



# 高校网球教学中运用启发性教学的实验研究

李永华

**摘要:** 采用文献资料法、问卷调查法、教学实验法以及数理统计法对上海对外贸易学院2005级、2006级网球选项班随机120名学生运用启发性教学模式进行了实验研究,并对实验组进行了启发性教学模式的认可度问卷调查。研究结果表明:启发性教学模式适合高校大学生学习网球的特点,满足了他们学习的需求,激发了学习网球的动力;教学过程发挥了学生的智力优势,提高了学生的认知能力,实现了学生的自主化学习,促进了教学目标的完成;高校大学生对高校网球教学中采用启发性教学模式的认可度高。

**关键词:** 高校; 网球; 教学; 启发性; 实验

中图分类号: G807.01 文献标识码: A 文章编号: 1006-1207(2008)06-0082-03

## Experimental Study on Applying Motivation Method to College Tennis Teaching

LI Yong-hua

(Shanghai Institute of Foreign Trade, Shanghai, 201620, China)

**Abstract:** By the methods of literature study, questionnaire, teaching experiment and statistics, an experimental study on motivation teaching mode was carried out among the 120 students randomly selected in Shanghai Institute of Foreign Trade. A questionnaire on the recognition of motivation teaching mode was also conducted in the experiment group. The result shows that motivation teaching mode meets the demands of the college students in learning tennis and inspires their motivation of learning. The teaching process brings the students' intelligence to full play and improves their cognitive ability. It may realize the objective of students' self-study and accelerate the achievement of the teaching targets. The college students have high recognition toward the motivation teaching mode in tennis teaching.

**Key words:** college; tennis; teaching; motivation; experimental study

## 1 问题的提出

随着“以人为本”教育理念和终身体育思想的提出,目前全国各高校都尽可能地开展大学生普遍欢迎和热爱的运动项目,网球项目就是其中之一。该项目在我国开展普及较晚,但近几年得到了迅速发展。

高校网球教学的对象是大学生,这个群体与中小學生群体之间有明显的不同,其突出的优势在智力,他们有很强的独立思考问题、解决问题的能力,掌握的理论方面的知识也相对较多,技术教学中可以很好的利用,以理论作基础,既满足他们知识方面的渴望,又能很好的指导其实践,如果在教学中发现这个特点并利用好这个特点,将会使教学效果事半功倍。

本文通过一学期的教学实验,将网球的启发性教学模式运用于教学之中,并对实验数据进行了统计学处理及评价,尝试从中探索出一种更为有效的高校网球教学方法,为高校网球选项课教学质量的提高提供参考。

## 2 研究对象与方法

### 2.1 对象

在上海对外贸易学院2005级、2006级网球选项班12个班级中,随机选取2个班级作为对照组,再随机选取2个班级

作为实验组,实验组和对照组的班级人数皆为30人,即实验组和对照组的人数均为60人。为避免实验组和对照组在实验前存在系统差异而影响实验信度和效度,实验前对实验组和对照组的学生的网球基本技术做了测试比较,结果表明成绩无显著性差异,保证了实验班和对照班非教学因子基本相同。

### 2.2 方法

#### 2.2.1 文献资料法

根据本研究查阅了有关资料和著作,较全面地了解了本课题领域的研究现状和前沿动态,这些研究和成果为本研究提供了理论和方法依据。

#### 2.2.2 问卷调查法

在实验结束后,对实验组学生进行启发性教学效果以及态度问卷调查,从中了解实验对象对启发性教学的接受情况以及看法。

#### 2.2.3 数理统计法

运用数理统计方法,处理各种实验数据,分析实验效果,获得科学依据。

#### 2.2.4 教学实验法

##### 2.2.4.1 实验设计

实验时间:2007年3月至6月,共36学时;实验地点:本校露天网球场。本实验采用单盲法,以避免实验者效

收稿日期:2008-10-09

论文说明:第八届体育科学大会墙报交流

作者简介:李永华(1980-),男,讲师,主要研究方向:体育教学理论与方法。E-mail:lythe@shift.edu.cn. Tel:13917754262

作者单位:上海对外贸易学院体育教学部,重庆 400030

应。实验班和对照班均由同一名教师担任教学，教学条件相同，采用组间比较设计，对照组按教学计划进行教学，主要以基本技术学习为主，辅以教学比赛，采用常规教学法，其程序为：讲解示范、学生练习、教师指导、技评与达标；实验组采用教师主导下的启发性教学方式，其程序为：首先结合多媒体教学进行两个课时的理论知识学习，明确学习目标，形成动作概念，在学习动作过程中通过提示各项技术特点、技术要素以及相关影响因素，结合学生掌握的物理及其他相关知识，让学生主动去思考动作，思考学习网球过程中碰到的问题，主动参与到网球学习过程中。学习内容均为球性练习、下手发球、正反手击球和小场地对打4部分。

#### 2.2.4.2 实验指标的选取

在对高校网球选项课启发性教学中各项内容启发要素的选取时，分别与6名网球专业教练和8名高校的网球教师进行了访谈，并对各技术启发要素以及最终测试指标以Likert五点尺度（非常重要、重要、一般、不重要、非常不重要）进行筛选，最终确定以下启发要素和测试内容及标准（见表1）。发放问卷的信、效度测试则以统计系数Cronbach a来衡量各要素及测试内容标准所具有的稳定性及一致性，其结果都高达0.8以上（启发要素Cronbach a=0.934594，测试指标及标准Cronbach a=0.949322）。

表1 各项技术启发的要素

Table I Motivation Factors of the Different Technique of College Tennis Elective Course

技术内容	启发要素（以各要素的重要程度排序）
球性练习	单人：1. 甜点区；2. 手腕固定；3. 球拍以及球重量的感觉；4. 球拍及球的弹性的感觉。 双人：1. 固定手腕；2. 控制适当的力量来给同伴最佳的球；3. 控制球的正确运行方向；4. 控制球的运行弧度；5. 尽量保证两人的连续对练；6. 运动中球的迅速判断。
下手发球	1. 侧面引拍；2. 击球点；3. 重心转移及转体；4. 固定手腕。
正反手击球	1. 拍面角度和击球点（拍形）；2. 击球的路线（方向）；3. 击球的深度（力量）；4. 击球的速度（力量）；5. 击球的弧度（拍面）；6. 击球的动作结构（四部分）。
小场地对打	1. 拍形；2. 路线；3. 弧度；4. 力量；5. 稳定性。

表2 网球测试项目及标准

Table II Test Items and Standards for College Tennis Elective Course

测试内容	测试标准（技评部分均由三位专业教师进行打分，然后取平均值）
下手发球	达标(70%) 技评(30%)
正反手击球	达标(60%) 技评(40%)
小场地对打	达标(50%) 技评(50%)

注：每项打分总分为100分，各占总成绩的1/3，总分为100分。

### 3 实验结果与分析

#### 3.1 结果

实验结束后，按照实验前即定的测试项目按照同一标准

对学生的技术技能进行考核评定，从表3结果可以看出：实验组3项测试项目的测试成绩均明显高于对照组，且在0.01的水平上有十分显著差异（ $P<0.01$ ）。实验组学生对网球教学中采用启发性教学模式的认知度调查中，绝大多数学生对教师采用启发性教学模式持积极认可的态度（见表4）。

表3 实验组与对照组学生3项技术测试得分情况比较

Table III Points Obtained by the Experiment Group and Control Group Students in 3 Technical Tests

	N(人)	下手发球( $\bar{X}$ )	正反手击球( $\bar{X}$ )	小场地对打( $\bar{X}$ )	总分( $\bar{X}$ )
实验组	60	89.1	85.6	68.9	81.2
对照组	60	78.6	76.2	64.5	73.1
T检验		$P<0.01$	$P<0.01$	$P<0.01$	$P<0.01$

表4 实验组学生对启发性教学模式认知态度调查

Table IV Survey of the Cognitive Attitudes of the Experiment Group Students toward Motivation Teaching Mode

内容	同意(%)	一般(%)	不同意(%)
启发性教学优于传统教学	72.3	17.1	8.6
提高了学习的兴趣和积极性	64.3	20.0	15.7
提高了对网球技术的分析能力	81.4	12.9	45.7
更快更容易掌握技术技能	54.3	40.0	45.7
活跃了课堂气氛	80.0	11.4	8.6
增强了自我调整自我评价的能力	65.7	22.9	11.4
获得了成功体验	88.6	4.3	7.1
启发性教学方法可以推广	74.3	21.4	4.3

#### 3.2 分析

##### 3.2.1 满足学生需求，激发学习动力

娱乐是网球运动的重要功能之一，网球教学也应如此，学生通过启发性教学实现学习目标，其主体意识得到增强，个性得到张扬，也使学生在整个学习过程中保持良好的情绪，并能不断从网球学习中获得快乐和成功的体验，激发学生探求知识的主动性和创造性，有利于学生兴趣的培养和终身体育思想的形成。

在启发性网球教学过程中，教师通过真正把学生当作学习的主人，把网球教学的主体地位还给了学生，把网球教学的时空还给了学生，让学生在思考中提高，而不是一味的接受、重复练习，从而让学生学会找出问题、形成概念、得出结论以及技能形成的学习能力，学生的主体性得到了充分的发展，同时增强了学生网球学习的自信心和成就感。

##### 3.2.2 发挥智力优势，促进目标实现

学习网球技术与学习其他运动技能一样，不单单是身体的简单练习，还包含了更重要的大脑思考的过程。如果只是强调多练而忽视练习过程中的思考，往往事倍功半，原因很简单，就是只是简单的模仿或按要求练习，而不知道其中的道理。对于儿童来讲，他们还没有太多的思考能力，也没有太多的理论知识，但他们具有很强的模仿能力，对于他们的网球教学，重视表象训练、重复训练效果会更好。但是对于大学生来讲，随着他们模仿能力的下降，思考能力的提高，在高校的网球教学中，运用启发性教学模式的教学效果更好。



在实验中,强调教师的主导启发作用和学生的主动思考的学习方法并重,注重对运动技能掌握的理性认识和实践能力的提高,积极调动学生的内部机制,取得了良好的效果。

### 3.2.3 知识技能并重,获得学生认可

启发性学习是通过体育知识与技能并重、主体积极参与启发性活动来促进学生技术技能生成的学习方式,其指导思想是:以学生的积极参与为理念,在教师指导下充分调动学生的内部学习机制,积极引导主动参与教学过程,发挥学生学习的主动性、积极性和创造性,培养学生发展性认识能力,形成主动获取体育知识技能意识和态度。

从对实验组学生进行的教学方法认识态度调查结果中可以发现,绝大多数学生对教师指导下的启发性学习形式持积极认可态度。启发性的教学模式提高了大学生网球学习的兴趣和积极性,提高了他们对网球技术的分析能力,并且让他们更快更容易掌握技术技能,活跃了课堂气氛,增强了自我调整自我评价的能力,从而获得了成功体验。因此,启发性教学可以运用于高校网球选项课中。

### 3.2.4 提高认知能力,实现自主学习

从学生的认知能力、网球技能的实践能力来看,大学生表现得较为明显,一旦确立了学习目标,他们有能力选择适合自己的方法和途径,结合其基本的常识,发挥出最大的效能,学生之间的交流也变的普遍,教师在教学过程中成为了引路者、指导者,整个教学过程更为知识化和灵活化。

实验组在教学中通过采用启发性的教学方法,调动和发挥了学生的主观能动性,充分运用了大脑思维的作用,使“想”、“练”有机地结合在一起,避免了那种在学习过程中机械的模仿现象,加速了动作技术的巩固,有效地建立和形成动作概念,不断地纠正练习过程的偏差。结合学过的物理理论知识,在大脑中形成较强的思维判断,使学生的学习能够充分发挥其内在的潜力,提高学习的主动性和自信心达到提高教学效果的目的。

### 3.2.5 凝练启发要素,增强动作认识

掌握任何动作技术都要抓住动作技术的要点,对于初学者或水平较低的学生,由于缺乏对动作技术的理解和认识,在练习过程中碰到障碍时,往往需要较长时间的摸索才能提高。由于教师对技术动作的理解和掌握远远高于学生,如果教师能够结合学生的特点,凝练出启发学生学习的要素,运用于教学中,会让学生少走很多弯路,能够更快的把握住技术动作的精髓,达到事半功倍的练习效果。同时,对教师的要求也进一步提高,教师必须依据教学大纲,认真钻研教材,充分了解不同学生的实际情况,针对不同情况,提出不同的教学要求,安排相应的组织教法,突出学习的重点。

## 4 结论与建议

### 4.1 结论

4.1.1 启发性网球教学实验结果表明,启发性教学模式能够满足学生网球学习的需求,符合大学生的生理、心理特点

和运动技术形成规律,使学生的智力、体力和技术水平三者得到同步发展,获得了成功体验的同时,进一步激发了学生学习的动力。

4.1.2 在高校网球教学中采用启发性教学模式,使教学过程更加知识化和灵活化,发挥了教师的主导作用,体现了学生在学习中的主体地位,符合当前高校课程改革的需要。

4.1.3 实验组学生对启发性教学模式持积极认可态度,教师指导下的启发性学习在普通高校网球选项课中运用,教学效果十分显著,达到了“学以致用”的目的,对学生技术技能的形成有着良好的促进作用。

4.1.4 在高校网球的教学中采用启发性教学模式,增强了自我调整自我评价的能力,增强了学生网球学习的兴趣,不仅符合网球项目学习的规律,也顺应了大学生群体学习网球技能的特点。

4.1.5 网球各项技术动作启发要素的凝练,缩短了学生自我摸索的过程,提高了学习动作的效率,也促进了教师对教材的进一步钻研。

### 4.2 建议

4.2.1 启发性教学模式符合当前高校体育课程改革指导思想的要求,并且可操作性强,易于推广,建议在高校网球教学中普遍运用。

4.2.2 在实施启发性教学的过程中,对教师的要求比较高,尤其是教师对启发策略、启发要素的选取上必须正确有效。

4.2.3 网球启发性教学模式中启发性要素不仅仅局限于实验中所列指标,教师可以根据教学对象的实际情况以及教学目标、任务进行调整,以期能达到最佳的教学效果。

## 参考文献

- [1] 程杰.表象训练运用于网球教学的实验研究[J].体育与科学,1999,(6):54-56.
- [2] 陶志翔.网球运动教程[M].北京:高等教育出版社,2003:8.
- [3] 朱征军,徐洪想.对网球选修课学生学习状态的调查分析[J].广州体育学院学报,2002,(2).
- [4] 孙洪涛.对普通高校体育师资队伍建设的探讨[J].体育科学,1996(4):14.
- [5] 李新建.体育教学模式的理论构建[J].山东体育学院学报,2001,(4):52-53,67.
- [6] 邵伟德,王恬.体育教学模式的分类与选用策略研究[J].北京体育大学学报,2004,(7):87-89.
- [7] 秦百里,韩敬全,郑彬.大学体育教学模式改革探析[J].体育与科学,2004,(6):92-93.
- [8] 王林.关于综合大学体育教学模式的调查和分析[J].体育与科学,2001,(3):73-74.
- [9] 张燕英.新世纪高校体育教学模式改革设想[J].上海体育学院学报,2002,(1):169-170.
- [10] 许砚田,毛坤,邢庆和.高校体育教学模式的探讨[J].北京体育大学学报,2001,(4):80-82.

(责任编辑:陈建萍)