

# 翻转课堂在大学体育教学中的应用探索

张玉玺

贵州电子商务职业技术学院

DOI:10.32629/mef.v2i4.95

**[摘要]** 翻转课堂是指调整教学模式,转化师生角色,改善课堂时间分配的一种教学模式。翻转课堂以合作探究为核心,以强化学生综合素养为目标,是推动教育教学体制深化变革的重要举措。本文简要介绍了翻转课堂的基本概念,综合论述了推广翻转课堂的实际意义,并围绕翻转课堂在大学体育教学中的实践应用展开系统探究。

**[关键词]** 翻转课堂; 大学体育教学; 实践应用

## Application of Flipping Classroom in College Physical Education

Zhang Yuxi

Guizhou Electronic Commerce Vocational College

**[Abstract]** Flipping classroom refers to a teaching mode that adjusts the teaching mode, transforms the role of teachers and students, and improves the allocation of classroom time. Flipping classroom with collaborative inquiry as the core and strengthening students' comprehensive quality as the goal, is an important measure to promote the deepening of the education and teaching system. This paper briefly introduces the basic concepts of flipping classrooms, comprehensively discusses the practical significance of promoting flipping classrooms, and systematically explores the practical application of flipping classrooms in college physical education.

**[Key words]** flipping classroom; university physical education; practical application;

“翻转课堂”是指颠覆传统课堂教学模式,将学生的学与练,安排在教师的讲与评之前。翻转课堂的宗旨是引导学生养成自主学习的良好习惯,培养学生的实践操作技能,进而激发学生的主观能动性,强化整体教学效果。翻转课堂弥补了“填鸭式”教学模式的不足,是深化教育教学体制变革的重要举措。

### 1 翻转课堂的基本概念

翻转课堂,是指教师依据教学大纲,整合与分析基础理论知识,依托多媒体技术制作视频影像,并上传至网络平台,引导学生通过观看视频影像,提升专业知识水平。这种教学模式可以突破时间与空间的限制,满足自主学习需求,有效解决学生因自身学习能力不足,以及跟不上进度的问题。同时,拓展学生积累专业知识的渠道,培养其学习兴趣。

翻转课堂理念最早是由一位美国化学教师所提出的,并在2008年正式拓展应用到教学工作中。翻转课堂模式作为现代教学体制改革的标志,引起社会各界的广泛关注。近年来,各基层教职人员不断加大了对翻转课堂模式的专项研究力度,并在实践教学应用中取得了良好的成效。“可汗学院”的出现为翻转课堂发展奠定了坚实基础。

### 2 大学体育教学中应用翻转课堂模式的实际意义

在高校体育教学过程中,锻炼学生的动作适应能力与运用能力,强化其生理机能至关重要。在传统体育教学模式中,学生主要通过模仿常规动作技巧深化对体育知识的理解。但是,对于个体的生理机能、理解能力与接受能力的本质性差

异缺乏考量,导致综合教学质量不够理想。在高校体育课堂教学过程中,推广应用翻转课堂模式,可以依托多媒体技术,引导学生通过观看视频模仿动作,掌握各组动作基本技巧,然后组织技巧讨论活动,深化学生对动作技巧的认知。在实践活动中,学生要学会相互协调配合,客观评价技巧错误,取长补短,共同进步。再者,教师要综合评价学生的学习效果,并采取必要的指导,以提升学生的实践技能水平。

翻转课堂有助于高校学生更加快速、准确的掌握各组动作技巧。在日常体育教学过程中,学生应全面掌握体育项目相关的动作技巧,参与动作技能实践训练,深化对各组技巧的理解。基于自身理解与不同特质的有机整合,充分发挥动作技巧的创新性,并在创新基础上,提升专业等级水平。翻转课堂教学模式,强调考虑学生的个体差异,为此,教师在拆分讲解技术动作时,需充分发挥个性化优势特征。

总而言之,将翻转课堂模式拓展应用到大学体育教学工作中,有助于学生快速掌握动作技巧,强化其生理机能,培养学科兴趣。从教学层面来说,翻转课堂模式可以创新教学模式,拓展教学资源,强化综合教学效果。

### 3 翻转课堂模式在大学体育教学中的实践应用

伴随教育教学体制的深化改革,社会对大学体育教学质量提出了更高的要求。而应用翻转课堂模式则成为提升综合教学水平的主要策略。在整个大学体育教学流程中,课堂准备阶段、课中阶段与课后复习阶段同等重要。为此,翻转课堂模式应渗透到各个环节,以调动学生的积极性,满足新课

标及现代人才培养基本需求。

### 3.1 翻转课堂在课前准备阶段的实践应用

在翻转课堂过程中,最常见的方式就是利用多媒体设备播放技术动作解析视频,以及理论知识讲解课件。为此,大学体育教师在教学前,需提前告知学生下节课的具体内容,督促学生自主预习,为后续课堂教学做好充足的准备。学生在预习过程中,利用互联网检索与查阅相关资料,并观看翻转课堂教学视频,完成学习任务。同时,教师可利用微信群、QQ群及微博账号等主流媒体平台讨论下节课的相关知识。在此过程中,教师可以设置一系列与教学内容相对应的问题,并在社交媒体平台上引导学生提出个人意见,以此促进师生的互动交流,一方面,拉近师生的情感距离,建立良好的关系;另一方面,激发学生的主观能动性,调动学生参与互动的积极性。

教师在选择翻转课堂视频时,可根据学生的实际情况,选择难度适中,且符合教学目标的的教学视频,从而培养学生对体育知识学习的兴趣。需要格外注意的是,在篮球课程教学过程中,教师让学生观看视频后,要高效整合应用层次教学法,完善篮球教学视频设计,包括运球、传球、三步上篮和投篮等内容,以此为学生提供较大的自主选择空间,提升教学效率。此外,教师可以充分利用学生的课余时间,组织观看职业篮球比赛视频,或者播放慢动作解析影像,以提高学生对篮球技巧的掌握程度。

### 3.2 翻转课堂在课中教学阶段的实践应用

在实际教学过程中,大学体育教师需根据预先设定的教学内容,编制完整的教学规划方案,合理分配教学任务。同时,体育教师应高效应用多媒体技术,播放教学案例视频,更加直观化、形象化的讲解体育动作,从而吸引学生的注意力,调动学生参与课堂互动的积极性,提高教学效率。

例如,在讲解健美操时,部分大学体育教师专业水平不够,其动作不标准、不规范,缺乏美感,而学生在模仿过程中,动作僵硬,无法达到预期教学效果。对此,体育教师需不断提升专业技术水平,更加标准规范的为学生展示技术动作,保证体态优美,并且纠正学生的动作,引导学生在潜移默化间掌握动作要领。然而在实际教学过程中,大多数体育教师则无法达到上述标准要求。

翻转课堂的重要特征是利用多媒体技术,播放技术动作解析视频,保证学生在短时间内掌握动作技巧,强化教学效

果。为此,体育教师可以利用多媒体技术,为学生播放健美操专业人员的舞蹈动作,直观化、动态化呈现动作美感,以提高课堂教学效率,让学生在欣赏健美操的同时,掌握健美操动作技巧,强化专业素养。

### 3.3 翻转课堂在课后复习阶段的实践应用

现阶段,在大学体育教学中应用翻转课堂模式已成为主流趋势。课后复习阶段,主要包括归纳总结课堂知识和客观评价课程学习效果两部分。首先,在归纳总结课堂知识时,教师应反复强调重难点内容,解决学生在学习阶段存在的各类问题,让学生养成自主思考习惯,培养逻辑思维能力、分析能力与处理能力。

其次,在客观评价课程内容时,通过匿名投票的方式,让学生表达个人意见,尊重学生的选择权,并针对课堂教学模式提出合理的改进意见,赋予学生决策者与受益者的双重身份。

最后,体育教师要秉承客观公正的基本原则,在课后主动收集学生的意见,鼓励学生利用社交媒体平台分享学习心得,交流经验,或者也可以结成小组形式,汇报总结阶段性学习成果。例如,在排球发球训练后,教师可利用课余时间,让学生进行发球演示,根据学生的技术动作掌握情况进行点评,提出指导性意见。

## 4 结束语

综上所述,根据相关调查资料显示,在翻转课堂实践应用过程中,约有90%以上的学生能够接受这种教学模式,并且对翻转课堂模式青睐有加。为此,在大学体育教学过程中,教师可以利用翻转课堂为学生提供多元化信息,从而强化学生的专业素养,引导其树立正确的价值观念。相信在不远的未来,随着教育教学体制的深化变革,翻转课堂将成为大学教学中主流的教学模式。

### [参考文献]

[1]吴茫茫.翻转课堂在大学体育教学中的应用分析[J].知识经济,2018,(06):107-108.

[2]武琳昭.翻转课堂在大学体育教学中的应用[J].教育现代化,2017,(38):179-190.

[3]唐天龙.大学体育教学中翻转课堂的应用研究[J].课程教育研究.2017,(12):200-201.

### 作者简介:

张玉玺(1965--),男,河南省原阳县人,汉族,高级讲师,大学本科,研究方向:高等学校体育教学。