

功能性音乐在手球课程教学中的应用研究

吕光明, 陈雨岩, 马 磊

淮南师范学院体育学院, 安徽 淮南

收稿日期: 2023年5月1日; 录用日期: 2023年5月31日; 发布日期: 2023年6月7日

摘 要

本文通过实验法、问卷调查法和数据统计等研究方法对功能性音乐在手球课程教学训练中的应用进行实验研究。结果表明: 功能性音乐教学相对于常规手球教学方式, 实验后实验组的10米×6折返跑、手球掷远和一分钟对墙传球三项指标均呈非常显著性差异, 充分说明功能性音乐教学对手球课程教学具有一定的教学效果。在实验后通过调查表明, 采取功能性音乐教学训练受到学生的一致认可与喜爱, 说明了功能性音乐在手球课程教学中具有一定的实用性价值。

关键词

功能性音乐, 手球, 课程

Research on the Application of Functional Music in Handball Teaching

Guangming Lv, Yuyan Chen, Biao Ma

School of Physical Education, Huainan Normal University, Huainan Anhui

Received: May 1st, 2023; accepted: May 31st, 2023; published: Jun. 7th, 2023

Abstract

Experimental research is carried out on the teaching and training of functional music in handball courses through experimental methods, questionnaire survey methods and data statistics. The results show that: compared with the conventional handball teaching method, the three indicators of the experimental group after the experiment, the 10-meter ×6 turn-back running, the handball throwing long distance and the one-minute pass to the wall, all showed very significant differences, which fully shows that the functional music teaching has a certain teaching effect in the handball course teaching. After the experiment, the survey shows that the use of functional music teaching training has been unanimously recognized and loved by the students, which shows that functional music has a certain practical value in the teaching of handball courses.

Keywords

Functional Music, Handball, Course

Copyright © 2023 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. 引言

功能性音乐分类方面,一方面功能性音乐是指具有某种使用价值的音乐,是具有社会实践效益(生理或者心理)的音乐,它是由使用者的动机、目的、场合或发生的作用决定的[1]。另一方面是,从功能性音乐实用效果来说,是一种心理效应的体现,是对人们情绪的控制、调节和影响发挥其特有的作用[2]。

音乐可以刺激学生大脑产生一定的引导和放松作用,在课程教学后使学生放松身心。功能性音乐辅助教学法是在手球课程教学过程中渗入音乐元素,通过音乐的节奏、节拍、速度、旋律调节学生的情绪变化。因此在功能性音乐的融合之下,可以使手球课程这个小众项目与一种新型的教学方法相结合,在课堂上可以更好地调控学生的情绪和专注力[3],使学生在轻松愉快的课堂氛围中把握手球教学中的技术动作,提高学生上课热情和课堂积极性,提升课程教学的质量。

2. 研究对象和方法

2.1. 研究对象

以功能性音乐教学对手球课程教学训练影响为研究对象。以淮南师范学院 2020 级社会体育指导与管理专业 24 名男生为实验对象。

2.2. 研究方法

2.2.1. 实验法

1) 实验分组

抽取淮南师范学院 2020 级社会体育指导与管理专业 24 名男生为实验对象,24 名学生手球基础均为零,随机分成实验组和对照组。

实验干预前,首先对两组实验对象进行测试项目的成绩测定。进行手球专项准备活动后,测试并记录两组实验对象的 10 米×6 折返跑、手球掷远和一分钟对墙传球。两组在实验前各项测试项目成绩对比不存在统计学意义上的差异($P > 0.05$),进一步说明两组身体素质处于同一水平基线,分组合理。见表 1。

Table 1. The comparison between the test indicators of the two groups before the experiment ($x \pm s$)

表 1. 实验前两组各测试指标之间的比较($x \pm s$)

测试指标	实验组(N = 12)		对照组(N = 12)		T 值	P 值
	均值	标准差	均值	标准差		
10 米×6 折返跑	13.883	0.639	13.833	0.536	0.208	0.838
手球掷远	32.083	3.058	31.500	1.381	0.602	0.553
一分钟对墙传球	33.416	4.187	32.750	2.958	0.450	0.657

2) 实验控制

两组实验对象的教学大纲、进度、内容、考核方法、场地设施均相同,实验时间为12周共24学时。实验组期间,实验组在原有的常规课堂教学方法过程中融入功能性音乐元素,对照组进行常规教学方式干预实验且不融入功能性音乐元素。在实验中,实验组与对照组需同一个手球教师执行实验方案,确保教学进度和内容等一致性,保证两组实验的合理性和科学性。

2.2.2. 问卷调查法

1) 问卷发放与回收

实验后向实验组学生发放12份问卷(一),均在课堂中完成问卷填写,回收12份,回收率100%;有效问卷12份,有效率100%;为期12周实验后对实验组发放了12份反馈问卷,回收12份,回收率100%;有效问卷12份,有效率100%。见表2和表3。

Table 2. Statistics on distribution and recovery of questionnaires in the experimental group after the experiment (N = 12)

表 2. 实验后实验组问卷的发放与回收统计(N = 12)

发放对象	发放(份)	回收(份)	有效问卷(份)	回收率	有效率
实验组对象	12	12	12	100%	100%

Table 3. The distribution and recovery statistics of the experimental group feedback questionnaire after the experiment (N = 12)

表 3. 实验后实验组反馈问卷的发放与回收统计(N = 12)

发放对象	发放(份)	回收(份)	有效问卷(份)	回收率	有效率
实验组对象	12	12	12	100%	100%

2) 问卷信度检验

为了保证问卷的有效性,在发放问卷前咨询了手球领域的专家对这两份问卷,进行了问卷效度检验,结果显示相关性系数为 $R1 = 0.847$ 、 $R2 = 0.798$,因此问卷信度有实效意义。见表4。

Table 4. Cronbach reliability analysis

表 4. Cronbach 信度分析

	项数	样本量	Cronbach α 系数
问卷一(N = 12)	15	12	0.847
反馈问卷(N = 12)	15	12	0.798

2.2.3. 数理统计法

采用 IBM SPSS Statistics28、Excel 等对研究过程中的数据进行统计处理,为分析研究提供可靠的数据资料。

3. 结果与分析

3.1. 功能性音乐对学生情绪的影响

音乐之所以能让人产生美妙的感受和愉快的心情,是因为它通过听觉器官传入人体,发生微妙、和谐同步共振,对运动参与者有着情绪调节的作用。此外,音乐对运动参与者还有生理影响的作用,从而使运动健身更具有艺术感染力,达到提高运动成绩的目的[4]。与此同时,功能性音乐可提高大脑皮层

神经细胞的兴奋性, 活跃和改善情绪, 消除外界因素造成的紧张状态, 通过神经和神经体液调节机制, 促进人体分泌出多种有益健康的激素、酶等生理性物质, 从而有助于调节血液流量, 促进血液循环[5]。

通过对实验组 12 名学生在专项准备活动阶段融入功能性音乐元素进行调查, 表 5 结果显示, 在准备活动阶段播放功能性音乐, 有 84% 的学生感到心情愉悦, 说明在准备活动阶段播放功能性音乐, 能使学生对教学内容的紧张状态和改善情绪。

Table 5. The influence of the integration of functional music elements in special preparation activities on students' emotions (N = 12)

表 5. 专项准备活动融入功能性音乐元素对学生情绪影响(N = 12)

内容	心情愉悦	心情焦躁	无明显变化
人数	10	1	1
比例	84%	8%	8%

3.2. 实验后功能性音乐对教学过程效果的反馈

根据表 6 结果显示, 在功能性音乐类型与教学场景融合度方面, 选择非常满意的占 50%, 选择比较满意的占 42%, 选择一般满意的占 8%; 在功能性音乐速度与技术动作融合度方面, 选择非常满意的占 58%, 选择比较满意的占 32%, 选择一般满意的占 8%; 在功能性音乐节奏与动作节奏融合度方面, 选择非常满意的占 67%, 选择比较满意的占 17%, 选择一般满意的占 8%, 选择不满意的占 8%; 在功能性音乐旋律与教学过程融合度方面, 选择非常满意的占 58%, 选择比较满意的占 25%, 选择一般满意的占 17%。

Table 6. Students' feedback on the effect of functional music in handball teaching (N = 12)

表 6. 学生对功能性音乐在球类教学过程中的效果反馈(N = 12)

反馈内容	非常满意	比较满意	一般满意	不满意
	人数/比例	人数/比例	人数/比例	人数/比例
功能性音乐类型与教学场景融合度	6/50%	5/42%	1/8%	0/0
功能性音乐速度与技术动作融合度	7/58%	4/32%	1/8%	0/0
功能性音乐节奏与动作节奏融合度	8/67%	2/17%	1/8%	1/8%
功能性音乐旋律与教学过程融合度	7/58%	3/25%	2/17%	0/0

合适的音乐的选择是保证功能性音乐干预实验效果的前提, 音乐类型和旋律的选择, 在音乐节奏与动作节奏有良好的融合度的基础上, 借助功能性音乐在降低疲劳感、提升精力的物理效应, 方能引导出学生的课堂积极性、轻松愉悦的教学场景[6]。综上所述, 本次实验选择的功能性音乐类型、旋律、速度和节奏等方面大部分学生在教学过程反馈满意程度较高, 进一步证明本次功能型音乐实验干预具有一定的教学效果。

3.3. 实验组和对照组测试项目成绩对比分析

3.3.1. 实验后实验组和对照组测试项目成绩对比分析

根据表 7 显示, 经过十二周实验干预后, 实验后实验组的 10 米×6 折返跑、手球掷远和一分钟对墙传球测试成绩都明显高于对照组的测试成绩。通过实验后对两组身体素质项目测试成绩进行独立样本 T 检验发现, 10 米×6 折返跑、手球掷远和一分钟对墙传球项目测试成绩的均 $P \leq 0.01$, 实验组和对照组有非常显著性差异; 进一步分析, 实验组三项成绩都优于对照组, 说明实验组融入功能性音乐教学方案中

表现出的收益更大。

Table 7. Comparative analysis of test item scores between the experimental group and the control group after the experiment
表 7. 实验后实验组和对照组测试项目成绩对比分析

测试指标	实验组(N = 12)		对照组(N = 12)		T 值	P 值
	均值	标准差	均值	标准差		
10 米×6 折返跑	12.308	0.548	13.091	0.498	-3.662	0.001**
手球掷远	42.833	4.018	32.166	1.267	8.769	0.000**
一分钟对墙传球	42.166	1.946	35.916	1.564	8.671	0.000**

注: *表示数据间对比有显著性差异($P \leq 0.05$), **表示数据间对比有非常显著性差异($P \leq 0.01$)。

3.3.2. 实验组实验前后测试项目成绩对比分析

通过对实验前后实验组测试项目所测试成绩数据,进行了配对样本 T 检验,表 8 显示,实验组的 10 米×6 折返跑、手球掷远和一分钟对墙传球三个测试项目成绩的 P 值都等于 0.000,均 $P \leq 0.01$,说明实验组实验前、后测试成绩具有非常显著性差异。因此,功能性音乐的教学方法能够提高学生的各项测试项目的成绩,对手球课程教学的提高效果比较理想。

Table 8. Comparative analysis of test item scores before and after the experiment in the experimental group
表 8. 实验组实验前后测试项目成绩对比分析

测试指标	实验组(N = 12)		对照组(N = 12)		T 值	P 值
	均值	标准差	均值	标准差		
10 米×6 折返跑	13.883	0.639	12.308	0.548	6.477	0.001**
手球掷远	32.083	3.058	42.833	4.018	-7.373	0.000**
一分钟对墙传球	33.416	4.187	42.166	1.946	-6.564	0.000**

注: *表示数据间对比有显著性差异($P \leq 0.05$), **表示数据间对比有非常显著性差异($P \leq 0.01$)。

3.3.3. 对照组实验前后测试项目成绩对比分析

通过对实验前后对照组士兵的身体素质项目所测试成绩数据,进行了配对样本 T 检验,表 9 显示,对照组经过十二周常规的教学方式后,对照组的 10 米×6 折返跑、手球掷远和一分钟对墙传球测试成绩的 P 值分别等于 0.02 ($P \leq 0.05$)、0.231 ($P > 0.05$)和 0.05 ($P \leq 0.05$),均大于 0.05,说明对照组实验前、后手球掷远项目测试成绩无显著性差异,10 米×6 折返跑和一分钟对墙传球项目测试成绩有显著性差异。

Table 9. Comparative analysis of test item scores before and after the experiment in the control group
表 9. 对照组实验前后测试项目成绩对比分析

测试指标	实验组(N = 12)		对照组(N = 12)		T 值	P 值
	均值	标准差	均值	标准差		
10 米×6 折返跑	13.833	0.536	13.091	0.498	3.509	0.02
手球掷远	31.500	1.381	32.166	1.267	-1.232	0.231
一分钟对墙传球	32.750	2.958	35.916	1.564	-3.278	0.05

注: *表示数据间对比有显著性差异($P \leq 0.05$), **表示数据间对比有非常显著性差异($P \leq 0.01$)。

4. 结论与建议

4.1. 结论

1) 功能性音乐教学能够使学生在课堂中感到心情愉悦, 能使学生降低对教学内容的紧张状态和改善情绪, 促进学生良好的教学氛围感。

2) 从实验后的 10 米×6 折返跑、手球掷远和一分钟对墙传球测试成绩看, 实验组优于对照组, 说明功能性音乐教学对手球课程教学有更好的效果, 具有一定的实用性价值。

4.2. 建议

1) 功能性音乐在教学中的选择要恰当、准确。应提升体育教师的音乐修养, 教师才能根据不同的教学场景选择相应的音乐类型, 并更好地运用到教学方式中去。

2) 功能性音乐旋律的选取应以节奏感为前提, 与教学过程技术动作相适应。在教学过程中播放功能性音乐, 教师可掌握音乐曲目节奏的方式, 与技术动作练习节奏相适应, 提升学生在练习中加深对音乐节奏的理解。

3) 在体育课程教学中引入功能性音乐时应注意在不同的运动项目, 不同的运动阶段应区别对待。可以更好地把音乐和体育教学结合起来, 更好地体现出体育教学的目标, 创造良好的教学环境。

基金项目

1) 淮南师范学院 2022 年校级质量工程项目, 教学研究项目, 《淮南师范学院运动训练学改革的研究》2022hsjyxm21;

2) 淮南师范学院 2022 年校级质量工程项目, 线上线下混合式课程, 《手球》;

3) 淮南师范学院 2021 年校级质量工程项目, 校级公共选修课程建设项目, 《花式毽球》, 2021hskc57。

参考文献

- [1] 郑夏童. 中国体育音乐产业发展现状分析[J]. 当代体育科技, 2018, 8(18): 219-220+222.
- [2] 王东玲. 体育功能性音乐对跑步爱好者运动能力的影响研究[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广州体育学院, 2022.
- [3] 李慧清. 体育功能性音乐在 100 米短跑教学训练中的应用研究[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广州体育学院, 2021.
- [4] 张利平. 浅析功能音乐与运动员情绪的变化[J]. 西安体育学院学报, 1997(1): 85-87.
- [5] 尚永恒. 功能音乐在体育运动中的具体应用[J]. 内江科技, 2014, 35(9): 63-64.
- [6] 曹杰. 体育功能性音乐对足球专项体能的影响研究[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广州体育学院, 2022.