

■ 学科教育

西藏高校社会体育专业网球课 实践能力培养的改革创新

——以西藏民族大学为例

张治远

(西藏民族大学体育学院, 陕西咸阳 712082)

摘 要: 本文将“自主、探究、合作”教学模式运用到西藏高等学校社会体育专业网球技术课教学中, 针对网球实践课教学特点进行优化, 通过实践验证新的教学模式应用于西藏高等学校网球教学的对改善学习兴趣、促进师生关系的可行性, 为西藏高等学校社会体育专业技术课教学改革提供参考依据。

关键词: 西藏高校; 网球教学

中图分类号: G870

文献标识码: A

文章编号: 2095-770X(2016)08-0064-04

PDF 获取: <http://sxxqsfxy.ijournal.cn/ch/index.aspx>

doi: 10.11995/j.issn.2095-770X.2016.08.014

Reform and Innovation of Practical Ability Training of Tennis Course of Social Sports Major in Tibet University

——Taking Xizang Minzu University as an example

ZHANG Zhi-yuan

(Sports institute of Xizang Minzu University, Xianyang 712082, China)

Abstract: This article applies teaching models of independence, exploration and cooperation to Xizang colleges and universities' tennis skill teaching of social sports major, optimizes teaching processes of tennis skill courses, Through practice verify the new teaching mode applied in Tibet university tennis teaching to improve the learning interest and promote the feasibility of the relationship between teachers and students, for Tibet university sports professional course teaching mode reform to provide the reference.

Key words: Tibet university; tennis teaching

体育技术教学不同于一般的课堂教学, 既是身体语言的学习过程, 又具有很强实践性的教学活动, 它要求学生通过视觉建立技术动作表象, 肌肉的本体感觉去感知技术动作的要领、肌肉用力的程度以及技术动作的时间空间特征^{[1][11-12]}。在网球实践课教学中所采用的教学内容、教学手段和方法直接影

响着教学质量及教学效果。传统的网球教学过程中经常采用的讲解示范授课法, 易产生学习效果差、传输信息单向、技术不稳定等诸多问题。在《关于基础教育改革与发展的决定》中指出: “鼓励合作学习模式, 促进师生之间的相互交流、共同发展, 促进师生教学相长。”^[2]这就要求我们在新的历史时期下对网

收稿日期: 2015-12-31; **修回日期:** 2016-04-04

基金项目: 西藏自治区高等教育教学改革研究项目(Jg2015-23)

作者简介: 张治远, 男, 山东潍坊人, 西藏民族大学体育学院讲师, 主要研究方向: 体育教学与训练、民族传统体育。

球教学应打破以讲授为主的灌输式的教学方式,要巧妙利用各种教学环境,合理运用新的教学方法和手段,构建“自主、探究、合作”的新教学模式,已成为教学方法改革、教学手段改进、教学质量提高的重要途径之一。这种新的教学模式将有效调节反馈机制、挖掘学生创造性,形成师生、生生之间的多渠道良好互动关系的建立,以培养适应新时期西藏体育事业发展需要的综合性人才。

一、研究目的与方法

(一)研究目的

将“自主、探究、合作教学模式”运用于西藏民族大学社会体育专业网球实践课教学,针对网球实践课的授课和学习特点进行教学实验,对实验结果呈现出的优劣势进行分析研究,探讨新的教学模式学生技术掌握、学习兴趣、认知态度的差异性。

(二)研究方法

1. 文献资料法

查阅、搜集、整理有关“自主、探究、合作”的文献资料,并对高校基础理论教学、体育教学改革及实践研究中相关部分重点阅读,为本实验研究方案的设计、测试指标分析、讨论、评价奠定理论基础。

2. 调查法

针对涉及的内容,结合专家和学者建议,经过三轮的增删、补充与调整最终确立问卷指标体系,设计网球课程学习过程中“三个意识”信息反馈问卷。在遵循社会学原理的基础上进行发放,发放问卷 20 份,回收 20 份,回收率 100%,有效率 100%。

3. 实验法

(1)实验对象

西藏民族大学 2013、2014 级社会体育专业网球专项班 20 名同学为实验对象,随机抽取 2013 级确定为对照组,2014 级确定为实验组,两班人数均为 10 人。其中对照组使用传统教学法进行教学;试验组使用“自主、探究、合作”教学模式进行教学。

(2)实验的时间及地点

试验时间:2015 年 3 月—2015 年 6 月,共 68 学时进行教学。

试验地点:教学实验的测试地点和实践课的授课地点在学校网球场。

4. 数理统计法

对两个实验组实验前后专项素质、成绩等指标

进行测试,运用 SPSS15.0 对数据进行分析检验。

二、实验设计与实施

(一)实验目标

采用“自主、探究、合作”教学模式后,参与实验的学生在运动技能形成及知识的掌握、专项素质的提高、学习兴趣及学习态度的提升等是否存在差异,进而有效检查评估教学质量。

(二)实验的设计与实施

1. 实验目标的设计

教学大纲规定的 68 学时网球专项课进行试验,以网球发球、正反手击球、网前截击球等教学内容为实验内容,每组每周 4 学时,共 17 周,68 个学时。

2. 实验实施的设计

避免在实验前两组之间存在着系统差异,从而影响教学实验的内部效度和可靠性。“自主、探究、合作”教学模式与传统体育教学的操作模式上虽有不同,但本研究结合网球课程教学特点将“自主、探究、合作”运用于教学程序,包含了课前准备、目标任务、集体授课、“自主、探究、合作”教学小组、反馈补救措施、评价总结的五个基本要素的教学程序,形成多元化的三维评价模式,符合实验条件的要求。

3. 实验控制

首先,实验组与对照组由同一位网球教师进行授课,教学内容、学时数、场地器材、评价手段等均保持一致,实验前将实验组按男女比例划分为 2 个学习合作小组,实验持续 17 周,设计者对教学过程进行监控、记录、比较、校正。

其次,对两个组的运动技能测试,打破分组界限同时同场地进行测试考评,实行考教分离,主考由两名非参与本试验的网球教师担任,取平均分决定最终成绩。

再次,教学实验前测和后测安排在实验开始前和结束后的五天内进行,以防止因时间过长而造成实验的内部效度和可靠性降低^[3]。

(三)实验假设

采用“自主、探究、合作”教学模式后实验组较对照组在运动技能形成、理论知识掌握、学习兴趣态度、分析解决问题的能力、社会适应性等方面有较大的提升,学习兴趣及测试成绩有所提高。

三、实验结果与分析

(一)对运动技能掌握的影响

为了解“自主、探究、合作”教学模式干预后对学

生运动技能的影响,两个组在实验前后均进行运动技能测试,并打破分组界限,同时同场地进行测试考评,实行考教分离。实验结果见表1。在实验前,实验组与对照组在运动技能测试中,发球、截击球技术、底线反手击球技术、底线正手击球等指标上无显

表1 实验前后对实验组与对照组的运动技能掌握对照($\bar{x} \pm s, n=10$)

组别		发球	截击球	底线正手击球	底线反手击球
实验前	实验组	5.62±1.55	6.24±1.41	21.24±7.42	20.16±7.41
	对照组	5.63±1.98	6.25±1.74	21.19±7.58	20.18±7.62
	P	>0.05	>0.05	>0.05	>0.05
实验后	实验组	7.01±2.18	7.19±1.37	26.30±7.45	25.22±7.81
	对照组	6.48±1.71	6.31±1.53	25.23±7.21	21.20±7.01
	P	<0.05	<0.05	>0.05	<0.05

从实验结果可以发现,两组在实验前后运动技能的掌握都有提高,实验组各项指标都明显优于对照组,除量化标准上存在一定的客观差异性,运动技能的形成是通过反复练习而获得的,它掌握与成绩的提高是成正比关系的^[4]。

其次,试验后实验组与对照组在底线正手击球技术指标上差异性不显著,主要因为学生在课上及课余时间的练习较多的使用底线正手击球技术,由于试验时间短的因素,“自主、探究、合作”教学模式干预后的优势没有充分显现出来,但是实验组的技能掌握还是在一定程度上优于对照组,也显示出“自主、探究、合作”教学模式的独特性。但结果显示实验组的发球、截击球技术、底线反手击球运动技能的提高程度都要明显优于对照组,主要由于实验组在练习过程中充分发挥了学生的主动性、创造性和探究精神,有利于学生探讨和改进最佳练习方案,说明“自主、探究、合作”教学模式对网球课上学生的运动技能的改进、动作标准化及掌握具有明显促进作用。

(二)对专业理论知识学习掌握的影响

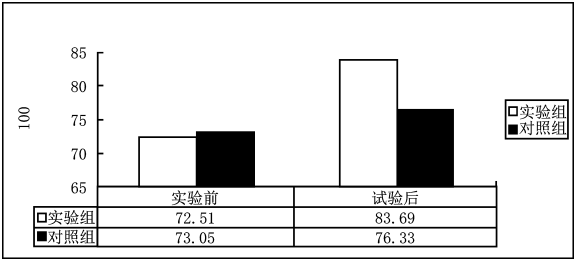


图1 实验前后理论知识掌握情况对比

社会体育专业的学生学习能力、创新能力的培养,除学习专业运动技能、技战术外,理论知识、教学实践、场地设施、竞赛组织编排等专业理论知识都是课程内容重要的组成部分。理论知识是学习掌握运

著性差异($p > 0.05$);试验后实验组和对照组在发球、截击球技术、底线反手击球技术、底线正手击球技术等指标都有所提高,存在显著性差异($p < 0.05$),且实验组各项指标都明显优于对照组。

动技能的基础,实验前后对学生理论知识的掌握情况进行了测试。结果见图1。实验前两个组的理论知识的掌握情况不存在显著性差异,实验后两组理论知识的测定成绩均有所提高,说明两个组所采用的教学模式都能起到提高理论知识掌握的作用,理论知识的掌握都是需要学生通过不懈的学习才能达到的。但试验后的结果显示,试验后实验组理论知识的掌握程度明显优于对照组,教师授课满意度也大幅提高。说明“自主、探究、合作”教学模式对专业理论知识的掌握,尤其是对学生教与学的主动性、自学能力的培养、学习兴趣的提高都要优于传统教学的个体竞争模式。

(三)对学习兴趣、态度的影响

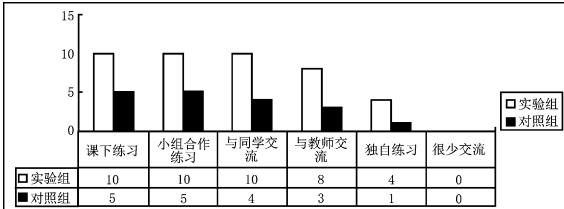


图2 实验后学习兴趣、合作意识情况对照

学习兴趣及认知态度是个体学习过程中对学习内容的体验、行为、评价的综合表现,是调节学习过程中行为的选择和反映,它直接影响着教学效果。教学结果见图2。实验后实验组在课下练习、独自练习、小组合作练习、与同学交流等各项指标的参与度上都明显高于对照组,说明“自主、探究、合作”教学模式改变了传统教学中“教师讲解示范、学生模仿练习”的模式,最为突出的特点就是建立了良好的师生关系,促进了学生之间的交流与合作,增强了学生学习的主动性,加强了动态因素间的互动,构建了教学过程中“自主、探究、合作”一体化的教学模式,提

高了教学过程中教师与学生、学生与学生之间的合作、互动、互助、互评,使学生从过去的“被动服从”转变为现在的“主动参与”,从而有效提高了学生学习兴趣和增强学习动力。

(四)对学生合作意识、探究意识和自主学习的影响

将“自主、探究、合作”教学模式作为试验中重要的测试指标,显示出合作意识、探究意识和自主学习意识的提高对于调节群体成员之间的内部关系,提高学习效率有着重要作用。实施教学干预后实验组课下小组合作练习、与人交流的主动性及学习积极性明显高于对照组,存在显著差异性,说明新模式下学生交流和接受信息的主要途径发生转变,学生已经不完全依附于教师的传授和指导,而是在学习过程中承担练习者、帮助者等不同的角色,使每个成员都变成整体不可分割的一部分,多种练习形式有机结合起来,从而多渠道的获取反馈信息,有利于学生自主学习、合作精神、探索精神和创新意识的培养,增强了团队精神和责任意识,激发了学生学习的积极主动性和创造性,与此同时也促进了教学资源充分利用。

四、结论

1. “自主、探究、合作”教学模式强调自主学习、合作精神、探索精神和创新意识的培养,以“合作与竞争并重”的特色,尤其是对学生教与学的主动性、自学能力的培养、学习兴趣的提高都要优于传统教学的个体竞争模式。在西藏高校社会体育专业网球课的运用,能有效地优化教学过程,有利于藏族大学生学习运动技能的形成、积极性与兴趣性的提高,建议在西藏地区高校体育院系其他技术课教学中积极推广“自主、探究、合作”教学模式,从而在教学过程中建立良好的“师生”关系,促进“生生”间的交流与合作,增强学生学习的主动性。

2. 教学过程中“自主、探究、合作”一体化教学模式的构建,在学习过程中体现出师生、同学之间的多渠道互动交流,提高了教学过程中教师与学生、学生与学生之间的合作、互动、互助、互评,使学生从过去的“被动服从”转变为现在的“主动参与”,从而有效提高了学生学习兴趣和增强学习动力。因此将此教

学模式引入大学公共体育教学中,将有效改善公共体育课中学生的学习兴趣和学习主动性。在公共体育课教学中,也可以引入技术水平较高的体育院系专修班或体育教育、社会体育专业的学生与大学公共体育课的普通学生共同上课,充分接触、取长补短、共同进步,形成动态的互动模式,以增强学生学习兴趣。

3. 新教学模式下应始终将“以人为本”、“以学生为本”、“以促进学生主动发展为本”的理念对现有教材体系、教学方法等从根源上进行改革,主动寻求教学手段、考试办法等方面的改进,有效的利用合作与竞争,改善系统内部的个体责任与组内合作加工、组间互赖竞争等互动因素,加强学生的自主意识、探究意识、合作意识的培养,提高学生分析、解决问题的能力,使学生的综合素质得到全面和谐的发展,符合新时期西藏社会需求和西藏地区高校自身发展的需要,也符合新时期素质教育的理念。

4. 新教学模式对于合作意识、探究意识和自主学习意识的提高,调节群体成员之间的内部关系,提高学习效率,都有着重要作用。新模式下学生交流和接受信息途径的转变,促使学生已经不完全依附于教师的传授和指导,而是在学习过程中扮演着不同的角色,使小组成员形成一个有机的整体,多渠道的获取信息,有利于提高学生学习动力、改善学习方法、主动进行思考、尝试创新,增强了团队精神和责任意识。

[参考文献]

- [1] 叶峰. 多媒体 CAI 课件对学生体育情境兴趣影响实证性的研究[D]. 上海: 华东师范大学, 2012.
- [2] 商伟. 互动式教学在田径课教学中的实验性研究[J]. 辽宁师范大学学报(自然科学版), 2014(4).
- [3] 刘利新. “程序”教学法在普通高校排球课教学中的实验研究[J]. 哈尔滨体育学院学报, 2008(2).
- [4] 陈祥慧. 合作学习教学模式在体育院系网球教学中的应用研究[D]. 武汉: 武汉体育学院, 2014.

[学术编辑 黄彦震]

[责任编辑 熊 伟]