

高校排球教学现状及教学模式的优化策略

付凯

吉林大学，吉林 长春 130012

DOI: 10.61369/SDME.2025250003

摘要：随着教育改革的深入实施，高校排球教学应与时俱进，注重对教学现状的分析，在此基础上，优化教学模式，以提高人才培养效果和效率，使学生毕业后能够综合运用所学专业知识来从事相关工作。为了推动改革工作的顺利实施，需要高校体育教师对于其教学现状具有清晰、全面认识，在此基础上，对高校排球教学模式进行优化，以期在提高排球教学质量的同时，激发学生对于排球运动的热情，促进其身心健康发展。

关键词：高校排球；教学现状；教学模式；优化策略

Current Situation of Volleyball Teaching in Universities and Optimization Strategies for Teaching Modes

Fu Kai

Jilin University, Changchun, Jilin 130012

Abstract : With the in-depth implementation of educational reform, volleyball teaching in universities should keep pace with the times, focus on analyzing the current teaching situation, and optimize teaching modes on this basis. This aims to improve the effectiveness and efficiency of talent cultivation, enabling students to comprehensively apply the professional knowledge they have learned to engage in related work after graduation. To promote the smooth implementation of reform, university physical education teachers need to have a clear and comprehensive understanding of the current teaching situation. On this foundation, they should optimize the volleyball teaching mode in universities. The expectation is to enhance the quality and effectiveness of volleyball teaching, stimulate students' enthusiasm for volleyball, and promote their physical and mental health development.

Keywords : university volleyball; current teaching situation; teaching mode; optimization strategy

在高校体育教育体系里，高校排球占据重要地位。近年来，排球运动广受欢迎，该运动进高校，除了能够锻炼学生的身体素质，如提高其力量、耐力、协调性之外，还有利于培养学生合作意识、团队精神、沟通能力等综合素养，是促进学生身心健康发展的重要途径^[1]。随着教育改革的深入实施，高校排球教学取得了显著成果，但与此同时也存在着一些急需解决的问题，如课程设置不合理，存在重知识讲授、轻实践技能培养的问题，未给予学生锻炼实践能力的机会；教学方法和手段单一，未充分发挥激趣作用，导致学生学习积极性不足，课堂教学氛围枯燥、乏味；师资力量和教学设施不足，教师专业素养、教学能力存在较大差异，此外，场地设施的落后和器材设备的不足也对教学质量造成了不利影响。基于此，深入研究高校排球教学现状，针对其中的问题提出教学模式改进策略势在必行，既有助于提升排球教学质量，激发学生学习和参与热情，还对促进学生的全面发展具有积极意义，能够为高校体育教学改革增添新的活力，推动这项事业向科学方向迈进^[2]。

一、高校排球教学现状

(一) 教学内容与方法单一

目前，高校排球教学存在内容、方法单一问题。针对教学内容，教师的教学重心在排球技巧讲解和示范方面，重在引导学生对发球、传球等基础类动作的反复训练。这样的教学方式，尽管有利于夯实学生的基础技能，帮助其掌握排球运动的基本操作，但未培养学生的排球素养。学生的学习被机械、重复动作覆盖，既不符合学生的学习需求，也导致他们对于排球运动的理解较为片面，更毋庸说体会该运动文化内涵、体育精神了^[3]。

教学方法层面，部分高校体育教师仍采用传统的教学模式。教师在课堂上，先向学生讲解理论知识，然后是动作示范，最后让学生进行自主训练。这样的教学流程尽管遵循了教学逻辑，但形式单调，学生之间的互动性不足。学生在学习中无法充分调动自身的主观能动性，久而久之，导致他们对于排球运动的兴趣越来越低。此外，也对培养学生自学能力、创新思维造成不利影响，更毋庸说帮助他们养成终身锻炼的体育习惯了^[4]。

(二) 教学设施与场地不足

高校排球教学质量的高低离不开良好的教学设施和场地条件。目前，一些高校在这部分存在短板，这无疑会影响排球教学

质量，打击学生参与排球运动的积极性。此外，一些高校的排球场地较为紧张，无法满足学生们们的运动需求^[5]。有些学生喜欢利用课余时间进行排球训练或者是参加相关比赛，但由于场地限制，导致这些计划不得不延期甚至是直接取消，这无疑会打击学生参与排球运动的积极性^[6]。

此外，排球教学的场地质量也参差不齐。部分高校的排球器材，如排球、网具等，由于时间过长，存在老化、损坏等情况，如果不及时更新、维护，会对学生训练效果造成不利影响，此外，也会增加学生受伤风险。而部分高校地面平整度不高，且防护设施不足，既不利于学生运动安全，糟糕的运动体验也会导致学生对其产生不良印象。总之，教学设施和场地存在的问题，导致学生的实践机会不足，排球学习、训练未得到充分锻炼，不仅会影响他们的排球技能，也会导致他们对这项运动的理解较为浅显，进而影响其参与排球运动的热情^[7]。

（三）考核方式不科学

高校排球教学的考核方式和学生学习态度、效果等息息相关。当下，部分高校使用的考核方式科学性不高，急需改进和优化。如许多高校排球考核的评价指标为：学生的出勤率以及考试成绩^[8]。这样的考核方式导致学生无法正确对待排球学习，他们将自己的注意力主要集中在出勤率、期末考试方面，未在日常学习中加强排球知识、技能的学习、掌握。有些学生尽管考勤分数较为理想，但在课堂上的表现却差强人意，学习态度敷衍；还有些学生尽管平时锻炼热情高涨，也会积极锻炼，但考试时发挥失常，这样的考试成绩对于他们来说，未免有失公平，容易导致他们丧失排球学习的自信心^[9]。

这种考核方式实际上是以结果为导向，重学生技能表现，轻其综合素养评价，如在学习中的努力、进步的幅度、团队意识、协作能力等。有些学生将高分作为追求目标，在日常学习中仅注重技能训练，忽视该项运动包含的丰富内涵，也不去探究其对于人全面发展的意义。总之，采用此考核方式，不仅不利于培养学生正确的价值观，也不利于激发其内在动机，无法检验出学生对于该项运动的理解，更无法借助此项运动促进学生的全面发展和健康成长^[10]。

二、高校排球教学模式的改进策略

（一）更新教学理念、教学方法

在高校排球教学中，摆在教师面前的首要任务是更新教学理念，为此，应将健康第一作为其核心理念。随着经济的发展和社会的进步，人们的生活方式也发生了显著变化，运动量严重不足，学业压力也会导致部分学生将大部分的精力放在了课业上。为此，教师应首先从转变理念入手，注重对学生内在驱动力的激发，通过对学生良好运动习惯的培养，促进其身心健康发展。

教学方法方面，高校排球教师应锐意创新，采用更为新颖、科学的教学方式。如采用游戏模式，即组织学生进行排球接力、垫球比赛等，通过营造轻松、愉悦的氛围，帮助学生掌握排球技能，激发其对于此项运动的热情；采用竞技模式，通过班级、年

级间的比赛，培养学生竞技能力，提高其心理素质。与此同时，注重对其团队精神和公平竞争意识的培养。教师在教学中，不妨将排球文化相关内容融入其中，如介绍排球运动起源、国际著名赛事等，在此过程中，可引导学生观看精彩的排球比赛片段，尤其是展现中国排球运动员在赛场上顽强拼搏的赛事，如在2020年东奥女排小组赛的赛场上，面对强大的敌人——意大利队，女排队员朱婷带伤仍然坚持比赛，尽管手腕上的伤势影响了她的扣球力度，但朱婷仍然一次次起跳、精准传球，用自己的实际行动做注解，告诉人们什么叫永不放弃。这样的片段既能激发学生的爱国热情，又能让学生直观感受排球运动的竞技魅力，而运动员的顽强拼搏不仅给予了他们深刻印象，还使其深刻体会女排精神内涵，即不畏强敌、顽强拼搏和团结协作，这些和技术讲解相比，更能触动学生的心灵。这样的方式，让学生在学习垫球、传球等技巧时，不再消极被动，而是积极主动，并能基于文化、精神层面理解该项运动，从而对其产生浓厚兴趣，有些学生还能在日常训练当中将优秀运动员作为自己学习的榜样，激励自己克服困难，最终形成正确的价值观和积极的运动态度。

（二）加大教学资源投入

针对高校排球教学条件不佳、教学质量不高问题，可从加大教学资源投入入手。高校可在资金预算中，适当增加对于排球教学的资金投入，用于师资队伍建设、教学设施完善等方面。如针对师资队伍建设，高校可定期组织教师参与专业培训，并邀请该领域专家学者来校开展讲座、指导，倡导教师走出自我小世界，积极参与教学研讨、学术交流等活动，以丰富教师知识储备，提高其教学能力，从而在壮大师资队伍的同时，提高其整体素质，促进他们的专业化发展。

教学设施方面，高校除了要保障排球教学器材的充足供应，还应关注其质量。为此，应定期对排球、网具等进行检查更新，让学生的训练、比赛在装备方面无后顾之忧，减少因为器材问题而出现的运动损伤，在保障学生训练效果的同时，给予他们良好的运动体验。场地建设方面，高校可基于学生数量、对排球运动的实际需求，合理规划排球场地，必要时，可适当增加，以缓解其数量不足问题。此外，也不应忽视对现有场地的维护与管理，在保障场地地面平整的同时，力求标线清晰，并配备照明、排水等设施，让学生的运动环境更为安全和舒适。总之，场地资源越充足，越能满足学生对排球运动的需求，通过增加其参与该项运动的机会，激发他们的运动热情。

（三）完善考核评价体系

考核评价体系是否完善不仅直接关系到排球教学质量的高低，也关系到是否能实现学生全面发展的目标。传统的考核评价方式较为单一，无法全面反映学生的学习状态，如努力程度、综合素质等。为此，高校应建立一套新的考评体系，并注重对体系的完善，通过对学生学习态度、技能掌握程度、进步幅度等的全面评价，全面了解排球教与学的情况。

在考核时，高校体育教师可采用过程性评价+终结性评价结合的方式。在实际教学中，教师可将前者贯穿到教学全过程，并观察学生的课堂表现，如参与排球训练的主动性、和其他

同学的合作能力、对于新技能的学习和掌握情况等，并对学生的
学习情况进行全程记录，在此基础上，给予及时反馈，加强跟踪
指导，以此来转变学生学习理念，丰富其学习方法。而后者评价
则主要是将期末考试和比赛成绩等作为依据，技能表现不能作为
唯一标准，而是要加入比赛意识、战术理解等内容。此外，还可
以增加学生自评与互评环节，通过此环节，便于学生更好地认识
自己，包括自身的优势、劣势等，通过学习他人优点，弥补自己
的不足，并培养他们自我反思意识，提高其评价能力，加强学生
之间的沟通交流和互动。借助这样的考评体系，能对学生的学习
成果进行全面、客观评价，激发其参与排球运动的积极性，引导
学生在排球学习中关注自身的全面发展，最终实现以体育人的
目标。

三、结语

总之，高校排球教学现状及教学模式的优化策略应符合教育
发展趋势以及人才成长和成才规律，为此，高校体育教师应积极
转变理念，对排球教学现状具有一个更为全面和清晰的认知，从
而在教育教学中能正视问题，并能基于问题，探索解决之道，加
强对学生体育核心素养的培养。本文从更新教学理念、教学方
法，加大教学资源投入等几个方面展开论述，以期在提高高校排
球教学质量的同时，提激发学生对于排球运动的热情，促进其身
心健康发展。

参考文献

- [1] 王萍. 高校排球教学现状及教学模式的改进 [J]. 当代体育科技, 2019, 009(004):65,67.
- [2] 霍鑫, 安洁. 高校排球教学现状及教学模式的改进 [J]. 智富时代, 2019, 000(002):P.238–238.
- [3] 任杭州. 高校排球教学现状及教学模式的改进研究 [J]. 体育风尚, 2019(9).
- [4] 金东烈. 高校排球教学现状及教学模式的改进 [J]. 当代体育科技, 2019, 009(006):49,51.
- [5] 吴清莉. 浅析高校排球教学中运动损伤的预防 [J]. 文体用品与科技, 2024, 002(002):192–193.
- [6] 罗伟. 浅谈高校排球教学中存在的问题和对策 [J]. 当代体育科技, 2019, 009(023):60–61.
- [7] 杨荣俊. 高校排球教学现状及教学模式的改进 [J]. 体育世界 (学术版), 2018(12) : 130 – 131.
- [8] 王萍. 高校排球教学现状及教学模式的改进 [J]. 当代体育科技, 2019, 9(04) : 65 + 67.
- [9] 马燕. 高校排球教学的困境及发展策略分析 [J]. 当代体育科技, 2019, 9(08) : 55 + 57.
- [10] 任杭州. 高校排球教学现状及教学模式的改进研究 [J]. 体育风尚, 2019(9):278–278.