

2019上海市校园排球联盟排球教师第五期培训班圆满结束

引进先进课程 提高教学水平

为提升和发展上海市各学校体育教师排球教学水平，扩大排球教师队伍，进一步加快后备人才培养体系建设，2019上海市校园排球联盟排球教师第五期培训班于上周末在复旦大学排球馆进行。校园排球联盟聘请相关专家与教授，为沪上校园排球教师带来生动的理论课与实践课，将先进的排球教育理念与教学方式传输到上海校园的各个角落。

专题撰稿 实习记者 吴钧雷

专家授课 专业指导 首要目标：提升教学水平

上海市校园排球联盟成立五年以来，始终围绕着推广排球运动、培养优秀苗子、弘扬排球文化展开工作。如今，随着排球运动在沪上各所大学、中学、小学的不断普及，已有越来越多的孩子喜欢上打排球，并积极参与到联盟各项排球赛事以及精英训练营等活动中来。正基于此，教师队伍的培养与壮大势在必行。

据上海市校园排球联盟专家委员会委员、复旦大学体育教学部副主任朱寅申介绍，举行本次教学培训班旨在教授大家统一的、规范的排球技术动作和优质、先进的排球教学方法，冀望促进沪上校园排球的发展。“如今校园里的排球教师虽然都是学排球出身，但还是存在教育质量参差不齐的情况，我们要努力改变这个局面，以提升排球教学水平为首要目标。”朱寅申说道，“同时，每位教师的教学方法都不一样，把他们聚集起来进行培训，传递给他们先进的教学理念，这样他们可以结合已有的经验进行更有效、更规范的排球教学。”

为此，联盟组成了专家培训团，特

别聘请了在排球教学上具备丰富经验的博士与教授前来授课，将前沿、规范的排球教学理念进行进一步传播。在课程设置上，联盟采取了理论课与实践课相结合的方式，增强课程培训的多样性与层次感。在实践课上，专家们运用先进的教辅器材与教学游戏，对排球基础技能进行统一规范；而在理论课上，除了排球基本技术与战术的理论教学，专家还引进了最为先进和前沿的教学方法，例如领会式教学法和混合式教学法等，让教师们当场讨论并设计教学流程，共同探讨符合实际的高效教学方式。

两天的培训令许多教师都感到受益匪浅。来自上海外国语大学嘉定外国语学校管永磊老师是参加培训的教师中年龄最大的，他笑着说：“来参加就是想多学习，这个跟年纪无关。时代在变，相关技术也在发展，不学习就跟不上了。”

据朱寅申透露，新的一期教师培训会将在明年3、4月进行，进一步帮助排球教师提升教学能力，从而促进上海校园排球水平不断提高。



2019上海市校园排球联盟排球教师第五期培训班圆满结束

本报记者 方豪 摄

前沿理念 先进课程 推动排球教学回归原点

纵观专家培训的主要内容，除了基础的排球技术与战术的教学外，前沿的排球教学理念与先进课程的教授是本次活动的一大亮点。上周六上午，专家成员之一、上海体育学院排球教研室主任项贤林在理论课上分享了领会式教学法与混合式教学法，令培训班的学员们眼前一亮。

何为领会式教学法？其核心概念是通过修正、简化规则，进行游戏或比赛式教学，让学生通过个人思考或团体讨论来理解游戏或比赛规则，进一

步思索自身所欠缺的运动技能和需要运用的战略战术。项贤林表示，排球教学的核心应该回归原点，即以游戏为中心来设计教学环节。“游戏是比赛的原点，比赛不过是制定了统一规则的成熟游戏。”他说道，“学生最喜欢的便是游戏，而经教师精心设计的游戏可以让他们主动地参与其中，在愉悦的竞争中学到有用的知识。”

在培训中，项贤林专门把学员们分成六个小组，每个组根据不同的排球教学内容设计出三个合理的、可实

施的游戏项目，最终汇总至一起进行分享交流。项贤林表示：“我希望学员们在培训中能够集中所有的智慧，去设计符合课堂情境并具备教学效果的游戏。”他还特地嘱咐所有学员，回到各自学校后可根据已有的游戏构建进行试验。“理论和实践一定是脱节的，一定要试验、总结，再试验、再总结，才能达到最好的教学效果。”

随着时代的发展，排球教学理念的革新也势在必行，过去的一些主流教学方法可能对现今的学生并不适用。“我们过去的传统教学方法以技术为导入，这个其实是有缺陷的，很容易与实际的比赛脱节。”项贤林说道，“所以我觉得以游戏、以比赛为导入进行教学是十分必要的，这也是我们想要传输给学员们的重要理念。”

超10万人参与 撬动社会资金2000万 “黄浦 我来赛”塑造业余联赛品牌

本报记者 丁荣

12月9日，2019年上海城市业余联赛“黄浦 我来赛”年终盛典暨黄浦区第三届体育社团节闭幕式在黄浦区卢湾体育馆举行。这是黄浦区全民健身活动自品牌创立以来的一次总结和表彰，和黄浦区特有的体育社团节一起组成了具有黄浦特色、海派风尚的盛会。黄浦区所属57家单项体育协会、体育俱乐部和社会体育组织、体育爱好者等进行了积极响应和踊跃参与。

“黄浦 我来赛”全年赛事共181场，其中市级赛事63场，区级赛事118场，吸引了超过10万余人参与，相比去年增加了67%。据黄浦区体育事业发展指导中心主任李皓介绍，“黄浦 我来赛”每一场赛事活动都在网上进行了公开发布，通过新媒体和传统媒体的大力宣传，赛事从报名开始就吸引了广泛市民的参与。“黄浦 我来赛”的服务对象不局限于黄浦区居民，工作在黄浦区的市民也可以参与，成为了覆盖全市的参与面。体育健身知识、体育营养知识、健身操……除赛事外，“黄浦 我来赛”还积极开展了公共体育服务配送、体质监测和科学健身指导服务。

“黄浦 我来赛”在岁末上演了一场年终盛典，为2019年“黄浦 我来赛”中表现优异和做出突出贡献的团队和个人进行了隆重的表彰和嘉奖。今年的奖项设置了特别贡献奖、合作共赢



“黄浦·我来赛”年终盛典暨黄浦区第三届体育社团节闭幕式举行

奖、携手共进奖、十佳社会体育指导员奖、运动达人奖和优秀团队奖，涵盖了整个“黄浦 我来赛”的参与者、服务者、组织者和赞助商。

黄浦区体育局通过“黄浦 我来赛”的平台，积极发动社会力量参与办赛，同时联合黄浦区20多个委办局联合办赛，通过整合资源、信息共享、提升质量、扩大效益，真正把黄浦区的全民健身赛事活动从“我们办”升级为“大家办”。今年“黄浦 我来赛”的启动资金和去年差不多，但通过和各委办局联合办赛，通过吸引社会力量参与办赛，实际运用资金比去年更丰富，撬动了社会资金2000万。

“黄浦 我来赛”这一全民健身活动品牌创立至今，通过规范程序、丰富内容、提升质量、创新方式，提供了全

民健身赛事、体育服务配送和体质监测等优质的公共体育服务，在惠及更广大市民群众的基础上充分展示了黄浦风采，彰显了海派文化，为上海全民健身活动增添一抹亮丽的色彩，受到了各方的肯定和广泛的赞誉。

上海市体育局副局长赵光圣表示：“‘黄浦 我来赛’就是市级城市业余联赛‘公转’带动各区‘自转’的典型，是今年的一大创新。黄浦区通过将区级体育项目的特色和区域建筑、场馆以及地域文化特色充分融合在一起，办出了非常有特色、充分调动市民参与积极性的区级品牌赛事。下一步，我们希望每个区都有自己的区级城市业余联赛品牌特色赛事、体育配送和科学健身辅导服务，努力形成一区一品的区级城市业余联赛品牌特色赛事格局。”

■ 短讯

宝山区运会圆满闭幕

12月5日下午，宝山区第四届运动会闭幕式在高境镇新业坊园区举行。区运会是宝山区规模最大、级别最高的综合性群众体育赛事，自2004年创办以来，每五年举办一届，被誉为“家门口的体育盛会、宝山人的健身节日”。

近年来，宝山区委、区政府高度重视体育工作，积极贯彻落实全民健身国家战略，坚持把体育事业和体育产业融合发展，作为打造“两区一体化升级版”现代化滨江新区的重要抓手。

2019“好饰家杯”乒乓球团体赛举行

12月7日，2019“好饰家杯”乒乓球团体赛在上海师范大学西部球类馆挥拍开打，作为一次申城业余乒乓球爱好者的聚会，共吸引了34支队伍超过200人报名参赛。

虽然是一项市民业余赛事，但比赛现场过起招来，精彩程度却也丝毫不输专业水平。据主办方负责人黄国强介绍，参赛的不少球员都是上海滩业余乒乓球圈子里的“老面孔”了，许多队员从小就开始打球，每逢乒乓球赛都能见到他们的身影，“乒乓球”三个字已经成为了他们生命中不可割舍的一部分。

老年人气排球系列赛 上海站创新办赛模式

日前，2019年“天山杯”全国老年人气排球系列赛（上海站）比赛在东华大学举办。来自江苏、浙江、江西、黑龙江、上海等地共30支队伍近400人参加了比赛。中国老年人体育协会气排球专项委员会主任、江苏省老年人体育协会常务副主席华洪兴表示：“全国气排球赛事第一次在上海举行，第一次由街道来承办全国赛事，开辟了街道和高校合作办学的先河，体现了上海的气排球运动发展之迅速，也探索出一条街校合作发展体育的新路径。”

沪上职业健身行业重头戏 “金狮奖”颁奖盛典落幕

作为上海职业健身行业最高荣誉，素有健身界“奥斯卡”之称的2019年第七届东方职业健身交流大会暨“金狮奖”颁奖盛典近日落幕。大会立足体育行业国家职业资格体系，以推进健身人才交流，促进职业技能人才就业和创业为主题，包括：总裁沙龙、国职课程发布、行业年度颁奖等三大板块。

东方职业健身交流大会暨“金狮奖”颁奖盛典活动自2013年创办至今，已连续举办七届，已逐渐成为健身界人士能量汇聚的重要平台。