

# 高校匹克球运动开展现状和发展策略研究

董科勇

武汉华夏理工学院，湖北 武汉 430223

**摘要：**匹克球运动起源于 20 世纪 60 年代的美国，经历六十多年的发展历程正散发着独特的魅力和活力。近十年以来，匹克球开始逐步在中国受到人们的喜爱，这项运动独特的技术风格和运动方式，将网球、乒乓球与羽毛球的球技特征融于一体，极具趣味性、健康性。目前，随着我国高等院校对于体育教学的改革发展，引入一些更有趣味性、更注重技能性的球类运动，也成为了高等院校帮助学生实现身心健康发展的关键。本篇文章主要是分析了匹克球运动在高校的开展现状，并且就匹克球运动在高校的发展对策进行了探究，希望能够对推动匹克球运动在我国高校的进一步普及提供参考意见。

**关键词：**高等院校；匹克球运动；发展路径

## A Study on the Current Situation and Development Strategy of Pickleball in Colleges

Dong,Keyong

Wuhan Huaxia Institute of Technology, Wuhan, Hubei, 430223, China

**Abstract:** Pickleball originated in the United States in the 1960s, and has exuded unique charm and vitality after more than sixty years of development. In the past ten years, Pickleball has gradually become popular in China. The unique technical style and movement of this sport integrates the characteristics of tennis, table tennis and badminton, which is very interesting and healthy. At present, with the reform and development of physical education teaching in China's institutions of higher learning, the introduction of some more interesting and skill-oriented ball games has become the key to help students realize the physical and mental health development in institutions of higher learning. This article mainly analyzes the current situation of Pickleball in colleges, and explores the countermeasures for the development of Pickleball in colleges, hoping to promote the further popularization of Pickleball in China's colleges to provide reference opinions.

**Keywords:** Higher education institutions; Pickleball; Development paths

DOI: 10.62639/sspsstr15.20240104

匹克球在 1972 年被正式注册为一项专业运动，从美国西雅图起源之后快速风靡全球。目前，这项运动在欧美地区已有超过 350 万人常年从事该运动，甚至还被纳入了 2024 年法国奥运会的表演项目。匹克球运动发展至今已成星火燎原之势，近年来开始在亚洲地区广为流传。这项运动与网球和羽毛球一样需要占据运动空间场地类似，也与网球、乒乓球和羽毛球的玩法类似，但又在此基础上延伸出了一种全新的玩法。通过了解匹克球运动在我国高校内的开展现状发现，高校在匹克球运动教学过程中存在着场地应用混乱、教学结构不科学、教材内容单一、教学评价体系不健全等多方面的问题，由此可见，匹克球运动在高校中的进一步推广和拓展仍然任重道远。因此，进一步探究匹克球运动在高校的开展现状，并且就其中存在的问题找到解决的路径，也成为了高校推广该项球类运动发展的关键切入点。

### 一、匹克球运动的特征

#### （一）球场和应用球具的特性

匹克球的运动场地和羽毛球的球场空间规格

保持一致，运动球场长度为 13.4 米，宽度为 6.1 米，中间隔网的高度用于网球运动相似，球网高度 91.44 厘米，在这样的场地中，可同时供 2 到 4 名学生进行匹克球的活动练习。而匹克球的球具也与乒乓球拍类似，球拍重量仅为 155 克。据查最初匹克球球拍的制作大多采用的是木质材料，随着这项运动的持续发展，越来越多的新型材料开始应用到匹克球拍的制作过程中，甚至有国家为了宣传环保理念，采用蜂窝纸、玻璃纤维、碳纤维板作为球拍的制作材料。随着匹克球这项运动逐步开始向着国际方向发展，球拍的制作材料逐步得到了统一，基本采用的是碳纤维材料，材料的类型与网球拍和羽毛球拍极其类似<sup>[1]</sup>。由此可见，匹克球拍与乒乓球、羽毛球和网球拍的制作异曲同工。而匹克球的球体则是塑料材质，球体结构上充满了多个圆孔，颜色种类众多，在国际赛事中规定，赛事采用的匹克球为黄色、绿色和白色。

#### （二）匹克球的运动特性

在我国，匹克球目前还是一项较为新颖的运动类目，但广泛地受到了年轻人的关注。从匹克球的运动方式上来看，这项运动也属于双人隔网或四人隔网的对抗比赛，同时，在打球的过程中

（稿件编号：SSTR-24-4-1016）

**作者简介：**董科勇（1978-02），性别，民族：汉族，籍贯：山东省郯城县，硕士，副教授，研究方向：体育教育训练学。

**基金项目：**2024 年度校级科研基金项目：“武汉高校匹克球运动发展现状及推广研究”（编号：24A03）。

也融合了网球、乒乓球以及羽毛球的打法。比赛的方式也多种多样,有传统的男子以及女子单打、双打或混合双打这几种类型,在比赛过程中也极具鲜明的运动特性。

第一,具有健身性的特征。匹克球作为一种体育运动类的项目,本身就对参赛者的身体素质就有一定的要求,其运动强度并不亚于乒乓球。匹克球在运动的过程中,打球的动作较为优雅,需要手脚同时配合,并要求运动者具有极强的专注力和观察力,击打球的过程中需要身体、手臂、手腕用力,双方击球的节奏性也相对较强,需要脚步在场地内灵活地移动。随着这种运动开始逐步融入国际赛事,匹克球运动的强度也在不断地加大,能够有效地锻炼人体四肢的灵活性,可见其运动性的特征。第二,趣味性特征。所谓趣味性特征与匹克球这项运动的发展萌芽之间就有密不可分的内在关联。匹克球起源于美国西雅图,最初是为全家人尤其是孩子设计的娱乐活动。考虑到孩子的身高较低,因此,在活动中降低了中间的隔网,之所以叫匹克球是由于打球过程中,球被孩子们的狗“Pickle”叼走,后来这项运动就被命名为匹克球<sup>[2]</sup>。从这项运动的起源可见,匹克球运动在最初的萌芽发展阶段就是为了儿童娱乐所设计的,对于推动儿童的身心健康发展意义重大,运动的过程也具有较强烈的趣味性。第三,适龄性特征。通过统计 2021 年美国地区的匹克球球友年龄阶段不难看出,匹克球这项运动在不同年龄阶段的球友分布比例较为均匀。其中,6 到 17 岁的青少年球友占比 12.6%,35 岁到 54 岁的成年人球友占比 20.9%,即使是 65 岁以上开始步入老龄化的匹克球球友也达到了 21.1%。由此可见,匹克球这项运动适应于不同年龄阶段的球友,具有适龄性较强的特征。第四,经济性特征。通过上文描述可知,匹克球的球拍以及球本身的材质较为轻便,球体结构属于中空布局,制作的材料大多数都是硬塑料壳,经久耐用,在较长的击打时间下也不容易损坏。不仅如此,考虑到匹克球的活动空间与羽毛球场地类似,因此,匹克球的运动场地完全可以借用羽毛球场地,无论是从球具的制作还是从活动空间来看,都具有较强的经济性特征。第五,运动安全性特征。匹克球在被球拍击打之后,在空中的飞行速度并不会很快,相比于一些对参与运动者身体素质要求较高的运动来说,这项运动更容易上手,也能够有效地避免在击球过程中出现的运动损伤问题。

## 二、高校匹克球运动开展的现状

### (一) 高校对于匹克球运动的重视程度不足

匹克球运动起源于美国,虽然在欧美国家较为流行,但在我国国内,一提到匹克球运动很多学生甚至教师都摸不着头脑。这也意味着,许多学生从小开始就没有接触到匹克球运动,这项运动在青少年群体中的普及率本身较低。对于高等

院校来说,我国广东地区是最早在高等院校中融入匹克球运动项目的省市,但通过调查可知,许多高等院校的教师之所以认为匹克球运动的普及符合大学生的身心发展规律,就是认为匹克球运动的技巧更容易掌握、趣味性更强且运动的规则较为简单,这些因素都是匹克球运动在高校推广的有利因素,同时,原本的羽毛球场地也可以作为匹克球的运动场地<sup>[3]</sup>。但从高等院校的匹克球教学运动实际来看,我国高等院校每年举办的大学生匹克球赛事并没有明显地增加,虽然这项运动目前已在某些院校得到了学生的认可,但并没有在全国范围内的高等院校得以普及。很多教师对于匹克球运动的重视程度也不高,仅仅将匹克球运动作为高等院校的选修课程,同时,高等院校对于匹克球运动的推广普及经费投入力度也不足。通过对我国某省的高等院校进行调查发现,在匹克球运动中经费投入 5000 元以下的院校有 6 所,投资经费达到 15000 元以上的高等院校仅有 1 所,同时,在高等院校内部举办的匹克球运动赛事也相对较少,每年的运动会中也没有专门设置匹克球比赛运动。由此可见,高等院校以及体育教师对于匹克球项目推广的重视程度并不足。

### (二) 匹克球教师结构和专业素质问题

通过对湖北省的 24 所高等院校进行调查发现,这 24 所学校中的 27 名匹克球教师,从年龄层次上来看,集中在 30 岁到 40 岁之间的教师人数最多。而从学历层次上来看,匹克球教师本科学历的有 11 人,硕士研究生学历有 16 人,从职称结构上来看,其中助教有 8 人,专业讲师共 11 人,副教授与教授共 8 人。从年龄层次上来看,目前,高等院校的匹克球教师队伍正在朝着年轻化的趋势发展,年轻化的教师具有更强的接受能力,对于这种新颖的体育活动接受度更高。但年轻化的教师在教学经验以及专业素养方面还具有较大的提升空间。而这些高等院校的匹克球教师在从事该项目的教学之前,之前从事的教学项目以网球和羽毛球为主,其中,具有网球基础教学经验的教师占比最高。但考虑到匹克球项目目前在高等院校的发展还处在初步的发展阶段,大部分教师接触匹克球教学的年龄不超过两年,总体来看教学经验不足。

从教师的专业素质方面来看,匹克球教师在获得专业教学知识方面可以通过参与培训、自我摸索、国内外网络教学资源这几种方式提升自我。而在目前的高等院校教学背景下,参与匹克球教学的培训相关工作不断地积累自我经验,仍然是高等院校相关教师提升个人素养最基础的途径。目前,国内的匹克球学习研究相比于国外来说仍然不够成熟,虽然教师可利用互联网络平台了解到匹克球运动的相关教学知识,但考虑到高等院校的教师在日常工作中的教学任务是较为繁重的,在这种情况下很难挤出时间进行匹克球知识的专业学习,因此,高等院校仍然缺乏专业素质相对较高的匹克球教师队伍<sup>[4]</sup>。



### (三)教材体系以及运动场地空间问题

目前,我国绝大多数高等院校的匹克球教学采用的教材都是自编的讲义性教材,尤其是考虑到匹克球运动在中国的高等院校发展并不成熟,这项运动在理论知识方面的研究和实践技能方面的教学仍然较为匮乏,并没有形成相对规范和统一的教学体系,甚至有很多高等院校根本无法保障学生的日常学习训练。从教学场地空间的角度来看,目前,绝大多数开设匹克球运动项目的高等院校在场地空间的选择上都是将羽毛球、匹克球、网球以及篮球等球类运动项目空间交叉混合应用。这也从侧面反映出了高等院校的匹克球运动空间不足、专业性较低等问题。

### (四)课程考核评价体系不完善

我国高等院校开展的匹克球运动大多数都是以选修课的形式进行的,仅有一小部分学校采用的是必修以及选修相结合的考核方式,甚至还有部分学校仅仅将匹克球运动作为一种体育社团活动。而在匹克球的选修课程中,考核的标准是以学生的日常出席考勤、理论知识考核以及实践技能考核这三种方式进行的。但考虑到不同学校在教学机制、教学重点方面,具有较大的差异,同时,不同教师对于考勤、理论知识和实践技能的重视程度也存在较大的差距。很多学校在实践技能考察方面的关注程度明显要高于理论知识考察,这也能够从侧面反映出,目前,国内的高等院校对于匹克球运动的理论研究是远远不够的。考核的方法主要集中在学生的考勤、发球准确率、抽球击球、截球等项目的考核上。

## 三、高校发展匹克球运动的有效路径

### (一)加大宣传推广力度,提升教师重视程度

匹克球运动目前在国内的发展并没有得到普及,作为校园来说,可以通过在学校的文化节、运动会中设置匹克球的运动体验区或比赛项目,让学生与教师都能够亲身参与到这项运动中,感受到这项运动的乐趣。同时,提升匹克球运动在高校体育课程中的占比,组织教师参与匹克球运动的专业培训,让越来越多的教师能够对匹克球运动引起重视。

### (二)提升教师专业素养

作为高等院校来说,现有的体育教师在匹克球专业知识学习的过程中,大多数需要通过专业培训的方式进行。一方面,学校需要加大对于现有教师的匹克球专业培训力度,帮助现有的教师不断提升对于匹克球教学理论知识和实践水平。可以通过组织教学研讨会、集中参与匹克球教育培训等方式,鼓励教师能够积极地参与到匹克球的学习与交流活动中,帮助教师拓宽视野,积累更多的教学经验。另一方面,高等院校还应当引进更多的专业匹克球教师,可通过引入匹克球运动员、外教教师等方式,构建一支专业化水平更高的师资队伍。

### (三)保障教学体系的规范性和统一性

对于开设匹克球课程的高等院校来说,可以通过区域范围之内的相互联合,制定统一的教学计划和大纲,在教学内容方面,也应当增加关于匹克球教学的理论知识体系,并且在教学课堂中应当更具教学针对性,根据学生的实际需求,合理地调整教材的难度以及模块内容,更好地激发学生参与匹克球学习的热情与兴趣<sup>[5]</sup>。与此同时,也可以加大匹克球在体育课程中的占比,真正将匹克球运动融入学校的体育教学课程体系中。

### (四)注重场地空间的提供

考虑到目前绝大多数高等院校在匹克球的场地空间方面,都采用的是与羽毛球教学场地、乒乓球教学场地混合应用的情况。而对于有资金预算的高等院校来说,应当更加合理地规划匹克球运动场地的构建。在资金投入不足或场地空间不足的学校,可以考虑在现有的羽毛球或乒乓球场地上进行改造,或在学校增设临时性的运动场地空间,做好日常对于匹克球运动场地的维护和管理的工作。

### (五)构建健全与完善的激励评价机制

第一,在匹克球课程的教学评价中,不能仅仅将实践运动技能作为评价的唯一标准,也要关注对于理论知识的教学,强化学生对于匹克球运动的认知。第二,还可以开设专门的匹克球运动奖项或奖励学金,在匹克球运动比赛中取得良好成绩的或在日常的匹克球训练中表现突出的学生都可以被表彰获得奖励,通过这样的方式激发学生参加匹克球运动的热情与兴趣。

## 四、结语

综上所述,匹克球运动是一项兼具健康性与趣味性的优质体育活动,有利于提升高等院校学生的身心发展健康性。因此,高等院校更应当通过加强匹克球运动的空间场地建设、注重构建规范化的教学体系、提升师资队伍力量、构建健全与完善的激励评价机制等多措并举的方式,更好地助推匹克球运动在高等院校中的普及与发展。

### 参考文献:

- [1] 蔡桂文, 韩天瑶. 高校工会文体活动中开展匹克球运动的可行性分析[J]. 当代体育科技, 2022, 12 (20): 177-180.
- [2] 杨波, 贾树波. 高校公共体育匹克球课程内容体系构建研究[J]. 林区教学, 2024, (03): 82-85.
- [3] 冯国超, 徐美美, 刘昊. 高校开展匹克球运动的可行性研究[A]. 第十届中国体能训练科学大会论文集(中)[C]. 中国智慧工程研究会、中国班迪协会、广东省体能协会, 广东省体能协会, 2023: 3.
- [4] 董建国, 田园. 关于高等职业院校开设匹克球体育选修课的可行性研究[J]. 山西财政税务专科学校学报, 2023, 25 (05): 77-80.
- [5] 吴金泽, 黄滢, 黄经纶, 许毅. 广东高校匹克球运动开展现状和发展策略分析[J]. 冰雪体育创新研究, 2023, (04): 34-37.