

# 保留项目特色,拓宽高校排球教学空间

张燕杰

(华南理工大学 体育部,广东 广州 510641)

**摘要** 针对近几年来高校排球运动急剧滑坡的现象,进行了有目的调查,阐述了其主要的影响因素,并通过教学实验揭示保留排球项目特点,改变教学指导思想,开发更符合学生实际的教学空间,为高校今后开展好排球活动提供参考。

**关键词** 排球项目特色;排球运动;排球教学

中图分类号:G842.2 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2002)04-0078-03

## How to improve the volleyball teaching so as to keep its characteristics in universities

ZHANG Yan-jie

(1. Department of Physical Education, South China Technology University, Guangzhou 510641, China)

**Abstract** In view of the decreasing of volleyball activities in universities, the writer made certain investigations and analyzed the main influential elements. After a series of experiments in teaching, the solution for the improvement of volleyball teaching is to have a reform of instructive ideas, to develop methods fit for students, and therefore to keep the characteristics of this course.

**Key words** characteristics of the volleyball item; volleyball sport; volleyball teaching

近几年来,排球运动在高校开展的情况却不容乐观,除上排球课和排球队训练之外,学生却很少利用排球运动来锻炼身体。本文通过对广东省通过全国“211”工程预审的6所高校排球场地及教学方式制表调查(教师调查),对学生参加排球锻炼和排球课学习情况进行抽样问卷调查,发出调查问卷700份,收回有效问卷600份,有效率85.7%。对回收问卷进行分析和总结,为高校排球教学的进一步改革提供参考依据。

### 1 教学实验

在调查分析的基础上,制定教学改革实验方案,于2001年3月至2001年7月进行教学对比实验。教学实验程序:将华南理工大学的5个排球选项班(男女混合班,每班30人)随机分成两个组,一个组是实验组,另一个为对照组。实验组教学采用循环教学法,各项技术循环练习,学生可随时向老师申请考评,传垫球技术过关后可进入另一项技术练习或进入比赛。以练习与教学比赛为主,教学比赛的规则在保留项目特点的基础上加以修改,根据一般大学生与专业排球运动员的平均身高以及一般大学生与专业排球运动员在身体训练方面存在的差异,降低网高,男生确定在2.10~2.20m,女生确定在1.90~2.00m。教学初期允许2次触球,允许4次击球过网,放宽持球尺度,允许用抛球代发球,根据学生

的技术情况,可固定个别站位不轮转或减少每队参赛人数。对照组按照常规教学。

### 2 结果与分析

(1)从排球场地设施的调查情况看,6所高校共有排球场地37个,其中有9个场地是与其它场地套用,专用排球场地只有28个。6所高校除教职工外,在校大学生约6万余人,这样的场地配备显然不足。从另一个角度讲,由于高校可继续开发、利用的体育场地不多,经费有限,必定会先满足学校开展较好的、学生喜欢的运动项目的场地建设。高校排球项目开展的不理想状况由此可见一斑。

(2)从学生课余参加排球活动的人数调查中可以发现:虽然中学到大学的体育教材中都有排球项目,但课余时间参加排球活动的人数却不多,每周参加1次以上的人数只占调查人数的4%(表1)。

表1 课余时间参加排球活动情况

每周2次以上		每周1次		不定期		不参加	
人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
10	1.7	14	2.3	23	3.8	552	92.0

与其它球类项目相比,参加排球活动居最后一位(表

2)这与近几年来高校体育改革有关,随着“健康第一”指导思想推出,多种运动项目和各项的运动形式都被改造开

发出来,如羽毛球、网球、3人篮球、4人足球、沙滩排球等,但高校的排球项目教学却没有新的变化。

表2 学生参加球类项目活动情况

足球		篮球		羽毛球		网球		乒乓球		排球	
人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
150	25	144	24	102	17	78	13	78	13	48	8

(3)调查中显示(表3),影响学生参加排球活动的重要因素是不能全面掌握排球的基本技术,由于技术不熟练,就打不成象样的比赛,很难体验参加排球活动的乐趣,也易出

现伤害事故,特别是手指的挫伤,因而也使得大部分学生去选择其它运动项目或运动形式进行体育锻炼。

表3 学生不愿参加排球活动原因<sup>1)</sup>

没掌握技术		怕伤手指		没兴趣		不如其他项目		怕脏累		运动量太小		没场地	
人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
558	93	360	60	468	78	498	83	168	28	138	23	156	26

1)本调查结果为一项多项选择

(4)通过对经常参加或偶尔参加排球活动的学生对排球基本技术掌握情况的调查(表4),反映出一般大学生对发球(一般发球)、传球和垫球技术基本上能掌握和运用,而对扣球和拦网技术都存在很大欠缺。因而,学生在参加排球活动中,也大多是低水平的隔网或几个人的传垫球活动。就连高校的排球选项课教学中,也很难组织起像样的教学比赛,这也是一个普遍存在的问题。众所周知,高校目前的排球教

材内容,是竞技排球的缩影,从技术、规则的传授,到场地标准,都是与竞技排球接轨的,随着竞技排球的发展,排球的对抗性增强,球速加快,扣球和拦网技术已成为排球运动中的最主要技术,对于一般大学生来讲,在参加排球活动中已不满足传统的简单的传、垫球活动,但又无法完成和运用较刺激的扣球、拦网和战术运用等关键技术,无法组织起有感染力的比赛,因此也就疏远了排球。

表4 学生对排球技术掌握情况及活动形式<sup>1)</sup>

发球		传球		垫球		扣球		拦网		自发比赛		非正式比赛		几个人传垫球	
人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
64	94	68	100	66	98	5	7.3	6	8.2	13	20	15	23	20	30

1)共调查68人

高校的排球运动从受到大学生的喜爱到遭受冷落,应该说是多种因素造成的,也是社会和体育快速发展所产生的必然现象。任何一项竞技运动,都能溯源到民间游戏,并由此发展演变而来,任何一个项目,无论它的发展变化有多大,它的游戏原有的本质特色都会保留着。排球运动的创始人威廉·摩根的初衷是发明一种男女老少皆宜的体育游戏,但经过100多年来的发展演变,目前竞技场中的排球已成为一项并非人人能及的“特殊人”的竞技运动了。运动员高大的身材,经过专门训练后的惊人弹跳,严格的规则,激烈的对抗,变化莫测的高难战术运用使常人望球兴叹。高校以后是否适宜继续开展排球活动,回答应是肯定的,排球运动的娱乐、健身魅力并不完全在于人能否掌握它高超绝世的技术,更重要的在于项目的本身特色。排球运动特色应该归纳为:各项技、战术均是围绕着拦截在空中飞行的球的方式进行击球,

使球既不落地,又不在身体任何触球部位停留。只要在排球活动中保留了上述特点,就可以认为是在进行排球运动。高校的排球运动,只要在这种指导思想下,在保持排球运动特点的前提下,进行教学改革,引导学生正确认识排球运动,一般大学生是完全有能力接受,而且也会开展得更好。关键是如何看待竞技排球与在一般大学生所能开展的排球的差别,如何认识娱乐、健身与竞技体育的关系。

(5)根据以上调查情况分析,我们曾作了一个学期的教学改革实验。在教学对比实验中,以学生乐意接受和有能力接受的活动方式,开展教学、技术传授与提高技能相结合,放宽规则,降低网高,以赛促教,采取有针对性的循环技术辅导教学,利用有趣的比赛激发学生学习排球和参与排球活动的兴趣,拓宽了教学空间。通过一个学期的对比实验,将学期未进行的教学比赛综合技术统计情况列于表5。

表5 期末教学比赛综合情况对照<sup>1)</sup>

性别	班别	发球次数			回合数			触球次数		二传 成功数
		总数	成功数	成功率/%总数	回合/局	每局2回 合以上	总数	每局人均 触球数		
男	实验	178	167	93.8	276	69	28	812	17.0	48
	对照	161	135	83.8	172	43	16	378	7.8	19
女	实验	165	152	92.0	284	71	30	826	17	42
	对照	162	128	79.0	180	45	17	381	8	14
性别	班别	扣球总数	抹、吊数	脚球数	成功拦网次数	一般战术配合次数				
男	实验	58	43	12	33	28				
	对照	8	17	2	1	2				
女	实验	36	41	9	23	1				
	对照	2	8	0	0	0				

1) 每班分为2队、3局2胜制,赛2场。实验组比赛用网高男2.10 m,女1.90 m,对照组采用标准网高。为了便于比较学生学习效果,比赛时除网高有差异外,其它均按规则要求执行

通过以上数据的统计可以看出,不同的教学指导思想、不同的教学方式,在教学效果方面会存在较大的差异。实验班学生对排球技术的运用和技能提高,以及对场上情况的判断、处理能力,已明显从比赛中的回合数、扣球、拦网、人均触球、战术配合数对比中表现出较大优势。实验班的学生能在降低比赛难度的排球活动中,对技术的领会与运用较对照班自如,由于比赛的连续性增强,运动强度和参与兴趣不言而喻。实验班的学生能在这种状态下学习排球,对排球活动延伸到课外会产生较大影响。众所周知,高校体育课教学的质量和方式,直接影响着学生参加课外体育活动的质量和方式。拓宽教学空间,改进排球教学形式,对高校进一步开展好排球运动将会起到至关重要的作用。

### 3 结论

(1) 排球活动在高校开展不够活跃,参与人数较少,排球场地欠缺较严重。

(2) 按照竞技排球的模式教学,一般大学生很少能较全面掌握和运用排球技战术,不能组织起有排球乐趣的比赛是影响排球在高校开展的主要因素。

(3) 高校对排球项目的竞技性功能与学生参与排球活

动,达到娱乐、健身、培养竞争意识目的的关系认识不够明确,对排球运动的技术与技能缺乏明确的区分和正确对待,脱离了教学的实际对象。

(4) 从大学生的实际出发,保留排球项目原有的特点,放宽规则、降低网高,采用以技术循环辅导为主,以富有活力的教学比赛带动学生学习的积极性,激发学生对排球的兴趣,提高学生对排球技术的运用能力,将是改变目前排球运动在高校开展不景气的突破点。

### 参考文献:

- [1] 李晓庆. 我校大学生体育锻炼意识与习惯的调查研究[J]. 西安体育学院学报, 1998, 15(2): 26-29.
- [2] 虞重干. 排球运动[M]. 北京: 人民教育出版社, 1999.
- [3] 龚德贵. 论排球运动的社会文化意义[J]. 体育学刊, 2000, 7(1): 39-46.
- [4] 张五平. 排球规则修改思路探讨[J]. 成都体育学院学报, 1999, 25(1): 47-50.

[编辑: 周威]