

中职学校球类运动中学生团队协作能力的培养

王娟

江苏省阜宁中等专业学校, 江苏 阜宁 224400

DOI:10.61369/EST.2025120009

摘 要：团队协作能力是中职学生职业素养的核心构成要素，而球类运动凭借其对抗性、配合性的项目特质，成为培养该能力的重要载体。本文结合中职教育人才培养目标与球类运动教学规律，从教学内容重构、课堂组织创新、评价体系优化、课外延伸拓展四个维度，探索可落地的团队协作能力培养路径，旨在为中职学校提升学生综合素养提供实践参考。

关 键 词： 中职学校；球类运动教学；团队协作能力；培养路径

Cultivating Teamwork Skills in Ball Sports Among Vocational High School Students

Wang Juan

Jiangsu Funing Secondary Vocational School, Funing, Jiangsu 224400

Abstract： Teamwork skills form the cornerstone of vocational competence for secondary vocational students. Ball sports, with their inherent competitive and collaborative nature, serve as an ideal medium for developing these essential abilities. This study integrates the talent development objectives of vocational education with the pedagogical principles of ball sports instruction. Through four dimensions—reconstructing teaching content, innovating classroom organization, optimizing evaluation systems, and expanding extracurricular activities—this paper explores actionable pathways to cultivate teamwork skills. The research aims to provide practical references for vocational schools to enhance students' comprehensive competencies.

Keywords： secondary vocational schools; ball sports teaching; teamwork ability; training path

引言

中职教育以培养高素质技术技能人才为核心目标，除专业技能外，团队协作能力直接影响学生未来岗位适应力与职业发展潜力。球类运动作为中职体育教学的重要内容，其规则要求、战术执行均依赖成员间的有效配合，天然具备培养团队协作能力的优势。当前部分中职球类教学存在“重技能、轻协作”的倾向，未能充分发挥项目育人价值。基于此，探索科学、系统的培养路径，将团队协作能力培养融入球类教学全流程，具有重要的现实意义。

一、中职学生团队协作能力的“痛点画像”与球类运动的适配性

中职阶段是学生从校园走向职场的关键过渡期，其团队协作能力的水平直接影响未来职业发展质量。然而，受成长环境、学习习惯及认知特点影响，当前中职学生在团队协作中呈现出较为鲜明的短板特征，而球类运动凭借其规则性、对抗性与协作性的天然属性，恰好能与这些短板形成精准适配，成为针对性培养的有效载体。

（一）中职学生团队协作能力的典型短板

中职学生的团队协作短板并非孤立存在，而是贯穿“沟通—行动—意识”三个核心维度，形成相互关联的问题链条，这与他

们未来职场中需面对的“指令传递—任务执行—责任担当”需求存在明显脱节。

在沟通层面，主要表现为“指令传递模糊”与“倾听意识薄弱”。一方面，学生在团队活动中常出现“碎片化表达”，如在小组任务中仅简单说“我来做”“你不行”，却未明确说明具体做法、时间节点或资源需求，导致同伴无法准确接收到有效信息；另一方面，多数学生存在“被动倾听”甚至“选择性倾听”问题，当同伴阐述想法时，常随意打断或专注于自身任务，忽视关键信息，例如在模拟流水线协作中，对前序同学传递的“零件规格偏差”提醒置之不理，最终导致整体任务失误。这种沟通短板在需要即时响应的场景中尤为突出，直接影响团队协作效率。

在行动层面，“角色认知不清”与“关键时刻单打独斗”是

核心问题。部分学生对团队中自身角色的定位模糊，既不清楚自己的核心任务，也不了解与其他角色的配合边界，如在小组项目中，既想承担“主导者”角色，又不愿完成基础辅助工作，导致任务分工混乱；更关键的是，在面临挑战或压力时，不少学生倾向于“单打独斗”，试图通过个人能力解决问题，忽视团队协作的价值。例如在班级竞赛中，明明需要同伴配合才能完成的任务，却坚持独自尝试，不仅浪费时间，还容易引发团队内部矛盾，这与职场中“分工协作、优势互补”的要求严重不符。

在意识层面，则凸显“缺乏责任担当”与“团队荣誉感淡薄”的问题。当团队任务出现失误时，学生常出现“推诿责任”的行为，将问题归咎于同伴或外部因素，而非主动反思自身不足；同时，对团队的整体目标缺乏认同感，更关注个人表现与得失，例如在集体活动中，仅在意自己是否获得奖励，而不关心团队是否达成目标。这种意识短板导致团队缺乏凝聚力，难以形成“心往一处想、劲往一处使”的协作氛围，也无法满足职场中对“集体利益优先”“主动担责”的职业素养要求。

（二）球类运动与短板的适配解决路径

球类运动作为一项需要高度协作的体育项目，其规则设计、战术要求与训练模式，能与中职学生团队协作的短板形成精准对应，为问题解决提供天然的实践场景，实现“以赛促练、以练补弱”的培养效果。

针对“沟通层面”的指令传递模糊问题，可通过“战术沟通训练”实现破解。球类运动中的战术执行高度依赖清晰、即时的沟通，例如篮球的“挡拆战术”需要进攻球员用特定口令（如“挡左”“拆右”）传递意图，足球的“边路传中”需要前锋与边锋通过眼神或手势确认时机。教师可设计专项训练：在篮球教学中开展“无语言传球”练习，要求学生仅通过手势、表情传递传球方向与力度，强化非语言沟通能力；在足球教学中设置“战术口令速记”任务，让学生在快速跑动中准确接收并执行“长传”“回防”等指令，提升倾听专注度与指令理解效率。通过这些训练，学生能直观感受到“精准沟通”对团队目标的影响，逐步养成清晰表达、主动倾听的沟通习惯。

对于“行动层面”的角色认知不清问题，“固定位置任务”训练是强化角色认知的有效手段。每一项球类运动都有明确的位置分工，且不同位置承担着截然不同的职责，如排球的“二传手”负责组织进攻，“自由人”专注于防守，篮球的“控球后卫”主导节奏，“中锋”侧重内线对抗。教师可在教学中让学生长期固定某一位置，通过反复训练明确该位置的核心任务、与其他位置的配合方式，例如让学生连续3周担任篮球“中锋”，重点练习“卡位抢篮板”“掩护队友”等专属动作，同时理解与“后卫”的“传切配合”逻辑。当学生充分熟悉单一位置后，再进行“位置轮换”，让其体验不同角色的职责差异，从而深刻理解“每个角色都是团队不可或缺的一环”，逐步纠正“单打独斗”的行为，形成“分工协作”的行动意识。

面对“意识层面”的责任与荣誉意识薄弱问题，“团队积分规则”能有效唤醒学生的集体意识。球类运动的胜负直接与团队整体表现挂钩，教师可在此基础上优化积分规则，将“团队协作

表现”纳入评分体系，例如在篮球比赛中，不仅统计“得分”“篮板”等个人数据，还增设“助攻次数”“掩护成功次数”等协作指标，团队最终得分 = 个人数据得分 + 协作指标得分 × 2；同时，设置“最佳协作团队”“团队贡献之星”等荣誉，获奖团队的每位成员都能获得奖励，而非仅表彰个人。通过这种规则设计，让学生意识到“个人表现只有融入团队才能发挥最大价值”，例如自己的一次“助攻”可能帮助团队获胜，自己的一次“防守漏人”可能导致团队失利，从而主动承担责任，关注团队整体目标，逐步养成“以团队为荣、为团队尽责”的集体意识，与职场中的“班组荣誉”“岗位责任”要求形成有效衔接。

二、球类运动培养团队协作能力的“实践模型”

中职学生团队协作能力的培养并非一蹴而就，需遵循“认知—技能—应用”的递进逻辑。基于球类运动的场景特性与中职学生的认知规律，构建“实践模型”，从意识唤醒到技能拆解，再到复杂场景应用，逐步将“协作”从抽象概念转化为学生的主动行为，最终实现与职业需求的无缝衔接。

（一）基础认知阶：建立“协作 = 赢”的共识

认知是行动的前提。此阶段的核心目标是打破学生“个人能力决定一切”的固有认知，通过直观体验与职业关联，让学生从内心认同“协作是达成目标的关键”，为后续训练奠定思想基础。

（二）技能训练阶：拆解协作的“关键动作”

认知建立后，需将“协作”拆解为可训练、可掌握的具体技能。此阶段聚焦沟通、配合、角色三大核心维度，通过专项训练让学生熟练掌握协作的“关键动作”，具备团队协作的基础能力。

沟通训练聚焦“精准传递与有效接收”，解决协作中的“信息断层”问题。针对中职学生指令传递模糊、倾听意识薄弱的短板，设计针对性专项练习：“无语言传球”训练（以篮球、排球为例），要求学生在30秒内完成10次传球，全程禁止说话，仅通过手势（如指向传球方向）、表情（如点头示意准备接球）、肢体动作（如抬手示意“我来接”）传递信息，训练后统计传球失误次数，让学生分析“哪些动作导致信息误解”，逐步规范非语言沟通方式。通过这些训练，让学生掌握“清晰表达、主动倾听”的沟通技能，为协作奠定信息基础。

通过这些基础战术的反复训练，让学生熟悉“配合的节奏、时机与动作衔接”，逐步养成“主动配合、默契协作”的行为习惯。

角色训练聚焦“定位认知与责任担当”，解决协作中的“角色混乱”问题。通过“固定位置+轮换体验”的模式，让学生深刻理解不同角色的职责与价值：首先进行“固定位置训练”，根据学生的身体素质与技能特点，为其分配球类项目中的固定位置（如篮球的“控球后卫”、足球的“边后卫”、排球的“自由人”），明确该位置的核心职责（如控球后卫需“组织进攻、传递信息”，边后卫需“防守边路、协助进攻”，自由人需“专注防守、救起险球”），连续2周围绕该位置的职责开展专项训练，让学生熟练掌握岗位技能；随后进行“角色轮换体验”，让学生交换到其

他位置（如控球后卫轮换到中锋，边后卫轮换到前锋），体验不同位置的工作难度与协作需求——如控球后卫轮换到中锋后，会发现“内线对抗需要队友的传球支持”，边后卫轮换到前锋后，会明白“进攻突破需要队友的防守掩护”。通过轮换，让学生意识到“每个角色都有不可替代的价值，团队胜利需要所有角色的配合”，从而树立“尊重分工、主动担责”的协作意识。

（三）实战应用阶：在复杂场景中强化协作

基础技能掌握后，需将其置于更复杂、更贴近职场的场景中检验与强化。此阶段通过“混合编队赛”，让学生面对“陌生协作对象”的挑战，在真实对抗中灵活运用协作技能，提升团队协作的适应性与稳定性。

“混合编队赛”打破班级、专业的界限，模拟职场中“跨部门协作”的场景。教师首先根据学生的专业、球类技能水平进行“异质分组”——每组6-8人，确保每组内既有不同专业的学生（如机械专业、酒店管理专业、电子商务专业），也有不同技能层次的学生（技术熟练者、基础薄弱者），避免“同专业、同水平”的同质化组队；分组后给予15分钟的“团队磨合时间”，要求小组内确定队长、明确各成员的位置分工、制定基础战术（如篮球小组需确定“谁负责组织、谁负责进攻、谁负责防守”，足球小组需明确“防守阵型与进攻策略”），期间教师仅提供引导，不干预小组决策；比赛采用“循环赛制”，每组需与其他小组进行2-3场对抗，每场比赛后设置10分钟“小组复盘环节”，让成员

共同分析“本场协作中的问题（如信息传递不及时、位置配合失误）”“如何改进下一场的协作方式”，教师则针对各小组的问题提供针对性建议（如“陌生队友间可增加‘眼神确认’的沟通方式”“技术薄弱的成员可承担‘防守辅助’的角色，发挥体力优势”）。

三、结语与建议：从“球场”走向“职场”

建议中职学校以“职场协作需求”为核心纽带，将球类运动中的“战术沟通”融入机械专业的“流水线操作”课程，让学生在“模拟零件传递”中运用球场习得的“精准指令传递”技能；将球类的“角色分工”与酒店管理专业的“宴会服务”课程结合，让学生在“岗位配合演练”中深化“各司其职、协同补位”的认知；同时，在职业指导课程中引入“球类协作案例分析”，通过复盘“混合编队赛”中的协作问题，引导学生预判未来职场可能面临的“跨部门沟通”“突发任务配合”等挑战，提前规划协作能力提升路径。唯有如此，才能让中职学生在球场中练就的协作能力，真正成为其步入职场后的“竞争力”，实现从“会打球、懂协作”到“能工作、善配合”的无缝衔接，为培养符合产业需求的高素质技术技能人才提供坚实支撑。

参考文献

- [1] 张怀强. 足球与体育器材的融合与创新 [J]. 文体用品与科技, 2025(17).
- [2] 李丹. 基于数据驱动的体育器材训练优化方法探索 [J]. 文体用品与科技, 2025(20).
- [3] 胡伟军. 体育中多功能体育器材制作及应用研究 [J]. 文体用品与科技, 2025(20).
- [4] 任格. 体育器材合理开发利用对体育课效果的影响研究 [J]. 文体用品与科技, 2025(19).
- [5] 于海彬. 新型智能体育器材在学校训练中的应用现状与优化路径 [J]. 文体用品与科技, 2025(19).
- [6] 郭建兰. 体育器材个性化方案促进学生专项训练成效路径 [J]. 文体用品与科技, 2025(17).
- [7] 魏玉雪; 赵杰. 体育器材管理及安全保障机制优化研究 [J]. 文体用品与科技, 2025(17).
- [8] 杨志; 常江; 元绍山. 体育训练中围绕体育器材展开的教学方式探讨 [J]. 文体用品与科技, 2025(18).
- [9] 许柯. 基于职业导向的中职学校体育器材应用教学策略 [J]. 文体用品与科技, 2025(18).
- [10] 芮庆. 体育器材资源开发的实践案例与分析 [J]. 田径, 2025(08).