

# 网络条件下体育理论教学策略

秦智

武汉体育学院

DOI:10.12238/mef.v8i2.10667

**[摘要]** 理论课既是高校公共体育课程的重要组成部分,也是学生掌握并运用体育技能的基础。但该课程有一定的枯燥性,所以需要在网络条件下运用网络工具和资源对教学进行改革。比如着重实施线上线下混合教学,根据教学需要扩充网络教学手段,促进师生、生生在课堂上的多元互动,并动态监测和评价授课效果。以全面提高高校体育理论教学质效,并锻炼学生的自主学习能力。

**[关键词]** 高校体育理论教学; 网络条件; 运动解剖学; 策略

中图分类号: G8 文献标识码: A

## Teaching Strategies for Sports Theory under Network Conditions

Zhi Qin

Wuhan Sports University

**[Abstract]** Theoretical classes are an important part of public physical education courses in colleges and universities, and are also the foundation for students to master and apply sports skills. However, this course has a certain degree of dullness, so it needs to be reformed by using network tools and resources under network conditions. For example, emphasis should be placed on implementing online and offline hybrid teaching, expanding network teaching means according to the needs of teaching, promoting multi-dimensional interaction between teachers, students, and peers in the classroom, and dynamically monitoring and evaluating the teaching effect. In order to comprehensively improve the quality and effectiveness of college sports theory teaching, and train students' autonomous learning ability.

**[Key words]** theoretical teaching of physical education in universities; Network conditions; Sports anatomy; strategy

### 引言

《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》中规定,各高校公共体育课程应至少安排10%的理论教学内容。这是因为理论课不仅是体育课程的重要组成部分,也是学生扎实掌握体育运动技能,灵活、主动进行体育锻炼,参与体育项目的基础。但由于部分理论课程设置仍以传统思维模式为主,导致理论课内容相对枯燥,教学形式相对模式化。教学展开条件又受到院校实际教学资源等的影响,使开课效果不理想,课程管理难度也较大。所以需要基于国家政策推进引导,尤其是教育信息化2.0行动计划的要求,有效利用网络条件增加理论教学的灵活性、生动性、趣味性和有效性。

#### 1 网络条件对高校体育理论教学的促进作用

##### 1.1 提高教学质效

互联网技术快速发展,以及与社会生产生活各方面的全面、深度、有效融合,使得在高校体育理论教学中应用网络资源成为可能。而教育信息化又是教育现代化2035的重要标志和内容,

强调要利用5G技术、人工智能、电子设备等改进教学方式,丰富教学手段。也因为有了这些新技术新资源的加入,高校的体育理论教学能够更加科学合理,教学质效得以明显提升。比如教师编辑运动与健康的线上课程,引导学生通过看课件、视频了解篮球、排球、足球等项目起源与发展,理解各项目运动规则与战术,就能帮助学生找准学习重难点,在课堂上集中精力、调动潜能解决学习问题。教学的实践资源使用效率更高,课堂授课效果也更好。

##### 1.2 锻炼学习能力

高校学生已经进入到个人发展的成熟阶段,需要有与身心发展规律匹配的高阶学习能力,比如逻辑推理、综合分析、自我管理。而应用网络条件进行体育理论教学,就给了学生按需学习、自主学习、深入学习的机会,能促进学生以上能力的成长。比如教师在慕课板块中设计综合讨论区,抛出于生活相关的运动与健康问题,就可以引导学生自行思考产生如上运动损伤的原因。再根据个人学习情况,在数据资源库中检索案例、课件、

思维导图。从而全面觉醒并锻炼学生的自主学习能力,满足学生的个性化学习需要。

## 2 网络条件下高校体育理论教学的可行策略

### 2.1 重点实施线上线下混合教学

网络条件在教育领域引发的改革,首先体现在网络授课形式上,即由一人或多人进行远程教学、互动。该形式既能节约教育资源,又更加方便、快捷。同时在《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》指导下,更能够突破时空限制,打造课前中后、课内外一体化的教学形式。所以其应当成为高校体育理论教学的重要发展形态。教师可以运用现代科技手段和教学软件,让多个地点的学生通过电脑、手机实现远程学习。授课时教师可以配合视频、PPT等辅助手段,更灵活多样的给学生呈现体育理论课内容,再给学生布置需要线下学习与巩固的任务。

这种模式的线上部分主要是推动学生提前预习理论内容,做习题进行自测,师生再进行按需交流,并让学生进行课后查缺补漏。线下主要是进行面授,即基于线上预习反馈完成课程实践式学习。混合式理论学习的内容主要应涉及科学锻炼的方法和手段,运动损伤的预防和处理,体育课程思政三部分。再在每一部分中以章节、单元形式划分课时内容,基于教材和学情明确线上线下的教学目标。

以运动解剖学理论教学与羽毛球实践课程结合为例,教师可以主要安排学生通过线上线下方式了解羽毛球运动项目的发展起源,以及在该项目中进行力量、柔韧、灵敏、速度练习的理论方式并详细阐述与之匹配的人体解剖学理论知识,在运动中预防或处理擦伤、扭伤、出血等问题的方法。培养学生关于羽毛球运动的兴趣,引导学生生成顽强拼搏意志和团队合作精神。本课程分为新中国体育记忆,羽毛球基本理论知识,双打技战术训练方法,裁判规则与操作方法,涉及该专项的运动解剖生理学,运动防护学,运动医学理论知识等几个章节,每一个章节都配有短视频、图文资料、动作分解图片、习题。教师可以选择学习通作为线上教学的平台,提前创建班级群,将群二维码或学习通链接发给学生,学生扫码进群或点击链接就可以进入学习通平台,使用手机号、学号注册学习ID。并直接进入羽毛球理论学习的线上课程界面,领取课前预习任务单,按照要求开始课前线上自学。比如点击个人技术动作实录视频,认真观看教师展示的技术动作,听技术讲解。学生可以按需暂停、慢放,使用电子笔记记录学习重难点,并根据提示准备课下学习物品。线上学习结束,学生可以点击题库做填空、选择、连线题和模拟场景题。有能力的同学可以录制一小段个人技战术应用视频上传到平台上,由教师进行点评。教师同步使用学习通的课程报告板块了解学生预习题的标准率、及格率,分析学生预习问题,调整线下授课重点。

线下授课时,教师可以调出学习通的后台统计报告,基于学生预习的典型问题提出导入话题:在正手握拍、反手握拍时分别需要注意哪些问题以便快速切入教学重点。但先不给出答案,

而是带领学生听音频指导或教师口令,做行进间高抬腿、交叉步等热身准备,过程中思考问题。准备结束,让学生进行现场展示,以回答问题。教师再利用大屏幕展示图文分解资料,让学生自行将资料与伙伴的展示动作进行对比,有重点学习技术动作。接着,教师进行慢动作正确示范,确认学生已经基本了解理论内容之后,安排单人垫球、两人一组击球等练习活动。过程中学生如果有问题可以点开手机的学习通终端,查看课前预习视频,自行纠正动作。教师则通过巡视发现问题,给学生进行指导。

在课后,教师可以安排总结学习问题的自学任务。学生可以回顾课堂内容,形成电子思维导图;或者重新做课前预习题目,比较课前预习阶段和学习结束阶段的学习情况,看自己的问题是否得到了解决,还有哪些疑问。如果仍有个人无法解决的问题,可以在学习通平台发起求助,寻求教师或伙伴的帮助。教师也可以根据该平台的班级、资源、课程报告、课程统计等数据,结合学生的课堂表现,布置分层作业,推送作业通知,引导不同基础学生领取作业。学生完成作业后可以将其上传至平台,由教师统一批改并给出及时反馈。

### 2.2 根据需要扩充网络教学手段

为确保网络条件发挥其应有作用,高校体育教师还需要在线上线下混合教学模式的框架之下,根据体育课程思政、技术理论等教学的需要,以及班级学生的理论课学习需求,合理选择网络教学手段。

从网络教学平台角度看,除上文提到的学习通,教师还可以应用慕课、雨课堂、腾讯课堂、网易课堂等系统化的媒介。比如慕课的课程结构比较完整,学习过程反馈更加及时,支持大规模学生共同学习,且能够提供交互式练习的机会。教师在两个及以上班级的公共体育理论课教学中,就可以主要选择慕课平台,利用平台现有的开放课程资料,完成受众更广的基础性理论教学。

从网络教学工具角度来看,上文的混合式教学中就提到了视频、课件、图片等多种教学工具,教师同样需要按需选择这些工具。比如要让学生掌握并了解不同体育项目的比赛程序、规定和要求,为参与比赛或执裁奠定基础,就更适合利用流程图进行授课。方便学生以比赛时间为主轴,分类掌握比赛规则。再利用链接丰富流程图中的细节内容,学生点击链接就可以通过具体赛事执裁案例,深入对该部分规则的认识,同时强化印象。

但需要注意,无论选择哪个平台哪种工具,都要避免其成为体育理论课的主角,避免用过于花哨的技术剥夺学生的有意注意,反而影响课堂教学效果。

### 2.3 促进师生和生生的多元互动

在应用了网络条件的高校体育理论课上,教师还需要避免用机器替代教师,只是让学生与机器进行对话的情况。而是通过不同的教学工具,不同平台的教学功能,与学生,并推动学生之间的多元互动。使课堂氛围更好,学生学习更深入,教学目标更易达成。

仍以学习通平台为例,其有首页、活动、统计、资料等共计

九个功能模块,教师可以深入挖掘各模块的作用,实现理论教学多元互动。比如首页支持发表讨论话题,教师就可以在本学期理论课开课之前,通过通知发出讨论邀请:大家希望在本学期学到哪些体育理论知识?同学们对哪些新兴、热门体育项目更感兴趣?更喜欢哪个体育明星?通过亲近学生的话题热议,调动学生对体育理论课的学习热情,也通过该种形式形成基本的学习群体画像,便于进行教学设计。

在课前预习阶段,可以使用签到、投票等功能达到隐性管理,与学生进行师生互动的目的。比如设置签到奖励,最快领取预习任务,最快且相对优质完成预习要求的学生可以在签到后获得电子积分,积分与日常表现成绩挂钩。在收集学生的预习数据之后,教师也可以设置几个关键问题,请学生投票选出自己认为本课最难学习的部分。投票区还可以开通限时主题讨论,让学生可以随意“吐槽”。即使理论课教学的基础氛围比较活泼、开放,教师也能了解学生的真实学习心理。

而在课堂授课阶段,教师可以通过选人功能引导学生进行相对自主、自由的学习。比如给出技术练习的不同任务,学生自由选人组成练习小分队,选出队长,队长要对本组练习质量负责。以推动类似特质学生之间的主动交流。

#### 2.4 动态监测和评价授课效果

传统体育理论课上只有教师一人对授课效果进行监测与评价,学生主体作用难以发挥,教师的教学压力也较大,监测与评价的全面性、及时性、有效性通常与预计有较大距离。而有了网络条件做支持,教师可以利用辅助教学手段对授课结果进行动态监测,并调动学生的主观能动性,让其通过自评、他评参与到学习管理、课程管理之中。

比如教师可以利用一体化学习系统的统计功能,查看本堂理论课发布了多少个任务,学生点击任务的次数,以判断学生的学习主动性,明确学生对该堂课或该章节内容是否感兴趣。教师再根据数据发布下一阶段任务,或调整教学节奏。教师也可以在

后台查看学生进行线上答题,完成理论知识闯关游戏的数据,判断学生的学习质量,初步掌握本堂课的授课情况。接着向学生终端推送自我学习、小组评价量化表格,学生通过勾选评价方式回顾本堂课、本阶段的理论学习过程、结果,有意识总结学习问题和学习经验。学生在根据个人习惯选择是形成图文结合的学习报告,还是简要绘制学习导图。教师可以让学生利用在线学习平台展示评价、总结结果,其他学生使用弹幕、举手、抢答等功能发表个人观点和看法。

### 3 结束语

综上所述,网络条件在弱化高校体育理论课程枯燥性,提高教学质效和学生素养方面能发挥积极能动作用。所以需要教师不仅重视对该类条件的开发,还需要根据具体授课需要和学情选择资源,突出网络环境下高校体育理论课的生动性、实效性。为学生转化、运用理论知识,掌握体育技能,打下坚实基础。

### [参考文献]

- [1]薛春花.高校互联网体育教学调查实践[J].新体育,2021,(08):95-98.
- [2]唐亮,王合霞,尹璐.普通高校体育理论课程的现状调查与对策研究[J].高教学刊,2021,(05):68-71.
- [3]赵强军.网络条件下普通高校体育理论教学特色分析[J].当代体育科技,2021,11(01):91-92+95.
- [4]刘怀金.基于网络交互的高校体育理论课程“四维一体”教学模式构建与实践[J].体育科技文献通报,2016,24(12):15-16.
- [5]吴爱华.网络环境下大学体育理论课教学改革的理论与实践[J].中国成人教育,2010,(03):130-131.
- [6]杨磊,杨裴.解决体育理论课课堂困境的教学策略[J].柳州职业技术学院学报,2009,9(04):152-154.

### 作者简介:

秦智(1973—),男,汉族,湖北武汉人,副教授,博士研究生,研究方向:体育理论教学。