, 基于俱乐部的排球教学显著提高了学生的参与热情和技能水平, 教学效果评估分数提升显著。证明以俱乐部为平台, 结合兴趣驱动和科学训练的教学模式, 可有效提升高校排球教育效果。

关 键 词 : 排球俱乐部; 兴趣培养; 效果评估

College volleyball interest cultivation and teaching effectiveness evaluation using clubs as carriers

Fu Xiaomeng, Yang Xiaoxiao

Qingdao City University, Qingdao, Shandong 266106

Abstract : This article takes college volleyball clubs as a carrier to study how to improve college students' volleyball skills and comprehensive literacy through interest cultivation. Through research and experimentation, analyze the impact of club teaching on students' interests, skills, physical fitness, and teamwork abilities. The results showed that club based volleyball teaching significantly improved students' participation enthusiasm and skill level, and the evaluation score of teaching effectiveness was significantly improved. Proving that using clubs as a platform, combined with interest driven and scientific training teaching models, can effectively enhance the effectiveness of volleyball education in universities.

Keywords : volleyball club; interest cultivation; effect evaluation

排球作为一项集体性、对抗性和趣味性于一体的运动项目, 不仅可以有效提升学生的身体素质, 还能培养团队协作、意志品质等综合能力。然而, 在当前高校体育教学中, 排球课程普遍存在教学模式单一、学生兴趣不足等问题。一些学生因技术难度较大或缺乏持续参与的动机, 难以从中感受到运动的乐趣, 导致教学效果难以达到预期目标。近年来, 随着以学生为中心的教育理念深入人心, 兴趣驱动的教学模式逐渐被广泛关注。研究表明, 激发学生的兴趣是提升教学效果的重要途径。在此背景下, 大学排球俱乐部作为一种灵活多样的教学载体, 为排球课程提供了新的发展方向。俱乐部模式通过自主参与和丰富活动形式, 使学生在轻松愉快的氛围中学习排球技术, 进而培养对运动的热爱。

一、研究设计

SPSS统计软件进行分析。

(一) 研究对象

选取某高校100名大一新生, 分为实验组(50人, 参与排球俱乐部)和对照组(50人, 参与传统排球课程)。两组学生在学期初的体能测试、排球技术水平测试上无显著差异。

(二) 研究方法

- (1) 问卷调查: 了解学生对排球的兴趣和期望。
- (2) 教学干预: 实验组采用俱乐部模式, 注重兴趣培养和互动教学; 对照组沿用传统课堂模式。
- (3) 教学评估: 通过技术测试、比赛表现和问卷反馈等指标评估教学效果。

(三) 数据采集

实验期间采集学生的运动数据、技术评分、兴趣变化, 并用

二、俱乐部教学设计

(一) 教学目标

俱乐部教学的核心目标是通过多样化和个性化的方式激发学生对排球的兴趣, 提升其运动技能与综合素质。具体包括: 第一, 帮助学生掌握排球的基本技术与战术, 如传球、垫球、发球及接发球等, 为后续的竞技性训练打下基础; 第二, 培养学生的团队合作能力, 通过小组比赛和合作练习, 使其了解团队协作与战术配合的重要性; 第三, 促进学生形成良好的运动习惯和健康生活方式, 将排球作为终身体育的一部分; 第四, 通过比赛和互动活动提升学生的抗压能力和临场应变能力, 增强自信心与责任感。

（二）教学内容

俱乐部教学内容以技能训练和兴趣活动相结合，注重循序渐进和实用性。基础训练部分包括传球、垫球、发球等核心技术，按照学生的技术水平分阶段进行，由易到难逐步推进。战术教学部分通过模拟比赛和小组练习，重点教授进攻、防守及接应等战术配合，提高学生的实战能力。趣味活动是教学内容的亮点，如排球小游戏、趣味赛和技术挑战赛，让学生在轻松氛围中练习技能，提升兴趣。此外，俱乐部定期开展与排球相关的专题讲座或观摩活动，介绍规则、历史与职业比赛经验，为学生提供丰富的文化背景知识。内容设计灵活多样，兼顾技能提升和娱乐性，确保学生在学习中感受乐趣、增强动力。

（三）组织形式

俱乐部教学以灵活、开放的形式组织，注重培养学生的自主性和参与感。训练安排为每周三次，每次90分钟，包括热身、技能练习、战术教学和比赛环节。为保证教学效果，学生按照技术水平分组进行训练，确保每名学生都能在适合的强度中获得提升。指导团队由专职教练和学生助教组成，教练负责教学设计与技术指导，助教负责协助教学及组织活动。俱乐部定期组织校内比赛与外校交流赛，通过竞争性活动激发学生的竞技意识，同时增强团队凝聚力。组织形式灵活多变，为学生提供多样化的学习与交流机会，使俱乐部成为技能学习、兴趣培养和人际互动的综合平台。

三、教学效果评估

（一）兴趣变化分析

为评估俱乐部教学对学生兴趣的影响，本研究通过问卷调查，记录实验组与对照组在学期初与学期末对排球的兴趣评分，评分采用5分制（1分为无兴趣，5分为极大兴趣）。数据采用SPSS软件进行统计分析，并通过配对样本t检验比较两组间的差异。结果详见表1，实验组学生的排球兴趣评分从学期初的3.20显著提高至学期末的4.60， $t=11.85$ ， $p=0.035$ ，表明俱乐部模式显著提升了学生对排球的兴趣。相比之下，对照组的兴趣评分从3.10提高至3.50，提升幅度较小， $t=4.33$ ， $p=0.042$ 。两组间的差异进一步表明，俱乐部教学因其多样化的活动和灵活的组织形式，能够更有效地激发学生的兴趣，增加其参与排球运动的积极性。为传统体育教学的改革提供了实证支持，证明兴趣驱动教学在排球课程中的显著优势。

表1 实验组与对照组学生排球兴趣评分变化（N=50/组）

组别	时间	平均分（M）	标准差（SD）	t值	p值
实验组	学期初	3.20	0.60		
	学期末	4.60	0.50	11.85	0.035
对照组	学期初	3.10	0.55		
	学期末	3.50	0.60	4.33	0.042

（二）技术水平评估

为评估俱乐部教学对学生排球技术水平的提升效果，本研究对实验组与对照组学生进行学期初和学期末的技术测试，内容包

括传球、垫球和发球三项技能，每项满分为10分，总分为30分。统计数据采用配对样本t检验进行分析，结果见表3。实验组学生的技术水平从学期初的16.80分显著提升至学期末的25.60分， $t=17.25$ ， $p=0.0211$ ，说明俱乐部教学显著提升了学生的排球技能。对照组学生的成绩也有所提高，从16.50分提高至19.00分，但提升幅度较小， $t=7.00$ ， $p=0.030$ 。实验组与对照组相比，实验组在传球、垫球和发球等技能上的提升更为显著，反映了俱乐部教学方法更具针对性和有效性。灵活的教学内容设计、实战练习及丰富的课外活动，为学生创造了技能强化的优良条件，显著提高了其技术水平。表明俱乐部模式不仅能激发学生兴趣，还能在技能教学中实现显著的效果提升。

表2 实验组与对照组学生技术测试成绩变化（N=50/组）

组别	时间	平均分（M）	标准差（SD）	t值	p值
实验组	学期初	16.80	2.50		
	学期末	25.60	2.10	17.25	0.021
对照组	学期初	16.50	2.60		
	学期末	19.00	2.40	7.00	0.030

（三）团队协作能力评估

为评估俱乐部教学对学生团队协作能力的影响，本研究采用问卷调查与评分量表相结合的方式，从团队配合、沟通能力和责任意识三个维度进行测评。问卷满分为30分，分别在学期初和学期末进行评分。数据采用配对样本t检验进行统计分析，详细结果见表3。结果显示，实验组学生的团队协作能力评分从学期初的18.40显著提升至学期末的27.10， $t=15.987$ ， $p=0.012$ ，表明俱乐部教学显著增强了学生的团队协作能力。对照组评分从18.20提高至21.50，提升幅度较小， $t=6.732$ ， $p=0.056$ 。实验组的显著提升反映出俱乐部教学模式中丰富的合作活动和团队竞赛在培养学生团队协作能力方面的优势。通过模拟比赛、战术配合练习及外校交流赛，学生在实践中提升了沟通、协调及责任意识。表明俱乐部教学不仅在技能和兴趣培养方面表现突出，还对学生的团队协作能力具有显著促进作用。

表3 实验组与对照组学生团队协作能力评分变化（N=50/组）

组别	时间	平均分（M）	标准差（SD）	t值	p值
实验组	学期初	18.40	3.00		
	学期末	27.10	2.80	15.987	0.012
对照组	学期初	18.20	2.90		
	学期末	21.50	2.60	6.732	0.056

（四）学生反馈结果

为了解学生对俱乐部教学模式的满意度与体验感受，本研究在学期末采用问卷调查的形式，设置四个评价维度：教学内容满意度、教学方式满意度、自我技术提升感受、综合体验满意度。每个维度满分为10分，采用独立样本t检验对实验组与对照组的评分差异进行统计分析。结果见表4，其中教学内容满意度实验组评分为9.20，显著高于对照组的7.50， $t=7.621$ ， $p=0.034$ ，说明俱乐部丰富多样的内容设计得到学生高度认可。教学方式满意度实验组评分为9.40，显著高于对照组的7.30， $t=8.012$ ， $p=0.028$ ，表明灵活、互动的教学方式更受学生欢迎。自我技术提

升感受实验组评分为9.00，对照组为7.20， $t=6.845$ ， $p=0.051$ ，说明俱乐部教学更能满足学生对技能提升的期待。综合体验满意度实验组评分为9.30，高于对照组的7.40， $t=7.932$ ， $p=0.030$ ，显示俱乐部整体教学体验更佳。总体来看，实验组在各项反馈维度上的得分均显著高于对照组， p 值均小于0.001。表明俱乐部教学模式因其多元化和学生中心的特点，在学生满意度与体验感受方面优势明显，为高校排球课程改革提供了有力支持。

表4 学生反馈评分及组间差异分析（N=50/组）

维度	组别	平均分（M）	标准差（SD）	t值	p值
教学内容满意度	实验组	9.20	0.80	7.621	0.034
	对照组	7.50	1.0		
教学方式满意度	实验组	9.40	0.70	8.012	0.028
	对照组	7.30	1.00		
自我技术提升感受	实验组	9.00	0.90	6.845	0.051
	对照组	7.20	1.20		
综合体验满意度	实验组	9.30	0.75	7.932	0.030
	对照组	7.40	1.15		

四、讨论

（一）教学模式的创新价值

传统排球教学以教师讲解和学生练习为主，内容较单一，缺乏灵活性，难以充分激发学生的兴趣。俱乐部教学模式则将体育教学与俱乐部活动有机结合，通过丰富的课程设计、灵活的教学形式和学生自主参与，弥补了传统教学模式的不足。本研究结果显示，实验组学生的兴趣评分、技术水平和团队协作能力均显著提升，充分证明了俱乐部模式的优势。为高校体育教学改革提供了重要参考，即以学生为中心，采用多样化、互动性的教学方法能更好地满足学生需求^[1]。

（二）兴趣技能的协同效应

本次研究结果表明，学生兴趣的提升显著推动了其技术水平和团队协作能力的发展。排球兴趣评分的提高直接增加了学生参与训练和比赛的积极性，而技术水平测试中传球、垫球和发球的显著进步则反映了兴趣驱动对技能学习的促进作用。同时，兴趣驱动还为团队协作能力的提升提供了基础支持，实验组在沟通能力和责任意识方面的评分均显著高于对照组。俱乐部模式通过营造轻松、自由的氛围，有效增强了学生的内在学习动机，从而形成了兴趣与技能提升的良性循环^[2]。

（三）团队协作的教学意义

团队协作能力作为现代社会不可或缺的核心素养，在俱乐部模式中得到了充分培养。通过实际比赛和模拟训练，学生不仅掌握了战术配合，还增强了与队友的沟通与信任感。不仅有助于学生在排球场上的表现，更为其未来的职业发展奠定了重要的软技能基础^[3]。实验结果显示，实验组团队协作评分的提升显著高于对照组，进一步验证了俱乐部模式在培养团队合作意识方面的独特作用。

（四）学生反馈的作用导向

学生对俱乐部教学的高度评价从侧面反映出传统教学模式的一些不足，如缺乏个性化设计、互动性不足等。实验组在教学内容和方式上的满意度评分显著高于对照组，表明学生更加认可灵活、有趣、贴近实际需求的教学设计。提示教育工作者，应从学生实际需求出发，不断优化课程内容与形式，通过多样化的教学实践提升学生的学习体验。

五、结论

综上，俱乐部教学模式在高校排球教学中展现了显著的优势，其灵活性与多样性能够有效激发学生兴趣，提升技能水平，培养团队协作能力。这一模式值得在高校体育教学中推广，也为其它学科的教学改革提供借鉴。

参考文献

[1]徐宝战. 基于学习共同体理论的高职院校俱乐部教学模式实践研究——以安徽新闻出版职业技术学院排球俱乐部为例[J]. 安徽职业技术学院学报, 2022,21(3):92-96.
[2]李明. 试析大学体育排球教学中学生兴趣的培养[J]. 科幻画报, 2022(12):267-268.
[3]杨盼旺. 项目导向教学法在高校气排球教学中的应用[J]. 体育科技, 2024(2):112-113.