

全民健身视角下的气排球运动推广策略探究

刘文霖¹, 刘汉卿²

1. 山东财经大学, 山东 济南 250014

2. 潍坊职业学院, 山东 潍坊 262737

DOI: 10.61369/SDME.2025100019

摘 要： 全民健身有助于改善大众体质，提升大众身心健康水平，形成积极向上的社会风气。从全民健身背景出发，加强气排球运动在高校的推广，营造良好的校园体育文化氛围，促使学生积极参加气排球运动，对提升学生运动能力与身体素质具有重要意义。所以，笔者首先分析气排球运动特点，而后针对气排球运动推广中面临的学校重视程度不高、比赛交流少、宣传力度低等问题提出相应的改善策略，旨在丰富学生课余生活，提升学生体质健康水平。

关 键 词： 全民健身；气排球运动；推广策略

Research on the Promotion Strategies of Gas Volleyball from the Perspective of National Fitness

Liu Wenlin¹, Liu Hanqing²

1. Shandong University of Finance and Economics, Jinan, Shandong 250014

2. Weifang Vocational College, Weifang, Shandong 262737

Abstract： National fitness helps improve the physical fitness of the public, enhance their physical and mental health, and foster a positive social atmosphere. Against the backdrop of national fitness, strengthening the promotion of gas volleyball in colleges and universities, creating a favorable campus sports culture atmosphere, and encouraging students to actively participate in gas volleyball are of great significance for improving students' sports ability and physical fitness. Therefore, the authors first analyze the characteristics of gas volleyball, and then put forward corresponding improvement strategies for the problems in the promotion of gas volleyball, such as insufficient school attention, lack of competition exchanges, and weak publicity, aiming to enrich students' after-school life and improve their physical health.

Keywords： national fitness; gas volleyball; promotion strategies

引言

相较于其他体育项目，气排球运动具有安全性高、经济性强、趣味性强的优势，高校具有多方面推广价值，能够满足不同身体素质学生的运动健身需求。在高校积极推广气排球运动，丰富学生课余生活，提升学生体育运动参与度，落实全民健身理念，符合学生全面发展需求与高等教育改革趋势。教师要针对当前气排球推广过程中面临的各种问题，采取相应的改善措施，让更多学生了解气排球运动，加入气排球运动。

一、气排球运动特点

（一）安全性高

气排球是由聚乙烯薄膜特制而成，相比于硬排球具有体积大、重量轻、飞行速度慢的特点，所以即便打在学生身体上，也不会带来较大痛感。而且，气排球运动属于隔网对抗项目，比赛中需要像硬排球一样将双方隔开^[1]。综合以上两点因素，可以得出结论：气排球运动具有较高安全性，适于在高校推广^[2]。

（二）经济性强

气排球运动对场地要求较小，甚至可以使用气排球场地；球网相对较低，适用于不同年龄段的运动爱好者；对参与者身体素质要求较低，能够更好地覆盖学生群；气排球价格较低，且耐用。所以，气排球经济性较强，高校建成运动场地之后，不仅可以面向本校师生开放，而且可以为社会提供更多运动资源^[3]。

（三）趣味性强

气排球运动规则由硬排球运动规则演变而来。与硬排球运动

作者简介：

刘文霖（2004.09—），男，汉族，山东潍坊人，本科在读，山东财经大学，研究方向：体育经济管理、运动训练方向。

刘汉卿（1977.12—），男，汉族，山东潍坊人，研究生，潍坊职业学院，研究方向：体育教学、运动训练方向。

相比,气排球运动更为简单,每得一分轮转一次,容易营造出轻松愉快的比赛氛围。另外,气排球运动对学生的技术要求相对较低,他们经过教师指导即可掌握垫球、传球、发球等基本技术。即便是学生初学气排球运动项目,也能够充分享受比赛乐趣^[4]。再者气排球运动的击球方法多种多样,包括吊球、扣球、垫球、传球等,这很大程度上增加了体育运动的观赏性和趣味性。

二、气排球运动推广问题

(一) 学校重视程度不高

气排球运动在高校的开展与普及,需要得到学校相关部门的支持,如果学校重视程度不高,没有提供相应支持,则会影响气排球运动项目的顺利开展。虽然,在很多学校、单位以及社区都有气排球比赛,而且部分学校也安排了气排球课程,但是大部分时候学生气排球运动是自发组织^[5]。学生气排球运动经常面临缺少场地和器材的问题。

(二) 宣传力度不足

宣传力度低,是当前影响气排球运动在高校内推广的重要因素。宣传力度不足,学生缺少了解气排球运动的渠道和机会,那么气排球在学生群体中的影响力就会比较低。近年来,信息传播渠道逐渐增多,新媒体逐渐成为学生生活的重要组成部分,教师需要加大气排球运动在新媒体平台的宣传,让这项有趣的体育运动更多地出现在学生的视野里。事实上,很少有教师专门在新媒体平台介绍气排球运动技能与相关赛事。

三、全民健身视角下的气排球运动推广策略

(一) 优化教育资源配置,夯实推广基础

高校要重视气排球运动的推广,不断完善气排球教学体系,夯实其在校内进行广泛推广的基础^[6]。体育场地和设施是推广气排球运动的必要条件,高校首先要结合学生运动需求加快运动场地与设施建设。气排球运动场地与气排球场地大小相近,是12米长、6米宽。高校可以在原有体育场地的基础上进行升级改造,提升其功能,满足学生的更多运动需求^[7]。气排球运动场地升级改造,要坚持环保性、安全性、功能性并重,使运动场地充分满足比赛、训练以及教学等多重需求。其次,高校要重视先进教学技术与设备的引入,这对提升气排球项目教学效果与学生运动体验十分重要。当前,科技与体育教育的结合正在成为教育改革的重要方面,高校可以将虚拟现实技术、多媒体教学系统等现代化教学技术与设备引入气排球教学,增加教学活动中的科技元素,加快教学方法与手段创新。最后,气排球运动在校园中的推广需要以完善的课程体系为支撑,高校可以结合气排球运动特点和学生运动需求构建理论与实践紧密结合的课程体系。兼顾基础理论知识教学与技能训练的气排球课程体系,能够为学生构建体育知识体系,并对其进行内化创造更好条件。而且,学生在气排球学习方面的差异性客观存在,课程体系建设要遵循分层教学理念,结合不同层次学生的真实需求设计不同深度和难度的课程内容,夯

实气排球运动在学生群体的推广基础。

(二) 深化体育教学改革,激发内在活力

为了解决气排球运动推广问题,让学生更多地接触、了解这项运动,高校要深化体育教学改革。传统体育教学模式通常侧重于技能传授与竞技成绩提升,而一定程度上忽视了学生综合素质培养,针对这种情况,教师要深化体育教学改革,在气排球运动教学中引领学生全面发展。这需要教师改变教学理念,构建“技能-认知-情感-社会”四位一体的教学改革框架,通过情境化教学、跨学科融合和个性化评价等多种措施,为学生全面发展提供支持。学生通过学习气排球运动课程,参加气排球比赛,锻炼运动技能,培养积极向上的处事心态,能够更好地适应新时代发展。首先,教师要进行教学方法创新,主动打破传统教学模式的局限,比如在技能练习环节进行设计“僵尸围城”防守训练,即用充气障碍物模拟僵尸,要求学生在限定区域内通过传球保持“安全区”,通过游戏化训练方式激发学生运动兴趣与学习主动性,提高教学质量。气排球运动本身在高校体育教学中属于新兴项目,而且具有较高观赏性、趣味性,它与这些先进教学模式的结合,能够进一步提升体育课程对学生的吸引力。其次,从教学内容、方法等层面深化体育教学改革的基础上,教师还要推进教学评价体系改革,引入多元评价模式。多元评价模式包括全面评价指标体系,需要运动技能、战术理解、团队协作、创新能力、体育品德等多个指标,以及多元化评价方式,旨在提升评价结果全面性、科学性,为教师创新教学模式,激发学生内在学习动力、挖掘学生气排球运动潜能提供可靠依据^[8]。

(三) 拓展合作交流渠道,促进资源共享

全民健身视角下的气排球运动推广,要基于多个角度拓展合作交流渠道,促进体育运动资源共享^[9]。首先,高校之间需要主动打破壁垒,深化在气排球运动方面的校际合作,搭建协同发展网络,形成气排球运动推广合力^[10]。比如,高校可以组织校际气排球联赛、训练营、友谊赛等体育活动,这既可以提高学生的气排球竞技水平,又能够增进学校之间友谊和交流。其次,高校可以与企业共同开发科研项目,研究体能训练新方法和气排球运动的新技术,以推动气排球运动的科技进步,提升它的科技含量和吸引力。高校与运动科技企业共建实验室,研发气排球专用可穿戴设备(监测跳跃高度、扣球力度),打造产学研用生态链,是促进资源共享的重要举措。再者,高校在推广气排球运动方面,要具备国际视野,加强运动资源开发方面的国际合作,比如每年举办“丝路杯”气排球锦标赛,邀请“一带一路”国家高校参赛;与气排球强国高校建立合作,每年互派若干名教师前去研修。最后,高校整合线上线下资源,开发“气排球资源云平台”,上传教学视频(含战术解析、损伤预防)、赛事数据、科研论文,旨在为气排球技术交流提供便利。

(四) 强化校园文化引领作用,营造良好运动氛围

在增强学生对气排球运动的了解与认识,提高学生参与兴趣和参与度的过程中,要重视校园文化引领作用,通过多种措施营造良好运动氛围。首先,高校推广气排球运动时需要深挖弘扬气排球精神,宣传永不言败、勇于拼搏、团结协作等价值观,营造

出积极向上的校园文化氛围。比如，高校可以提出“气贯长虹，排山倒海”“球不落地，永不放弃等口号，突出气排球运动文化中的拼搏精神；根据校队夺冠历程、师生训练趣事制作《气排球里的青春》微纪录片。其次，高校要重视榜样引领作用，组织“气排球之星”评选活动，每月评选最佳扣球手、防守专家，获奖者照片登上体育馆 LED 屏，或者邀请气排球运动冠军担任技术顾问，定期举办“冠军课堂”分享会，使气排球运动氛围更为浓厚，从而潜移默化地影响学生，增强他们的运动积极性。再者，高校为了推进气排球运动内涵式发展，可以构建具有本校特色的品牌，比如结合本校学生特点、历史传统，和本地传统文化，设计特色化的气排球运动品牌形象，赋予队歌、队旗、队服本地特色。最后，高校要结合新媒体时代背景开发气排球运动宣传、推

广平台，建立与主流媒体的合作关系，通过短视频、资讯等多种形式宣传、报道气排球运动相关人物、活动、赛事，向学生展示气排球运动的风采和魅力。

四、结束语

总而言之，教师要从全民健身视角出发，加强气排球运动在高校的推广，从而有效改善学生体质，提升学生身心健康水平，营造积极向上的校园文化氛围。当前，气排球运动在高校的推广面临着学校重视程度不高、比赛交流少以及宣传力度等问题，教师要对这些问题进行深入研究，针对性采取改善措施，进而让更多学生了解气排球运动，加入气排球运动。

参考文献

[1] 赵锡哲. 全民健身背景下推进气排球入高校的价值与推广路径探析 [J]. 文体用品与科技, 2024, (13): 10-12.

[2] 王嘉妮, 王永成. 全民健身视域下陕西省气排球运动发展路径的优化研究 [C]// 陕西省体育科学学会, 陕西省学生体育协会. 第二届陕西省体育科学大会论文摘要集 (专题九). 西安体育学院; 2024: 266-270.

[3] 张连春. 云南省高校大学生气排球校园文化建设研究 [D]. 云南师范大学, 2024.

[4] 吴妍. 全民健身与体育文化视角下的气排球运动探究 [J]. 体育风尚, 2024, (04): 133-135.

[5] 张曦元, 马冬梅, 冉娅. 全民健身背景下气排球在甘肃省发展的优化路径研究 [J]. 体育科技文献通报, 2024, 32(02): 103-106+121.

[6] 顾飞, 许玲俐. 智慧体育助力气排球运动在全民健身中的路径和策略研究 [J]. 文体用品与科技, 2023, (19): 193-195.

[7] 李禹诺. 基于 SWOT-AHP 分析的黑龙江省普通高校气排球运动发展研究 [D]. 东北石油大学, 2023.

[8] 丁国伟. 基于知识图谱的我国气排球运动可视化分析 [J]. 文体用品与科技, 2022, (13): 119-121.

[9] 罗俊波, 楚爱英, 陈同辉. 广州气排球运动创建群众体育品牌赛事研究——以广州市气排球公开赛为例 [J]. 文体用品与科技, 2022, (13): 46-48.

[10] 张海珍. 山西省部分高校开展气排球运动现状调查研究 [J]. 集宁师范学院学报, 2022, 44(03): 103-107.