

高校排球教学中技术与策略融合的实践探索

周冬颖

江西服装学院, 江西 南昌 330201

DOI: 10.61369/SSSD.2025170028

摘 要 : 技术与策略融合在排球教学中的重要性体现在优化学生运动表现, 培养学生综合思维、问题解决能力等多个方面, 对学生个体、体育教学发展均有明显促进作用。教师要面向技术与策略融合探究高校排球教学创新发展路径, 改变学生学习排球知识的方式, 提升其体育课程学习效果。本文从技术与策略的关系入手, 探讨技术与策略融合在排球教学中的重要性, 而后提出具体实现路径, 以供参考。

关 键 词 : 高校; 排球教学; 技术与策略融合; 实践

Practical Exploration on the Integration of Technology and Strategy in College Volleyball Teaching

Zhou Dongying

Jiangxi Institute of Fashion Technology, Nanchang, Jiangxi 330201

Abstract : The importance of integrating technology and strategy in volleyball teaching is reflected in optimizing students' sports performance, cultivating their comprehensive thinking and problem-solving abilities, etc. It has an obvious promoting effect on students' individual development and the progress of physical education teaching. Teachers should explore the innovative development path of college volleyball teaching oriented towards the integration of technology and strategy, change the way students learn volleyball knowledge, and improve their learning effect in physical education courses. Starting from the relationship between technology and strategy, this paper discusses the importance of integrating technology and strategy in volleyball teaching, and then puts forward specific implementation paths for reference.

Keywords : colleges and universities; volleyball teaching; integration of technology and strategy; practice

传统排球教学模式将技术训练与战术指导分开来, 导致学生难以形成系统化的运动认知体系。针对这方面问题, 教师要在高校排球教学中融入技术与策略相融合的理念, 引导学生探究技术动作与战术意图的动态关联, 准确把握技术与策略之间的关系, 从而帮助学生深入理解排球知识, 并对其进行内化。这种融合教学模式突破了单一技能训练的局限性, 促使学生将基础技术学习与策略分析结合起来, 能够优化学生运动表现, 培养学生综合思维、问题解决能力。

一、技术与策略的关系解析

在高校排球教学中, 技术与策略的融合能够提升教学质量, 让学生在比赛中有更好的表现。要有机融合技术与策略, 教师首先要明确二者之间的关系^[1]。技术一般是指排球运动中的各种动作技能和操作方法, 是运动员完成比赛动作的基础, 包括发球、传球、垫球、扣球、拦网等。学生准确掌握技术, 才能够成功执行比赛策略, 争取比赛优势。策略是在比赛过程中, 根据对手的情况、比赛的局势以及自身的技术特点等因素, 所制定的具有针对性的行动计划和应对方法, 例如进攻策略、防守策略、阵容调整策略等。技术与策略之间的关系十分密切, 一方面来说, 技术是实施策略的基础, 另一方面而言, 策略的正确选择和随时调整

能够将技术的作用更大程度上发挥出来。如果缺少技术的支持, 即便策略制定得再完美, 也难以在赛场上得到有效执行, 无法转化为实际的比赛优势。反之, 若没有恰当的策略引导, 技术运用可能会缺乏针对性, 变得盲目和低效。所以, 技术与策略相互依存、相辅相成, 共同决定着学生在比赛中的发挥水平^[2]。

二、技术与策略融合在排球教学中的重要性

(一) 优化运动表现

在排球教学中, 技术与策略的有效融合能够提升学生综合素质, 使他们在比赛中更加游刃有余地应对各种情况, 将个体和团队的潜能最大程度地激发出来。熟练掌握各项技术动作, 做到

精准的发球、稳定的传球、到位的垫球、有力的扣球以及有效的拦网，是学生在比赛中合理选择策略，有效实施策略，继而取得比赛优势的可靠保障。学生熟练掌握各项技术动作之后，在面对不同的对手和比赛局势时，才能够按照既定策略灵活运用技术。同时，合理的策略也能够帮助学生更加准确地把握技术运用时机，顺利争取比赛优势。比如，进行防守时，如果根据对手的进攻特点制定相应的防守策略，可以使队员更加清楚何时该采用何种防守技术，这对提高防守的针对性和有效性有重要意义^[3-4]。由此可见，技术与策略融合能够提升学生对各种比赛情况的应对能力，让他们在排球运动中有更亮眼的表现。

（二）培养综合思维、问题解决能力

技术与策略融合的排球教学模式，为学生综合思维、问题解决能力培养提供了良好载体。该教学模式下，学生需要在掌握各类技术动作的同时，学习如何在根据比赛情境选择、调整策略。这一过程促使学生从多个角度思考问题，认真观察比赛局势，分析对手特点，灵活调整技术运用方式，对学生在观察分析、决策、创新等方面的能力提出了较高要求。例如，在面对不同风格的对手时，学生需要分析对方进攻、防守特点，而后制定出针对性的策略，进而更大程度上阻止对方得分，并为己方创造更多得分机会。而且，学生在实施策略的过程中，还会遇到各种突发情况，如对手策略的临时改变、自身技术发挥的波动等，需要准确把握比赛局势，迅速做出反应，调整技术运用或策略方向。学生在该模式下积累的经验能够迁移到日常生活中，对他们今后的生活产生积极影响^[5-6]。

三、高校排球教学中技术与策略融合的实践路径

（一）融合教学模式的设计

科学的教学模式设计，促使学生将技术与策略进行融合的第一步。教师要在深刻理解排球运动特性，准确把握学生学习需求的基础上，优化教学模式设计。首先，教学模式设计应强调技术学习与策略应用的同步进行，在排球教学的每一个环节融入技术动作讲解与策略思想，比如教师教授发球技术时，可以在示范发球动作，引导学生学习动作要领的同时，启发他们思考如何通过调整发球的力量、角度和落点达到破坏对方一传，为己方争取比赛主动权的目的^[7]。其次，教学模式设计要重视案例分析、模拟比赛等不同教学措施的应用，引导学生在各类比赛的环境中探究排球知识，并对其进行内化。通过分析相关案例，学生能够深入理解排球比赛中技术与策略的运用方式，强化结合实际情况选择适宜技术动作和策略的意识。模拟比赛能够营造出紧张的比赛氛围，让学生在“实战”中理解技术与策略的关系。最后，教学模式设计要注重学生创新思维培养，充分考虑学生自主学习需求。教师可以融入一些开放性任务或问题，启发学生自主探究不同技术与策略进行结合的可能性，鼓励学生尝试创新性的技术运用方式和策略制定方法，例如设置一些没有固定答案的战术讨论主题，让学生分组进行研讨，激发他们的创造性思维，培养他们独立思考和解决问题的能力。

（二）融合教学模式的方法

为了突出技术与策略相结合，教师要选择精神排球教学方法，为学生学习提供全方位支持。

1. 分层教学法

这是一种根据学生技术水平与策略理解能力的差异性，对学生进行分层，而后提供个性化学习指导和教学资源的教学方法。比如，针对技术基础较弱的学生，教师可以将教学重点放在基本技术动作训练，引导学生通过反复的发球、传球练习熟练掌握动作要领，帮助他们为后续的策略学习奠定基础；针对有一定技术基础，但在策略运用上存在不足的学生，则要适当增加策略讲解与案例分析的比重，通过讲解经典比赛视频，引导学生分析如何根据对手特点选择合适的进攻或防守策略^[8]。

2. 小组合作学习法

小组合作学习法将学生分成若干小组，要求学生依托小组的力量开展自主学习。教师可以按照“同组异质”的原则对学生进行分组，引导学生在小组合作学习中相互交流技术动作的心得，分享各自对策略的理解，从而深化他们探究排球知识的层次。例如，在模拟比赛环节，教师要鼓励各个小组就比赛策略的选择问题展开组内讨论，根据对手的阵容和进攻特点，制定出针对性的防守和进攻方案^[9]。

3. 多媒体教学法

教师要利用现代多媒体技术，如视频、动画等，直观地展示排球技术动作和策略运用方法。首先，教师进行排球技术动作教学时，可以播放慢动作视频，让学生更清晰地观察发球、传球等动作的操作细节，包括发力点、肢体协调性等，帮助学生建立具体认知；其次，针对策略运用方面的教学内容，可以制作动画来呈现不同比赛场景，指导学生结合具体比赛场景分析站位和进攻意图，探讨如何合理调整防守和进攻策略。

（三）融合教学模式的实施步骤

在合理选择教学方法的同时，教师还要重视教学过程的优化，通过明确的步骤为教学目标提供载体。结合排球课程特点，教学模式的实施可以分为以下几个步骤。

1. 制定明确的教学目标

教师要根据学生的实际情况和排球教学大纲要求，制定清晰、具体且可衡量的教学目标。教学目标应涵盖技术掌握与策略运用两个方面。技术掌握方面的教学目标，需要明确学生需要熟练掌握的发球、传球、垫球、扣球、拦网等各项技术动作的标准和要求；策略运用方面的教学目标，要确定学生能够根据不同的比赛场景、对手特点制定并执行相应的进攻、防守策略^[10]。

2. 开展课前预习与资料收集

在正式开始授课前，教师可以布置预习任务，引导学生收集与排球技术和策略相关的资料，帮助他们为将要学习的内容建立初步认知，比如让学生通过查阅体育书籍、观看排球比赛视频等方式，了解排球运动中常见的技术动作和经典比赛策略。同时，教师需要设计与预习任务配套的思考题，引导学生思考这些技术和策略适用于哪些比赛场景，引导学生活学活用，并为课堂学习做好铺垫。

3. 课堂讲解与示范

课堂上,教师要进行详细的技术动作讲解和策略分析。尤其针对一些操作难度较大的技术动作,教师要亲自示范标准的动作要领,将从准备姿势、发力顺序到动作结束的整个过程清晰展示给学生,并强调其中的关键要点和易错之处。在讲解策略时,教师要融入比赛案例,构建直观化教学情境,引导学生结合具体情境进行策略分析。

4. 组织课堂实践与小组讨论

在讲解示范后,教师要组织学生进行操作实践和小组讨论,比如安排学生进行分组练习,让他们在实际操作中巩固所学的技术动作和策略。在学生练习过程中,教师要进行巡回指导,及时纠正学生的错误动作,解答他们的疑问。结合巡回指导中收集到的信息,教师可以针对性设计讨论主题,引导学生就实践练习中

遇到的问题、产生困惑进行深入交流

四、结语

综上所述,在排球教学中实现技术与策略融合,能够优化学生运动表现,培养学生综合思维、问题解决能力,对学生全面发展具有十分重要的促进作用。教师应准确把握技术与策略的关系,将二者进行有机融合,使排球教学突破单一技能训练的局限性,为学生提供良好学习载体。具体到教学实践上,教师可以从教学模式设计、教学方法选择、教学流程构建等不同角度入手进行排球教学创新,将技术与策略相融合的理念融入其中,以改变学生学习方式,促使学生高效学习。

参考文献

- [1] 张娜. 翻转课堂教学模式在普通高校排球课程教学中的应用研究 [J]. 体育视野, 2024, (19): 77-79.
- [2] 许雷. "学、练、赛、评"一体化教学模式下高校排球模块化教学研究 [J]. 当代体育科技, 2024, 14(27): 55-58.
- [3] 侯雅轩. 高校排球教学中分层教学法的应用和效果分析 [J]. 冰雪体育创新研究, 2024, 5(18): 137-139.
- [4] 林莉. 高校体育排球课堂学生弹跳力训练内容及具体策略 [J]. 体育风尚, 2024, (09): 62-64.
- [5] 孙源杰, 胡钟月. 任务驱动教学法在高校排球教学中的应用研究 [J]. 冰雪体育创新研究, 2024, 5(17): 176-178.
- [6] 石旅畅, 潘迎旭, 王骏昇, 等. 高校排球普修课教学中课程思政育人效果研究 [J]. 青少年体育, 2024, (08): 26-29.
- [7] 宣红波. 高校排球"学、练、赛"一体化教学模式研究 [J]. 当代体育科技, 2024, 14(24): 48-51.
- [8] 赵兴旺, 李少华, 曹馨月. TPRS 教学模式融入普通高校排球课程的路径研究 [J]. 冰雪体育创新研究, 2024, 5(14): 149-151.
- [9] 王宁, 刘建宏, 谢思远. 探究混合教学模式在高校排球教学中的应用 [J]. 体育世界, 2024, (06): 99-101.
- [10] 谢颖. "动作导学"在高校排球选项课中的教学实践研究 [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(墙报). 西安翻译学院体育学院; 2024: 192-193.