2024年1月10日 星期三
本版编辑 李小晨
上海 Oriental Sports Daily 东方体育日报

助力基层排球教练提质升级

上海市校园排球联盟教师集训营顺利举行

校园排球如何高质量发展？针对青少年排球课程设置怎样做到既专业又有趣？围绕一系列问题，1月6日至7日，2023上海市校园排球联盟教师集训营在复旦大学正大体育馆火热开营。为期两天的集训，共吸引全市大中小学校的41名教师参与，课程内容涵盖排球项目基础理论与实践练习，紧密结合新课标下排球项目教学要求，为在校教师提供了“一揽子”解决方案。

本次活动由上海市教育委员会、上海市体育局主办，上海市大学生体育协会、上海市中学生体育协会、上海市校园排球联盟承办，复旦大学、东方体育日报社协办。

本版图文 本报记者 程超

傅悦带领华师大男排参加联盟比赛

傅悦带领交嘉学子参赛

从校园到校园 从球手到教师

“90后”诠释传承力量

翻看本次教师集训营的营员名单，一个熟悉的名字映入眼帘——上海交通大学附属中学嘉定分校体育与健康学科教师傅悦。对傅悦来说，复旦大学正大体育馆再熟悉不过，她曾是华东师范大学女排队长，在这片场地上与复旦女排打过多场校园排球联盟比赛。

九年前，傅悦作为高水平运动员从山东济南考入华师大攻读法学专业，作为华师大女排队伍首个特招队员入校，凭借少年时打下的扎实基本功，她很快就从校队脱颖而出，稳坐主力主攻位置，并代表学校参加上海市比赛。“我记得2015年刚来上海读书时，校园联盟还没正式成立。后来联盟成立举办比赛，此后比赛越来越多，我们学校就一直参加。”傅悦笑着说道，“我和复旦女排是老对手了，以前决赛时总是相遇。交手多次后就和她们熟悉起来了。”

也许是对手之间的惺惺相惜，在上海市校园排球联盟组建上海复旦女子代表队参加2018年国际女排邀请赛时，傅悦被邀请一同代表上海参加国际比赛。“那段经历使得我和复旦女排从对手变成队友，友谊也进一步加深。她们不仅球打得好，而且格局很大。直到现在，我和复旦的同学老师都会时常联系，保持着良好关系。”

2022年读完体育教育训练学硕士后，傅悦毅然决然选择进入高中做一名基层排球教师。谈及当初为何做出这样的选择，这位豪爽的山东姑娘表示：“从小练排球，对排球的热爱早已融入到我的血液之中，对它有着割舍不掉的感情。”其实，在人生十足路口时，傅悦原本能够进入高校从事更为“轻松”的工作，“我曾带过近五年华师大男排队伍，名次与实力也是一路攀升，看到他们热血的样子，从那时就深深震撼着我，原来排球运动有如此大的影响力，对人格的塑造可以这么强。选择做基层教师，其实是需要勇气和毅力的，但这一路收获了许多成就感，排球运动的发展不能只聚焦于塔尖，在中小学推广和普及同样重要，我想去试试。”

在去年嘉定区排球比赛中，傅悦带领的上海交通大学附属中学嘉定分校学生获得高中男子组冠军和女子组亚军。从成绩上来看，傅悦的执教生涯起步阶段无疑是成功的，但她坦言：“和高中生相处，自己还是个‘小白’。普通学生和专业运动员相比有很大不同，在日常教学过程中我也遇到过挑战和困惑，所以趁着这次联盟举办教师集训营，我想来向‘大咖’请教学习。”

从参加校园排球联盟比赛的队员，到如今联盟教师集训营的学员，近十年的时间里，傅悦的身份转换了，对排球的理解也在进一步加深。用她自己的话来说，“我见证了校园排球联盟从无到有，联盟看着我成长，这一定是特别的缘分。”

培养专业人才 践行体教融合

校园排球联盟交“答卷”

会打不等于会教，这是许多排球教师面临的共性问题。刘畅曾是江苏青年女排队员，退役后进入上海高校担任排球教师。“以前自己做队员时，很多技术从小就是这么练的。现在带学生，我要告诉他们为什么这样练，原理是什么？通过这次培训，自己在这方面学习到很多。”

两天时间，不仅白天课程内容丰富，晚上回到家中，学员们还要完成“留堂作业”。7日上午一早，嘉定新城实验中学的四名老师拿着前一晚的作业交到项贤林手中，两张A4纸上详细地写着目标纬度、目标内容、课次安排、教学内容、教法与措施和教学重难点等内容。不少教师纷纷表示：“这个周末，有种回到大学生时代的感觉。”

在校园三大球项目中，相较于足球和篮球，排球的群众基础比较薄弱。项目入门技术难度大，长期缺乏专业排球教师都是制约校园排球发展的客观因素。对于本次参加集训营培训的教师而言，依托于他们对于排球有一定程度的了解，再通过本次培训所掌握的专业技能，待他们回归校园，势必会给学生们更加专业的指导，呵护更多校园排球“潜力股”成长成才。

近些年，上海市校园排球联盟携手复旦大学等高校先后开展了教练员集训营、教师集训营、裁判员集训营，是践行“体教融合”理念的具体实践，也是对2023年9月上海市教委针对学校体育工作发布《行动方案》的积极回应。该方案推出“六大行动”和“二十条措施”，旨在促进校园体育工作的高质量发展，提升学生体质健康水平。在配齐配足配强体育教师，大力培养体育名师、领军后备人才和有教练员、裁判员资质的体育教师方面，校园排球联盟正贡献着自己的方案。

“大咖”助力，干货满满 培养校园排球合格“二传手”

吴平教授带领学员实践练习

卢玲教授演示技战术

项贤林教授上课

傅悦口中的“大咖”，正是这次校园排球联盟教师集训营的讲师们。为了给参加培训的学员实实在在的“干货”，本次集训营特别邀请了上海体育大学体育教育学院排球教学团队的项贤林、吴平和卢玲三位“老法师”。他们三人分工明确，项贤林副教授主要讲授理论知识，结合多年高校教学经验，他从排球项目结构化、大单元教学计划、游戏创编方法等板块进行授课；吴平副教授主抓实践课，带领教师学员走上排球场，进行移动、发球、垫球、传球练习；卢玲副教授以排球阵型为切入口，拆解背后的原理。

走进复旦排球馆，卢玲正拿着技战术画板演示着排球轮转规则，小小的白板上写满了内容。卢玲说：“为了这次来参加集训营的教师，我们讲的内容比较细，但受制于培训的时长，只能把最核心的点挑出来和他们讲清楚。”卢玲上完课后觉得“学员很投入”，“面向教师的培训，我很明显地感觉到他们内驱力更强，上课时很投入。下课时，有很多老师跑来和我交流，提的问题都很具体。”

如何用学生听得懂的语言，将排球知识讲清楚？在项贤林理论课上学员们找到了答案。项教授将专业性十足的内容转化成通俗易懂的语言，穿插提问引导学员进行思考。项教授表示，依据他多年来的观察发现，参加集训的学员大致可以归纳为两类：“一类是手上有活（有排球运动基础），但缺乏理论知识；另一类是有理论基础，但缺乏排球技术。”针对这一现象，教学团队在备课的过程中花了不少心思。同时，他认为：“教师训练营是一个难得的机会，能够让基层教师静下心来思考，到底怎么教排球？教什么？教的内容有没有效果？”通过集训营，参加培训的学员从日常紧张而繁忙的教学工作中抽离出来，有了更多思考的时间。翻转课堂、头脑风暴、分组讨论，这些教学方法统统被项贤林搬到了课堂上。

在两天集训过程中，四十多名学员被拆分成两个组，进行分班教学。在吴平的带领下，他们进行了多场对抗赛，“说得再多，不如让老师们上场打几局”。“在打的过程中，会进一步加深他们对于知识的印象。同时，我也穿插讲解裁判知识，让他们知道裁判员是如何执裁比赛的，今后在带队训练和比赛中可以更全面。”在吴平看来，“举办教师集训营很有意义，依托校园排球联盟这个平台，为大中小学校的排球教师提供进修的机会，教师是基层排球发展过程中重要的‘二传手’，他们掌握得越多，才能培养出更多好苗子。”

◀教师集训营