

“女排精神”融入高校排球教学的应用分析

段雨晴

合肥师范学院体育科学学院, 安徽 合肥

收稿日期: 2025年5月15日; 录用日期: 2025年6月22日; 发布日期: 2025年6月30日

摘要

在人类社会进步的过程中, 体育活动发挥了重要作用, 是社会文化发展壮大的重要途径之一, 它在人类发展史中凝聚了人类的整体力量, 塑造了良好的发展形象, 实现了人与自然的和谐统一。在春秋战国时期, 我国著名的思想家、教育家孔子, 就提出六艺: 礼、乐、御、射、数、书。在两千多年前, 我国先人就已经总结出了全方位的教育系统, 也体现了体育文化的逐步形成。“女排精神”体现在多个层面所包含的精神内涵, 已经从单一的体育文化中脱离出来, 形成了我国体育教育工作的精神促动力。“女排精神”已经成为我国体育的文化体制, 也成为国家民族精神在体育层面的具体体现。本文将“女排精神”作为探索线索, 针对“女排精神”的起源和实际影响进行分析, 探究“女排精神”的本质含义, 并分析在我国高校排球教学中应用“女排精神”的真实意义。

关键词

“女排精神”, 排球教学, 应用分析

Analysis on the Application of “Women’s Volleyball Spirit” in College Volleyball Teaching

Yuqing Duan

School of Physical Education Science, Hefei Normal University, Hefei Anhui

Received: May 15th, 2025; accepted: Jun. 22nd, 2025; published: Jun. 30th, 2025

Abstract

In the process of the development and progress of human society, sports activities play an important role, which is one of the important ways for the development of social culture. In the history of human development, it condenses the overall strength of human beings, shapes a good image of development,

and realizes the harmonious unity of humans and nature. During the spring and Autumn periods and the Warring States period, the famous ideologist of our country taught Confucius and put forward six arts: ritual, music, imperial, archery, mathematics and calligraphy. More than 2000 years ago, our ancestors summed up a comprehensive education system, which also reflects the gradual formation of sports culture: "The spirit of women's volleyball team, which is embodied in many aspects, has been separated from the single sports culture and formed the spiritual driving force of China's physical education." "Women's Volleyball Spirit" has become the cultural system of China's sports and the embodiment of national spirit in sports. This paper takes "Women's Volleyball Spirit" as the exploration clue, analyzes the source and actual influence of "Women's Volleyball Spirit", explores the essence of "Women's Volleyball Spirit", and analyzes the real significance of applying "Women's Volleyball Spirit" in College Volleyball Teaching in China.

Keywords

Women's Volleyball Spirit, Volleyball Teaching, Application Analysis

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. “女排精神”的产生由来

我国在 1976 年结束特殊的历史时期后,于 1978 年召开的党的十一届三中全会,明确了改革开放的基本国策,这让我国的经济市场有了新的发展机遇,在这场深刻的社会变革中,中国民众既认识到与发达国家的差距,也激发了追赶世界的奋斗热情。正是在这样的特殊历史背景下,我国女排的姑娘们,以竹棚创业的艰苦奋斗精神,于 1981 年的世界杯比赛中以七连胜的完美战绩夺冠,让世界对中国女排刮目相看,其影响已经到了国家层面[1]。

我国作家鲁光撰写了一篇五万文字的报告,刊登在人民文学出版社的第五期《当代》杂志中。文中他洋洋洒洒的五万字,赞誉了中国女排的姑娘们奋勇向前,不畏困难,努力为国争光。其中首次出现了“女排精神”。这篇报告被人们广泛转载,每个人听到中国女排的战绩都唏嘘不已。作者强调,“女排精神”就是不畏强敌,不惧困难,勇于奋斗,勇于担当的现代体育精神。自此,“女排精神”充当了相关词汇的代名词,出现在电视、报纸等主流媒体上。

袁伟民虽然在比赛中受了伤,但仍与团队含泪扬起笑脸,彰显中华民族永不言败的决心和信心。中国女排凭借“竹棚”精神,接连斩获 1982 年的秘鲁世界锦标赛、1984 年的美国洛杉矶奥运会、1985 年的日本世界杯赛和 1986 年的前捷克和斯洛伐克世界锦标赛等多项桂冠。在这些比赛中,我国女排队员把“中国女排”精神体现得淋漓尽致,展现了勇往直前的奋斗精神,也创造了让国人和世人都极为震惊的战绩。因为当时那个特殊时期,中国女排给国人带来了振奋人心的消息,这种积极力量超过了体育行业范畴,也成为整个国家的发展动力,这也就是被广为流传的“女排精神”。

2. 在高校排球教学中提倡“女排精神”的意义

2.1. 为排球教学奠定了精神基础

高校排球教学面临着排球运动固定化、发展速度受限的挑战,其短期内难以实现高速化发展。然而,大众体育的广泛开展为排球教学提供了新的契机。近年来,大众体育运动受到社会各界的广泛关注,各类人群对体育教育的认识不断深入,社会认可度显著提升。在参与体育活动的过程中,人们积累了丰富

的体育经验,形成了更深刻的运动感受,这体现了精神熏陶在大众体育中的动态发展。这种精神力量为排球教学工作奠定了坚实的精神基础,也加速了排球运动的大众化转型。研究表明,体育精神的传承对排球教学具有重要影响,精神熏陶能够有效融入排球课程教学当中[2],为排球教学的持续发展提供了有力支持。

2.2. 激发大学生的深刻感悟

当代大学生对新兴事物的敏感度较高。他们有开放的思想观念,更容易接受先进文化和新潮事物。但有利必有弊,在多元化的文化冲击下,他们也容易受到各种思想观念的影响[3]。现在社会逐渐变得浮躁,“金钱至上”主义在年轻人中出现,大学生在这样的社会背景下,会对自己的未来追求产生疑惑,到底是追求真正的理想,还是追求眼前的利益,到底是为了追求公平公正还是为了维护自己的利益。这需要学生进行正确认识,调整自己的学习心态和学习目标。对排球运动产生新的认识,调整自己的学习动机和学习态度,才能对“女排精神”有更深刻的感悟。

2.3. 成为大学生的运动榜样

“女排精神”体现了一种坚定而勇敢的奋斗精神。不但对我国国人的精神教育有促进作用,也对我国大学生起到了激励作用。学生本身就缺少兴趣,在学习过程中容易产生懈怠心理。将“女排精神”融入到高校排球教学中,可以活跃课堂气氛,也能让我国大学生有精神上的运动榜样,从而产生变得更好的愿望。这是一种榜样激励方法,也是一种高效而可靠的教育方法。

3. 高校排球教学现状

3.1. 缺乏科学全面的课程体系

学生在升入大学之前,排球练习的时间较短,排球基础严重不足。大部分学生没有规律练习的习惯,也没有较强的身体素质,不但排球训练如此,其他体育训练更是如此。这需要根据学生的身心发展规律进行实际探索,了解他们的兴趣爱好和内心意愿[4]。对于升入大学的学生来说,在短时间内想要快速提升排球技术是很难实现的。这体现了学生的排球技术不足,大部分高校的排球课只是进行简单的发球练习和传球练习,学生很难深入了解中国排球的发展,历史,也很难深入其中情感共鸣。

3.2. 缺乏公正合理的评价体系

排球课程属于高校的必修课程之一,也是高校体育的常规课程。大部分排球教师只注重排球技术的教学工作,在进行评价考核时,只将学生的技术掌握情况和运动成绩作为基本标准,以终结性评价为主[4]。虽然排球属于实践性课程,对专业性和实践性的要求很高,但体育教育也属于社会教育的文化系统,也关系到文化精神方面的教育,需要进行公平合理的评价考核,这样才能促进学生心理素质和身体素质的同步提升。可见缺乏公正合理的评价体系,也是当前阶段高校排球教学的主要问题之一。

3.3. 对科研工作的重视程度不高

从目前阶段全国排球理论的研究水平来说,以此为研究主题的科研人员较少,这导致难以实现排球体育文化的高度普及。教师在进行排球专业教学工作时,更侧重于实践教学,而不注重学生的心理素质和素养的发展。极少数的教师会对科研工作提起兴趣,在排球教学过程中,其涉及内容较多,包括运动生理学,神经心理学,教育学,社会学,如果只进行单一化的排球训练,就会导致排球专业的学习内涵减少。许多排球教师虽然有丰富的教学经验,但采用的教学模式较为落后,很难接受先进知识和新型事物,只能从单一层面理解排球运动知识,缺乏对科研工作的重视,在教学过程中也难以呈现多层

次和多维度的教学讲解。理论教学和实践教学的过度脱离，会成为排球教学发展的限制性因素。

4. “女排精神”在高校排球体育教学中的渗透形式

4.1. 形成师生互动

开展排球教学的过程中，要提升学生和老师的互动力度，融会贯通地应用教学方法，这是一种有效的沟通模式，也是一种教学改革的模式。在进行课程改革的过程中，教学方式的活跃变化，也是教学改革高速进行的具体体现。最艰难的工作就是开展教学方法和优化程序的改革工作，但是最重要的工作也是这个。在一定时间内，为了实现更有效的教学效果，就要进行多种教学方式，这一演变创造更具个性化和多元化的教学模式，满足学生和老师的发展，需要实现学生和学生之间的连带互助和共同发展。在这个过程中，学生的主观能动性会得到有效激发，也能培养学生的创新思维。在课堂上可根据实际情况，展开分组活动，双人练习或多人练习。教师要帮助学生把握好排球技巧，也要培养学生的合作意识，在评价考核过程中这都成为评价体系的一部分。采用这种方式来激发学生的团队精神，从而让学生深刻体会“女排精神”的内涵。这种教学方法的不断创新，帮助学生形成自主学习和自主练习的自律性，也是排球教学的重要意义。

4.2. 体会运动员的感受

学校的活动场地是开展排球课程教授的主要场所也是基本的物质条件，如果没有符合专业排球要求的体育教育场所，那么就难以开展专业化的排球课教学课程。近年来体育部门和国家各级领导逐步重视我国高校排球教学，各大高校的排球训练场所和专业化器材得到了有效配备，但受客观因素影响也难以满足，排球训练的专业化需要。这不利于教学工作的发展，仅有的排球训练场地，也缺乏各种各样的训练器材，导致学生在训练过程中难以有专业化的体验，也难以深入感受到排球运动的乐趣。难以开展有效的排球训练，也导致学生无法深刻体会到“女排精神”，因此要配备良好的排球训练体系，让学生有机会可以体验专业化的训练，体验排球运动员的感受。

4.3. 模拟真实比赛

高校在进行排球教育的价值观教育时，学校要引导学生形成正确的价值观，也要尊重学生的个性化发展。排球课程是必修课程，也是高校体育中的重要部分，关系到学生的身心发展。练习排球的主要目的是促进学生的身体素质提升，也培养学生良好的心理素质。在课外活动中安排排球课可以给学生更多的排球实践机会，让学生在日常生活中也能产生带有个人特色的全新思想。在这个学习过程中，学生的价值观得到有效充实，能够体现学生的主观能动性和创新性。在进行比赛的教学工作时，放弃简单的分组模式，而采用正规的比赛程序。要充分重视比赛中的仪式感，从升国旗和奏国歌开始，形成两个对抗团队，同时选出裁判员、记录员和司线员。之后不参加比赛的同学可以为参赛的球队加油助威。这样班级里的每一个学生都有了各自分工，体现了团队精神和创建精神，在这个过程中需要同学们团结一心，共同对抗；也需要裁判员秉持着公正合理的基本原则，这便让学生们亲身体验到了女排团队在打比赛时的内心感受和实际情况。

5. “女排精神”融入高校排球教学的应用

5.1. 转变传统的教学观念

教学理念体现了教学模式的总和，是开展教学工作的主要依据。在现代社会，越来越多的新潮理念出现，在开展排球专业的课程教学时，更要充分认识排球教学的根基，改变传统的教学观念，采取定量

审核和定性审核，在不同教育环节实现充分创新。要激发学生的创新思维，给予学生更多的学习机会和实践机会，吸收其他体育领域的精华部分，为排球教学工作增添活力，实现高效化教学。

5.2. 激发学生的学习主动性

兴趣是学习的首要动力，激发学生的学习主动性是教育成功的关键。开展活跃的排球竞赛，不仅能让学生亲身参与其中，感受比赛的乐趣，更能体会团结协作的力量，从而有效调动学习兴趣。在此过程中，应充分利用学生的参赛意愿，营造良好的竞争氛围，以提升课堂教学质量。排球教师需正确认识学生的学习需求，借助学生的学习热情，引导其主动学习。教师应帮助学生掌握基本排球战术，将对抗赛拆解为不同环节，分步讲解比赛细节；同时将理论讲解与实践比赛紧密结合，使学生熟悉基本规则、明白裁判手势，增强求知能力。以比赛教学作为实践途径，激发学生主动性，使其保持浓厚学习兴趣，从而提升教学效果。

5.3. 实行全面化的评价考核

在排球教学中，应运用多样化的教学方法与模式，以实现高质量的教学目标。在教学评估环节，需构建科学完善的考核制度，为教学工作提供明确指导。课程教学以教学质量为核心，优化整体结构，展现优良的教学成果。通过制定公平公正的考核标准与评价结论，准确衡量学生技能水平，彰显考核的公正性。在实施教学与评估的过程中，应充分考虑学生的学习感受、生理与心理特点。体育学习中，要帮助学生积累经验，调整学习状态，促进其全面发展。评价考核体系应涵盖学习态度、生理与心理因素、价值取向以及学习能力等多维度内容，确保客观全面。同时，关注学生身体素质，通过科学监控与多方关注，促进其综合素质提升。在排球专项训练中，要着重开展技能与战术训练，传授多样化的练习模式与技巧。结合体能锻炼，为学生筑牢坚实的基础。通过这一过程，学生不仅身体素质将得到有效提升，排球技术也将不断进阶，从而实现全面发展的目标。

6. 结语

综上所述，“女排精神”体现的不仅是体育文化中的团结精神和奉献精神，也展现了民族精神的内涵，也与社会主义核心价值观相一致。其作为一种不断传承的体育精神，即体现了时代精神的发展含义，以及发展现代社会的创新发展，成为中华民族奋勇向前的精神动力。“女排精神”在不断发展创新的过程中，一直体现了巨大的创新力，也展现了强大的生命力。在这样的状态下，符合我国社会发展规律，也满足社会和谐的发展要求。“女排精神”在不断的传承和发展中，体现了我国体育事业的繁荣兴盛，也展现了民族精神和时代精神的交融价值。既符合我国社会发展规律又符合社会进展的动力要求。在社会主义现代化社会的发展背景下，要展现社会主义核心价值观，要在社会的不同领域体现文化建设的重要性，就要积极构建更为完善的核心价值体系。“女排精神”属于一种体育精神，也属于一种综合性精神。当然，“女排精神”也不能体现所有的精神内涵，但在那个特殊的时代彰显了时代的楷模，彰显了英勇向前的英雄气概。在现代历史发展背景下，要加强民族团结的宣传教育，积极推进“女排精神”，展现一种新型意识下的“女排精神”教育，这对国家建设和高校排球教学发展都有着重要的影响。可见，在高校排球教育中融入“女排精神”有非常重要的意义，也能够体现具体的教育价值。

基金项目

企业委托资讯类课题：“体育教师实践教育基地建设项目方案开发与应用”(HXXM2021014)；2024年安徽教育科学研究项目：“五育融合背景下初中学校体育特色开发的实践研究”(JK24067)。

参考文献

- [1] 屈钰丰. “女排精神”对甘肃省大学生价值观的影响研究[D]: [硕士学位论文]. 兰州: 西北师范大学, 2020.
- [2] 杨琛. 课程思政理念下女排精神融入广东省高校体育教育专业排球普修课程研究[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广州体育学院, 2024.
- [3] 李豪杰. 从“女排精神”的复归看当代大学生价值观的再塑[D]: [硕士学位论文]. 贵阳: 贵州财经大学, 2018.
- [4] 马金. 吉林省高校排球选项课开展现状与对策研究[D]: [硕士学位论文]. 延边: 延边大学, 2015.