

## 竞赛教学模式在乒乓球选项教学中的实验研究

宋亚炳, 王伟强, 刘建进, 林天皇

(华南师范大学增城学院 体育部, 广东 广州 511363)

**摘 要:** 通过对华南师范大学增城学院2010级和2011级乒乓球选项班各1年的水平分组、阶段划分和在各阶段自始至终以竞赛教学为主要模式的乒乓球选项教学实验, 发现应用竞赛教学模式教学, 能有效地调动教师教学和学生学习的主体性, 促进学生知识、技能的掌握和综合能力的发展以及道德情感的培养, 显著地提高乒乓球教学的效果。

**关 键 词:** 学校体育; 乒乓球; 选项课; 竞赛教学模式

中图分类号: G807.02; G846 文献标志码: A 文章编号: 1006-7116(2014)02-0090-05

### An experimental study of competition teaching mode in elective table tennis teaching

SONG Ya-bing, WANG Wei-qiang, LIU Jian-jin, LIN Tian-huang

(Department of Physical Education, Zengcheng College, South China Normal University, Guangzhou 511363, China)

**Abstract:** Through an elective table tennis teaching experiment in which competition teaching was implemented as the primary mode throughout various stages divided according to the levels of students in elective table tennis classes 2010 and 2011 of Zengcheng College of South China Normal University, the authors found that applying teaching under competition teaching mode can effectively promote the subjectivity of teacher teaching and student learning, boost the development of students' knowledge, skills and comprehensive abilities and the cultivation of their moral feelings, and significantly improve table tennis teaching effect.

**Key words:** school physical education; table tennis; elective course; competition teaching mode

在大学体育乒乓球选项教学中, 普遍采用传习式的传统教学模式, 教师沿着教学进度规定的每堂课的教学内容组织教学: 集中示范、讲解——分解练习——集中正误对比纠错……这种按部就班的教学最大的特点是整齐划一、规范性强、目的性强, 教师在课堂教学中操作容易。但这种教学存在明显不足: 一是教学目标、内容、方法、手段、组织学习形式高度一致, 对学生要求一刀切, 容易脱离学生的实际, 教师疏于因材施教。大学生乒乓球基础不一, 有的在中小学已受过专门训练, 基本功和基本动作比较规范; 有的是乒乓球爱好者, 自小经常自练, 实战能力比较强; 有的少接触或从不接触该项运动, 乒乓球基础较差。在乒乓球选项课中按照预定的内容统一教学, 学生常出

现“吃不饱”或“吃不了”的情况<sup>[1]</sup>。加上内容形式单调乏味, 适应不了众多学生的兴趣要求, 课堂教学中学生常出现“打野战”或“坐山观虎斗”或互相打闹、串联等不按教师要求学习的各种局面, 学生学习的积极性得不到充分的调动, 不能收到预期的技能教学效果。二是这种公式化的教学虽然突出教师的操作性, 却不能突出教师的创造性, 因而, 也不利于通过课堂教学促进学生的全面发展。

竞赛教学模式是指在体育教学中根据一定的教学内容制定特别的规则, 按照一定的过程进行各种教学竞赛, 以提高学生兴趣, 促进学生技术、技能的掌握和提高。这种模式以兴趣为诱导, 以学生的学习动机为动力, 容易激发学生的学习热情, 适宜于不同的教

收稿日期: 2013-08-11

基金项目: 华南师范大学增城学院教改项目“以学生能力发展为中心的体育教学方法改革研究”(032)。

作者简介: 宋亚炳(1949-), 男, 教授, 研究方向: 学校体育。E-mail: 1847347811@qq.com

学内容、不同的教学对象、不同的教学环境的教学。为了克服传统教学的不足,选择竞赛教学模式进行教学实验,为探索提高乒乓球选项教学效果的有效途径。

## 1 实验

### 1.1 实验对象

在刚入学第1周,分别对2010级和2011级乒乓球选项班的学生进行乒乓球基础差异性测验,在确认没有显著性差异的每级两个班中随机分组。2010级法律班(39人,其中男21人,女18人)和2011级经济班(42人,其中男19人,女23人)为实验组;2010级旅游班(41人,其中男21人,女20人)和2011级艺术班(40人,其中男21人,女19人)为对照组。

### 1.2 实验方法

1)主要教学内容:反手推挡球、正手发平击球和上旋球以及相应的接发球、搓球、正手攻球、左推右攻球、综合性教学比赛等。

2)实验步骤:实验共2次,历时2年,先后在2010级和2011级进行。增城学院乒乓球选项教学时间为1年,除理论和考试的时间外,实际上课的时间约为60学时。对照组用传统的传习式教学模式教学,实验组用竞赛教学模式教学。

(1)阶段划分。根据大一学生乒乓球基础参差不齐的实际,将乒乓球教学与竞赛划分为3个阶段:初阶段教学内容是上述“实验主要内容”中的单个动作;中阶段教学内容是左推右攻球等组合动作;后阶段教学内容是综合性的练习及比赛。每阶段教学时间均为20学时。

(2)水平分组。在刚入学上课的第1周对学生乒乓球基础进行差异性测验后,将实验班学生划分为4个水平组:曾参加过乒乓球业余训练组(简称“有训练组”)、自学自练后有一定乒乓球实战能力组(简称“有实战能力组”)、基础较差组、零基础组<sup>[1]</sup>。

(3)阶段教学及比赛。在各阶段的教学,前半节课学习技术,后半节课教学比赛。

初阶段,为了使基础差和零基础的学生迅速地掌握动作,使全班学生都具有一定的乒乓球基础,采用基础好与差的学生互相搭配练习,在每节课的后半段进行特殊的教学比赛:一是以数量为主的推挡球配合比赛,二是攻球(一方喂球一方攻球)配合比赛。此两种比赛在相邻两张台练习的学生中进行,不计时间,谁能连续不断地互相推挡和一方推挡另一方攻球次数最多者为胜。三是定点发各种球比赛。在半张球台上划分9个区域,不同的区域根据难度的要求确定不同的分值,每两个水平相近的学生配对比赛,每人连发

10个球,按球所落的区域计分,积分最高者为胜方。互相交替进行。发球的方式不限,初学者要求发平击球。

中阶段,水平相近的学生互相配对,课的前半段技术练习,后半段教学比赛。比赛的内容有互相对攻球和左推右攻球。两种比赛的规则:把球用对方能接受的适宜的速度、力量攻到或推送到对方与己方相反的区域,以保证比赛能较持久地进行。区域的划分以中线为界,越界者为输。其余按正式比赛计分,先到11分者为胜。(打平10分以后,连超2分者为胜)。

后阶段,课的前半段,水平相近的学生互相配对练习已学过的单个动作、组合动作、新介绍的一些难度较大的动作。此外,进行综合性的实战练习。课的后半段,进行综合性的教学比赛。每周一小赛,3周一大赛。比赛的形式分个人单循环赛、双打赛、团体赛。个人单循环赛:将全班学生分成若干组,每4~5个水平相近的学生为一组(可男女同组),用正规比赛规则进行比赛,采取3局2胜制。比赛成绩加入平时成绩:每次大的比赛中,每组第1名者加3分,中间者加2分,最后一名者加1分,弃权者0分。每周一小赛后,要重新调整组别,小组第1名,下次比赛升到高一水平组,最后一名,下降到低一级水平组,中间名次者不变。这种比赛组别要及时调整,使学生能明显地看到自己学习的变化,从而激发起学习的上进心和竞争心理。双打赛:做法和要求及平时成绩加分同单循环赛。此外,老师在课堂上要重点介绍双打的规则和比赛的具体做法。团体赛:将实验班的学生分成若干小组,每个小组3~4人,组成水平相近的两个小组间的团体赛。一共打5场,每场3局2胜,与正规比赛一样,第1、2、4场为单打,第3场为双打,第1主力可以打2场单打,第2、3、4主力只打1场单打,每个队员都要安排上场比赛。加分:每两小组中,按胜局加分,每胜1局,在该小组的每位队员平时成绩中都加1分,5局皆胜者,则在该小组的每位队员平时成绩中都加5分,一局不胜者则0分。

(4)实验鉴定。对实验组和对照组的鉴定采取技术鉴定和知识、能力鉴定两种形式。技术鉴定的内容与乒乓球选项教学常规技术考试相同:合法的任意形式的区域得分发球(每人连发10球)、反手推球(20s的次數)、搓球(20s的次數)、对角攻球(20s的次數)、左推右攻球(20s的次數)。5种技术的鉴定均含定量与定质两方面内容:定量、定质分值各占50%。两种内容的得分合计为各学生的技术得分。技术鉴定由实验鉴定小组(乒乓球教学小组)集体执行。知识、能力鉴定,将乒乓球比赛的规则、知识、能否承担裁判工作、能否组织基层小型的乒乓球比赛等内容设计成简短的问

卷,供实验组和对照组学生随堂填写并及时回收,课后评分、统计、鉴定。

## 2 实验结果

在连续 2 次乒乓球教学实验中,反手推球、发球、搓球、正手攻球、左推右攻球等 5 项技术考核和知识、能力问卷考核中,实验组和对照组的比较结果( $P$ 值),

2010 级依次小于 0.05、0.05、0.01、0.01、0.01、0.01;2011 级,依次小于 0.05、0.01、0.01、0.01、0.01、0.01,差异均呈显著性或非常显著性,实验组学生对乒乓球技术、知识和能力的掌握都明显或非常明显地优于对照组(见表 1、表 2)。换言之,在两次教学实验中,实验组各方面的教学效果均明显甚至非常明显地好于对照组。

表 1 2010 级乒乓球教学实验结果(得分)( $\bar{x} \pm s$ )比较

组别	n/人	反手推挡	发球	搓球	正手攻球	左推右攻	知识与能力
实验组	39	81.7±7.0	82.3±7.03	79.8±6.97	84.2±7.31	83.1±7.03	68±7.41
对照组	41	78.6±8.2	78.9±8.40	75.9±7.66	80.3±8.00	78.9±8.40	64±8.72
$P$ 值		<0.05	<0.05	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01

表 2 2011 级乒乓球教学实验结果(得分)( $\bar{x} \pm s$ )比较

组别	n/人	反手推挡	发球	搓球	正手攻球	左推右攻	知识与能力
实验组	42	82.9±7.4	79.4±7.1	83.9±6.6	82.9±7.1	83.9±6.8	69±7.37
对照组	40	79.8±8.6	76.3±8.1	78.7±8.6	77.5±8.2	78.1±8.5	65±8.03
$P$ 值		<0.05	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01

## 3 讨论

### 3.1 阶段划分及教学内容的安排

乒乓球教学内容的安排根据运动项目的特点,从学生的实际出发,以教学目标为依据。乒乓球运动复杂多变,球性变化大,学生基础不一,其选项教学的目标主要是使学生通过学习培养兴趣,掌握一定的知识、技能,具有初步实战能力并用以强身健体、发展能力,逐步形成终身体育的习惯。基于这一目标,实验组将乒乓球选项教学划分 3 个阶段:初阶段、中阶段、后阶段。其教学内容的安排:初阶段主要是熟悉球性、徒手练习和单个动作练习;中阶段主要是组合动作(也兼顾一些单个动作)练习;后阶段主要是综合性练习和综合性比赛。以一些单个动作和组合动作设置为教学内容,实验教学和传统教学大致相同,不同在于:(1)实验教学把不同的教学内容进行阶段划分,每阶段都有较严格的时间限制,都有明确的教学目标,每阶段内容的完成和目标的实现都是下一阶段学习的准备和前提。这样的阶段划分和内容安排,既将内容和目标系统化,也将内容和目标连锁性地具体化,加强了乒乓球教学的左右纵横的链式和网式联系,容易一环扣一环地收到预期的教学效果。(2)传统教学把选项教学中设置的教学内容(单个动作,组合动作)分配到全年的课堂教学中,实验教学把这些内容相对地集中于教学的初阶段、中阶段完成,实验教学的节奏加

快、内容充实,学生可在相对少的时间内接受更多的信息,受到更丰富的技能训练。无疑,这对学生熟悉球性、提高技能是十分有利的。(3)实验教学的后阶段安排综合性练习和比赛,抓住了乒乓球运动整体性的特点,使学生既能在兴趣中巩固已学到的动作,又能在运动中全面发展技术技能,提高实战能力、提高综合素质,增加乒乓球竞赛的裁判知识。

### 3.2 水平分组

实验组在教学中实行水平分组,其做法有两种:一是在教学的初阶段,乒乓球技术水平高低者互相配对练习;二是在中、后阶段,水平相近者互相配对练习。这种做法意义在于:(1)在初阶段,能充分发挥有一定技术基础的学生的“小教师”作用,一帮一没基础学生,为下一步整体性地发展实验组学生的技术技能做好相应的准备。在传统教学中教师安排练习时,常看到基础好的学生和基础不好的学生各自配对,基础不好的学生在一起练习,由于球性不熟,未能互相配合而常使练习不停地中断,影响学习的顺利进行。“一帮一”的教学,针对性地克服了传统教学的这一不足,通过陪练能迅速有效地帮助后进学生熟悉球性,提高技能。(2)在中、后阶段,要求技术水平相近的学生互相配对练习,能克服由于感情等因素的影响所造成的随意配对现象,加强了练习的针对性、配合性、竞争性,有效地提高练习的效果<sup>[9]</sup>。

### 3.3 竞赛教学模式的运用对学生主体性的影响

本实验教学根据各阶段教学内容和目标的需要,有针对性地开展教学及比赛,形成了自身一套较稳定完整的教学方法体系。这套方法体系的运用对学生主体性能产生积极的影响:

(1)有效地培养学生乒乓球的兴趣,提高学生学习的自主性和积极性。乒乓球运动虽然有较高的娱乐性和观赏性,为人们所喜闻乐见。但是,从基础性教学的角度却往往是枯燥无味的,每一个动作的掌握都要经过机械性的不断反复的过程,所以,在乒乓球选项教学中,常常见到学生开始时是兴致盎然,继而是兴

致索然,因而导致上文说的在乒乓球教学管理中失控的现象。在实验教学的每一内容中都引入竞争机制,开展各种不同的教学比赛,能有效地激发学生的学习热情,使学生自觉踊跃地投身到练习中去<sup>[9]</sup>。如相邻两张球台的两组学生开展推球、攻球等比赛,看谁相持的时间长,学生的注意力自然集中在技术的发挥和取胜上。在连续两次教学实验结束时分别对实验组和对照组学生学习态度和学习效果的自我评价进行问卷调查结果表明:实验组的学习积极性和学习效果明显高于对照组(见表3、表4)。

表3 2010级学生乒乓球学习态度及学习效果调查结果

组别	n/人	人(%)									
		学习兴趣		学习自觉性		学习积极性		教学方法		学习满意度	
		高、较高	一般	高、较高	一般	高、较高	一般	好、较好	一般	满意、较满意	一般
实验组	39	36 (92.3)	3 (7.7)	35 (89.7)	4 (10.3)	35 (89.7)	4 (10.3)	37 (94.9)	2 (5.1)	34 (87.2)	5 (12.8)
对照组	41	28 (68.3)	13 (31.7)	25 (61.0)	16 (39.0)	23 (56.1)	18 (43.9)	26 (63.4)	15 (36.6)	27 (65.9)	14 (34.1)

表4 2011级学生乒乓球学习态度及学习满意度调查结果

组别	n/人	人(%)									
		学习兴趣		学习自觉性		学习积极性		教学方法		学习满意度	
		高、较高	一般	高、较高	一般	高、较高	一般	好、较好	一般	满意、较满意	一般
实验组	42	38 (90.5)	4 (9.5)	37 (88.1)	5 (11.9)	36 (85.7)	6 (14.3)	39 (92.9)	3 (7.1)	37 (88.1)	5 (11.9)
对照组	40	25 (62.5)	15 (37.5)	28 (70.0)	12 (30.0)	27 (67.5)	13 (32.5)	24 (60.0)	16 (40.0)	26 (65.0)	14 (35.0)

(2)有效地提高学生的知识、技能,促进学生能力的发展。在实验教学中,由于学生积极主动和一连串紧密而又有节奏的内容学习和比赛,学生既从单一性又从多样性、综合性等各种条件刺激中感知动作、熟悉球性、掌握技能,所以,学生的技术水平和实战能力得到有效的提高。这在表3、表4学生对学习的自我评价中也得到证实。由于教学比赛,尤其是教学后阶段的单打赛、双打赛和团体赛的进行,以及竞赛规则的学习和裁判的全面实践,实验组学生能初步熟悉竞赛的进程,掌握竞赛知识,提高竞赛的组织和裁判能力。

(3)有利于情感培养和道德教育。实验教学从课程目标出发,由“配合推挡”比赛、“配合攻球”比赛、“配合左推右攻球”比赛、“互相配合攻球”比赛等等直至单、双打和团体赛的正式进行,始终贯穿“比赛”这一方法主线。这一主线同时也是学习主体自我教育的主线:他们在学习中互相照应,互相配合,互相给对方创造成功的机会;在正式的比赛中,共同遵守规

则,斗智斗勇,制胜对方。他们在共同的学习中培养了善于关爱别人的情感和互相协作的精神,逐步养成了公平竞争的道德意识和行为规范<sup>[4]</sup>。

### 3.4 教师的主导性

传统的乒乓球选项教学主要是技能教学,教师的主导性集中体现在程式化的备课和程式化的上课以及课堂的统一管理上。

“竞赛教学模式”的实验教学,从学生的主体性出发,教师根据不同的教学对象设计不同的教学目标、教学内容、组织形式、练习方法和手段。如“水平分组”,教师要做“水平划分”课前准备和课中“分组”的组织工作;“阶段教学”,教师要根据不同的教学阶段,首先以高、低水平的学生互相配对,继而以相近水平的学生互相配对,选用相应的内容按照不同的要求展开教学;“教学比赛”,教师要组织不同的比赛对象,展开不同内容和不同规则要求的正式、非正式的教学比赛。这一系列的活动离不开教师的具体操作和落实。“竞赛教学模式”实验教学,教师的主导性主要

体现在因人而异的多因素教学的组织、管理、指导、引导、诱导和各种要求上,教师的主导作用既是指向教学活动,更是指向学生的学习<sup>[9]</sup>。显然,实验教学较之于传统的技能教学教师付出的精力更大,主导性更突出,更能收到预期的教学效果。

乒乓球选项课运用竞赛教学模式教学,从学生的实际和教学的总目标出发,通过“阶段划分”将教学目标和教学内容系统化,又将教学目标和教学内容连锁性地具体化,体现了乒乓球教学的左右纵横的网式和链式联系,一环扣一环地加强了教学的逻辑性。把全年要学的单个动作、组合动作相对集中在初、中阶段教学,有效地充实了教学内容,加快教学节奏,克服传统教学内容松散的毛病,学生可在相对短的时间内接受更多的条件刺激,接受更多的技能训练。在后阶段展开综合性练习和综合性比赛,集中地体现了乒乓球运动整体性和竞技性的特点,使学生有效地提高综合实战能力、了解比赛的基本过程、掌握比赛知识、提高比赛的组织与裁判能力。通过“水平分组”教学,前期充分发挥技术基础较好的学生“小教师”的作用,迅速地带动全班学生乒乓球整体水平的提高;中、后期,相近水平的学生互相配对练习、比赛,在提高学生协同能力的基础上提高其彼此间的竞争能力。通过竞赛教学模式自始至终的运用,调动学习主体的积极性,促进学习主体知识、技能的掌握和能力的发展,

情感道德的培养。通过实验教学的宏观设计、整体把握、具体运作和实施,充分发挥教师教学改革的智慧和才干,突出教师在教学中的主导地位。“竞赛教学模式在乒乓球选项教学中的实验研究”实现了教学目标与教学内容的优化,实现了学生资源的互补优化和师生资源的共同优化,实现了教学方法体系的优化,通过突出学生的主体性和教师的主导性,整体性地优化了课堂资源和课程结构,因而实现了教学效果的优化。乒乓球选项课运用竞赛教学模式教学其教学效果很显著地好于传统教学模式。

#### 参考文献:

- [1] 刘金利. 高校乒乓球俱乐部部分层次教学的实验研究[J]. 科技信息, 2011(30): 316-317.
- [2] 张雪莲, 施大伟. 合作教学模式在普通高校乒乓球选项课中的实验研究[J]. 体育科技文献通讯, 2011(8): 64-67.
- [3] 房杰, 林辛. 自主学习在高校乒乓球选项课教学中的实验研究[J]. 北京体育大学学报, 2004, 27(2): 256-257.
- [4] 张小龙, 李凤华. 高校乒乓球实践课引入比赛激励机制教学的研究[J]. 沈阳体育学院学报, 2010, 29(1): 93-95.
- [5] 史根东. 主体教育概论[M]. 北京: 科学出版社, 1999.

