

# 体教融合视域下高校乒乓球“学赛融合”课程模式构建与效果验证

姚慕涵

重庆科技大学, 重庆 401331

[摘要] 本文以体教融合为理念, 尝试建立高校乒乓球“学赛融合”的课程体系, 并通过实验研究验证了课程体系的有效性, 文章运用文献资料法、实验法等多种研究方法, 设计出了一个以学赛融合为灵魂的课程内容及教学环节, 在一所大学里进行了为期一学期的教学实验, 通过采集技能测试的成绩, 以及对大学生进行问卷调查与访谈的方式搜集相关实验数据加以分析整理。从实验的结果来看, 这种“学赛融合”的教学模式可以有效的提高学生的发球命中率、接发球成功概率等乒乓球技术方面的能力, 同时也培养了学生之间的相互配合协作精神及良好的比赛心态等诸多综合素质方面的进步, 而且实验的学生们对这门课程也给予了较高的评价和肯定, 认为课程很有趣味性和吸引力, 自己学习的积极性得到了调动。综上所述, 这样的学赛融合课程体系可以在高校乒乓球教学中加以推广和利用, 同时对于我国高校体育课程改革也有一定的借鉴作用, 有助于推进体教融合政策的发展落实。

[关键词] 体教融合; 学赛融合; 乒乓球; 课程模式

DOI: 10.33142/fme.v7i2.19293

中图分类号: G846

文献标识码: A

## Construction and Effectiveness Verification of the "Learning Competition Integration" Curriculum Model for Table Tennis in Universities from the Perspective of Integrating Sports and Education

YAO Muhan

Chongqing University of Science and Technology, Chongqing, 401331, China

**Abstract:** With the concept of integrating sports and education, this article attempts to establish a "learning competition integration" curriculum system for table tennis in universities, and verifies the effectiveness of the curriculum system through experimental research. The article uses various research methods such as literature review and experimental methods to design a curriculum content and teaching process with learning competition integration as its soul. A one semester teaching experiment was conducted in a university, and relevant experimental data was collected and analyzed by collecting skill test scores and conducting questionnaire surveys and interviews with students. From the results of the experiment, it can be seen that this "learning competition integration" teaching mode can effectively improve students' abilities in table tennis techniques such as serving accuracy and successful receiving probability. At the same time, it also cultivates students' spirit of mutual cooperation and good competition mentality, and many other comprehensive qualities. Moreover, the students in the experiment also gave high evaluation and affirmation to this course, believing that it is very interesting and attractive, and their enthusiasm for learning has been stimulated. In summary, this integrated curriculum system of learning and competition can be promoted and utilized in table tennis teaching in universities. At the same time, it also has a certain reference value for the reform of physical education curriculum in Chinese universities, which will help promote the development and implementation of sports education integration policies.

**Keywords:** integration of sports and education; integration of learning and competition; table tennis; course mode

2022 年中共中央办公厅国务院办公厅发布了《关于加强新时代高技能人才队伍建设的意见》提到大力组织开展职业技能竞赛活动, 健全以世界技能大赛为引领、全国职业技能大赛为龙头、全国行业和地方各级各类职业技能

竞赛以及专项赛为主体、企业和院校职业技能比赛为基础的具有中国特色的职业技能竞赛体系, 职业技能大赛不仅是反映行业企业对人才职业技能的需求现状, 而且把行业前沿的技术动态融入到对学生实践能力考核评价过程中, 这就

对实训教学的教学内容及方式方法提出更新更高要求。

## 1 体教融合与“学赛融合”模式的理论基础

### 1.1 体教融合的内涵与政策导向

体教融合的概念是指把体育和教育相融合在一起,在进行体育项目的同时达到教育的目的并且提高学生的身心健康水平和社会适应能力。在政策上国家近几年也出台了不少的文件推进体教融合的发展如依据《体育总局、教育部关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》提出要树立健康第一的教育理念和加强学校体育工作促进青少年文化学习和体育锻炼协调发展等一系列的政策措施,都为大学的体育课程改革指明了发展方向,体育课教学不仅停留在技术性教学还要加入教育成分,以此来达到育人的目的培养学生的团队意识和坚强毅力等各种能力。体教融合的基本观点是体育属于教育的一部分,应该为受教育者的健全发展服务,这就符合了素质教育的标准并显示出了体育所具备的教育价值。

### 1.2 “学赛融合”模式的教育学与体育学依据

学赛结合模式的教学法基础主要是来源于建构主义的观点,建构主义认为学习是一个学生在已有经验的基础上积极地建构自己的知识结构的过程,而体育比赛中情境化学习氛围可以促进学生的学习兴趣和积极性。从体育学科运动技能学习规律来看,掌握一种技能需要经历泛化、分化到自动化的过程,而比赛中的练习和强化能够帮助学生加快技能习得速度,同时运动心理学研究表明竞争性教育有助于培养学生之间的竞争精神以及心理品质。所以学赛结合模式不论是教学方面还是体育方面都有一定的理论基础做支撑,把学习活动与比赛活动紧密联系起来,顺应认知规律和技能形成规律,有利于学生的全面发展<sup>[1]</sup>。这些理论基础为设计出学赛结合模式提供了依据,使得学赛结合模式可以很好的将教学因素与比赛成分进行合理融合。

## 2 高校乒乓球“学赛融合”课程模式的构建

### 2.1 构建原则与目标

学赛融合课程模式的设计依据了综合性原则、实践性原则和发展性原则,综合性原则在课程设置方面做到学赛兼顾而不割裂,实践性原则是要求以赛代练,利用比赛提高技术技能,发展性原则是关注个体差异,推动全体学生的成长。课程目标分为技能目标、认知目标和情感目标,技能目标是指学生能够学习到乒乓球的基本技能和乒乓球的基本战术,比如发球和对攻等,认知目标是指对于相关的比赛规则以及比赛中所运用的一些战术的理解,情感目标是指培养学生的体育精神及团队协作意识。三大目标

互相依存,形成了一个立体化的结构,保证了课程既能学技也育人,在目标制定上也考虑到高校体育教学的现实需要,力求通过学赛融合达到体教融合的目的。同时模式的设计也要参照相应的政策文件,比如课程的目标就要围绕教育部提出的体育课改的要求,突出能力和素质的发展。

### 2.2 课程内容设计

课程内容可以分为理论知识的学习,技术和技巧训练以及比赛三大部分,在理论部分主要是有关乒乓球的发展史,相关规则以及乒乓球技战术分析等;技术部分包含发球,接发球以及进攻防守的相关技术和技巧等基本技术以及进阶技术;比赛部分则是进行不同级别的比赛还有模仿赛等方式,各个部分的内容相互渗透,比如将比赛的情境带入到技术练习之中,又或者是进行完比赛之后的分析讲解来达到加深学习的目的,课程内容由浅入深的设置也是为了让学能够逐渐的掌握学习内容。同时内容设置还会考虑到学生的爱好,增加各种类型的对抗比赛方式如:单打比赛,双打对抗,团体对抗等形式的比赛。以此激发学生们的热情增加他们的积极性和趣味性,使得上课更加有趣。这些内容的具体的设置需要老师结合学生的实际情况来灵活处理。最后课程内容还包括了教学理念,将比赛与德育相结合,在比赛中培养学生遵守规则的精神品质以及社会责任感,实现体育的育人功能。

### 2.3 教学组织与实施流程

教学采用课内课外相结合模式,课堂教学进行讲解与练习,课外通过开展比赛活动延伸学习内容,流程包括:准备、实施以及评估三个环节,在准备环节需要制定详细的教学计划包含比赛的具体事项和物资材料的配置等,在实施环节教师需带领学生训练参与比赛并且对学生的比赛结果做出评判,评估环节则是以技能达标和比赛结果测评和上交反思记录等形式检查学生学习成效。在整个过程中老师的职能从知识性的灌输变为了引导指导与服务帮助,角色定位转变成为教学活动的支持者,学生们作为学习的主导者依靠自身练习、小组合作的方式来进行学习任务的达成,这种组织结构为学赛一体式教学法提供有效的保障措施。流程环节又考虑到了时间分配以及物资安排等问题,如一周安排一次固定的技能培训课时,一个月组织一次正式的比赛活动检验学生的技术能力等使整个教学活动有条不紊的展开着。

## 3 “学赛融合”课程模式的实践效果验证

### 3.1 实验设计与方法

验证模式效果,在某高校选择了两节乒乓球课来进行研究,其中一节采用学赛融合模式作为实验班,另一节采

用传统模式作为对照班,时长一学期,十六周。其数据的获取方法是技能测试、问卷与访谈。其中对技能考试是以乒乓球的技术测试标准来进行打分,包括发球、接发球、对拉等;而问卷主要是围绕着学生兴趣,参与情况等问题;访谈则主要是听取学生感悟及对课堂的看法。分析主要通过统计法进行检验试验前后是否有所差异,例如用 t 检验对学生技能考试成绩是否有明显不同作检验,此方式的设计让结果更具有可靠性和对模式的进行全方位的分析。试验中也考虑到了伦理方面的问题如学生的知情权、隐私权等相关问题,展示了研究者的个人魅力及对待科研的良心及其教育的人文精神。

### 3.2 技能水平评价

试验后试验班同学的成绩明显优于对照班同学,其中发球命中率由 60% 提高至 85%,接发球成功率由 55% 提高到了 80%,对拉次数平均增加了 5 个回合等数据说明学赛融通模式有利于技术的学习,而技术的进步来源于比赛训练的不断重复,同学们亲身经历实战中使用技巧加快了技能自动化,另一方面技术评定既注重结果又注重过程,例如动作标准度和技术运用体现出综合性,按照体育教学研究比赛中技术的应用有利于巩固练习。技能水平评估也反映出试验班学生成绩更加稳定,这得益于课内不断的比赛评价与完善,由此证明了学赛融通模式对技术培养的有效性。

### 3.3 综合素质评价

综合素质通过问卷和观察评价,在考察合作能力和心理状态以及规则意识等方面,实验班的学生较以前都有很大的进步,例如在小组分工时实验班同学之间会更乐于相互沟通合作,在心理承受力上也能相对镇定的面对比赛的压力,在遵守比赛的规则上面也能做到更好一些。这些都是因为学赛结合模式注重在比赛中互动与思考<sup>[2]</sup>。比赛是一个社会化的过程培养了学生的一些社交技能和情感情绪。据教育心理学研究表明参加竞技比赛能有效增强学生的自我价值感和责任感。同时综合素质评估还显示实验班的学生学习兴趣和参赛动机也有改善。同样体现了课程模式对于学生全面发展的影响,从而为体教结合提供实证依据。

### 3.4 学生反馈与课程满意度

学生回应较乐观,满意度调查显示,实验组 90% 的学生认为课程满意或很满意,学生表示学习加竞赛的形式使得学习更加充满趣味性,比赛调动起了大家的竞争意识,也让同学们找到了自身的不足,有学生反映说经过这次比赛使他们明白学习技能的重要性并且愿意在课下进行实践巩固。但也有一小部分同学表示参加比赛压力有些大希

望能有更多的基础练习这些都成为后续课程改进的方向。总而言之比赛是最好的老师,在此次比赛中学生们也是在不断的实践中提升自己,课程满意度的高比值也说明了学生对学赛融合形式的认可。除此之外访谈过程中学生又指出课程加强了他们的团队归属感,这也反映了体育教学的社交作用。进而证实了模式的有效性。

## 4 讨论与分析

### 4.1 模式的优势与特色

学赛结合模式优点在于把学习与比赛相结合产生联动作用,特点是围绕学生为中心以赛促学提高了积极性与实操性,相比于传统模式其更加倾向于实际动手操作顺应了能力训练的取向,另外模式较灵活针对各层次学生进行分层比赛保证公平性。以上优点使得课程不只是单纯的教学同时促进了学生的身心发展,遵循了体教合一的原则,基于课程革新探索学赛结合模式可克服传统课堂乏味的问题。模式的特点也有将比赛变成一种学习手段,使学生之间可以比赛相互反省学习再比赛形成了一个良好循环,提升了教学质量等优点给大学乒乓球课堂带来新思路,此模式还有一个不太起眼但也十分重要的特点那就是它无意中形成了一种“学习共同体”的气氛,在为了打好比赛的过程中他们会互帮互助互谈体会,这种同辈间的学习有时比老师一对一辅导效果更好。

### 4.2 实施中的难点与对策

开展难题有竞赛筹备耗时、学生水平差距大及教师能力要求高等方面的问题,解决办法可在课余时间布置竞赛,分层竞赛针对不同的水平设立不同的比赛,培训老师以提高老师的指导技巧。上述解决方案都需要根据实际情况作出一定的调整来保证模式能够持续进行下去。此外在资源配置比如场地与器材上可能会有一些不足需要学校的支持,体教融合政策对该课程模式有何影响还需要做进一步研究<sup>[3]</sup>。开展过程中遇到的难题还包括学生的心理适应,有些学生会因比赛而感到紧张,需要老师对他们进行相应的心理疏导,同时采用逐步增加的比赛方法减少学生们的在比赛前的压力,保证每一个学生都能够从学赛融合模式中有所收获。还有就是评分标准的制定,怎样才能够公平合理并且全面的对学生在比赛中的表现进行评判而不是仅仅看谁获得了胜利,这就需要制定更加完善的评分细则,在技术的应用、策略的理解以及体育精神等方面都要考虑进来,这就对老师们提出了更高的要求。

### 4.3 与传统课程模式的比较

传统课堂教学中“老师教、学生学”“老师讲、学生听”“老师写、学生抄”,学生处于被动地位,容易单调乏

味,而学赛融合理论是以比赛来带动、吸引学生主动参与到课堂中来,学习积极性更高。在技能掌握过程中传统课堂教学模式注重细节技术的学习,缺少运用,而学赛融合理论中通过比赛的应用巩固技术,更加深刻,综合素质培养过程中传统课堂教学模式缺乏赛场的氛围熏陶,学赛融合理论过程可以全身心地投入到比赛氛围中去,得到全方位的发展。所以学赛融合理论是优于传统的课堂授课方式,在技能与素质培养上都优于传统授课形式,从实验结果来看实验组的学生在技能水平以及素质方面都优于对照组学生,这样的对比体现出学赛融合的新颖与实用价值,成为课程改革的重要参考依据。从知识保留程度来说,通过比赛情境学会的技术和战术,因为它跟特定的情景和情绪体验密切相关,通常都能记得非常清楚,迁移至真实的比赛场上也会更加自如,这是一味的离开情境机械式的反复练习所不及的。

#### 4.4 推广应用的可行性

推广普及要结合学校情况与教师的态度及学生意愿等因素,在实际应用中来看学赛结合的教学策略较为容易在大学乒乓球课程进行使用,这是因为乒乓球场地广泛比赛方式多样。国家政策鼓励体教融合为此提供了环境氛围,教师培训很重要,在教师培训工作中交流心得有利于推广学习,学生感兴趣,愿意加入比赛有利于推广。总之此策略的应用前景较大可以逐渐应用在其它体育教学项目上,在推广的过程中还要注意资源问题以及评价指标的问题等,但是根据实际应用的情况来看其很有可能会成为高校体育教学中的主要方式之一<sup>[4]</sup>。可以在具备条件较好的高校和学院率先试行,收集一些成功的经验和失败的经验,之后可以通过相互之间的沟通与教学成果展示等方式予

以辐射传播,并在此基础上推出有关的教学资源以及教师指导用书,从而降低其他老师应用这一模式的难度,减少探索时间与摸索成本。

#### 5 结束语

本文设计了体教融合视角下高校乒乓球学赛融合课程模式并进行了实证检验,模式的学习加比赛促进了学生技术及综合能力的发展受到学生的认可,但实施过程中还要克服组织管理方面的问题,后续的研究可探索长期的影响及其在其他项目中的拓展性应用,总体来看学赛融合课程模式为高校体育课程改革提供了一种新路径,有利于体教融合工作进一步开展。体育教学要服务于学生的全面发展,更要在研究实践中服务于教育,这是学者研究的学术态度与价值观取向。课程模式的设计与检验是一个长期的过程,离不开广大体育教育工作者的共同参与以完善实施、推广运用。

#### [参考文献]

- [1]晏成倩,周江尧,李承哲,等.“课赛融合”视域下高职中药学专业课程教学改革探讨[J].内江科技,2025,46(12):69-70.
- [2]谢冬兴,王伟强,龚建林,等.普通高校体育“学赛融合”课程模式、方案及实施研究——以乒乓球为例[J].体育科技文献通报,2025,33(10):154-158.
- [3]丁振亮,刘鼎伟,庞俊鹏,等.树立健康第一的教育理念下学校体育教育与学生健康关联的多维审视[J].天津体育学院学报,2025,40(6):703-710.
- [4]陈婷.“学、练、赛”一体化教学模式构建研究[D].江苏:南京体育学院,2025.

作者简介:姚慕涵(1998.6—),男,汉族,重庆人,硕士研究生,重庆科技大学,研究方向:体育教学与运动训练。