

# 混合式教学法在中职体育教学中的应用研究

赵洋

(楚雄技师学院, 云南 楚雄 675000)

摘要: 随着新课程改革的深入发展, 素养教育的重要性日渐凸显, 中职体育教学得到了良好的发展, 出现了许多新型教学方式, 其中混合式教学的应用有助于学生理论与实践知识的融合, 推动学生体育素养的形成。本文对混合式教学法在中职体育教学中的实践意义进行论述, 分析中职体育教学现状, 并提出具体的教学策略, 为体育教学的开展提供参考。

关键词: 混合式教学; 中职; 体育教学

在中职体育的教学活动中, 教师需要重点关注学生综合素养的提升, 借助混合式教学的实施, 推动学生体育素养的提升, 为其长远发展奠定基础。混合式教学是以信息技术为基础, 明确学生的主体地位, 发挥教师的引导作用, 使学生积极参与到理论知识和实际操作的学习中, 推动其综合素养的提升, 取得更好的体育教学成效。

## 一、混合式教学法在中职体育教学中的应用意义

中职体育课程具有较强的实践性, 教学的重点是加深学生对体育知识的理解, 帮助学生更好地进行实践学习。从一般情况出发, 在中职体育的教学活动中, 教师借助示范、纠正等活动, 帮助学生掌握丰富的运动技巧。教师通过动作展示, 引导学生掌握良好的体育运动技巧, 更好地开展自主体育锻炼。教师需要对学生的练习活动加以理解, 纠正技术性错误, 促进其体育技能的提升。教师在讲解复杂体育锻炼环节中, 一般需要对动作的要点进行讲解、示范, 但体育锻炼受到各种因素的限制, 学生在体育学习中, 存在较大的难度。其中受到时间、空间的限制, 在传统的体育锻炼环节, 教师很难反复展示动作的要领, 学生的实际锻炼效果较差。同时在课后体育锻炼活动中, 教师很难开展动作指导活动, 学生无法掌握良好的体育技能, 导致在体育学习中缺乏热情。通过网络平台的应用, 借助混合式教学的开展, 可以弥补传统体育教学的不足, 为学生提供更多的体育锻炼技术, 引导其开展自主锻炼, 借助微课视频的形式, 学习体育锻炼的重点。教师通过拍摄、制作体育运动视频, 并将其上传到网络平台, 引导学生开展自主锻炼, 通过放慢视频、视频定格等方式, 学习良好的示范动作, 掌握良好的体育运动能力。此外, 通过混合式教学的开展, 可以为教师、学生提供交流平台, 拉近师生的距离, 使学生积极参与到体育知识的学习中, 推动教学成效的提升。

## 二、中职体育教学现状

中职体育学科相较于其他学科具有更强的吸引力, 可以取得更好的教学效果。但受到传统教学观念的影响, 体育学科没有受到足够的重视, 阻碍了教学效果的提升。从当前中职体育教学现状出发, 教学存在许多问题, 实际的育人效果较差。第一, 教师的教学理念存在滞后性。在当前中职体育的教学活动中, 大多数教师受到传统教学观念的影响, 过于看重学生的体育测试成绩, 没有认识到体育教学的意义, 不利于学生良好体育能力的提升, 阻碍了中职体育教学的发展。第二, 中职学生存在较为明显的个体差异。中职学生处于身心快速发展阶段, 存在较为明显的差异, 包括兴趣、运动能力等。传统的体育教学方式无法满足学生的差异化需求, 难以开展个性化的教学指导, 阻碍了学生体育素养的提升。第三, 中职体育教学缺乏创新性。中职体育教学的内容更新较为迟缓, 大多数教师仍采取以往的体育教学内容, 教学工具、

方法等缺乏创新。伴随着信息技术的发展, 推动了传统教学方式的转变, 丰富了体育教学资源。在中职体育的教学活动中, 教师可以通过线上资源的灵活应用, 帮助学生掌握更多的体育知识。但在实际的中职体育教学活动中, 由于教学内容存在滞后性, 学生很难掌握丰富的体育知识, 难以形成良好的体育锻炼习惯。第四, 中职体育学科的管理体系有待完善。在中职体育的教学活动中, 由于尚未形成完善的管理体系, 阻碍了中职学生体育素养的提升, 实际的育人效果难以达到教学预期。在当前中职体育教学活动中, 大多数学校对体育教学缺乏足够的重视, 没有形成良好的体育管理体系, 教学方式单一, 缺乏新意, 导致学生缺乏体育锻炼热情, 阻碍了其身体素养的提升及体育教学的持续优化提升。

## 三、混合式教学法在中职体育教学中的应用策略

### (一) 实施线上预习, 提升自学意识

在中职体育的教学活动中, 为了更好地贯彻混合式教学, 教师需要注重线上线下教学的实施, 通过线上平台的灵活应用, 开展良好的线上预习活动。在线上预习环节, 教师应以学生为中心, 明确相应的体育预习目标, 从学生实际需求出发, 制定科学合理的教学目标。教师可以设置差异化目标, 满足学生个性发展的需求, 推动学生学科核心素养的提升。教师在中职体育学科的教学活动中, 需要注重学生自主学习能力的提升, 借助网络平台, 开展良好的线上预习活动, 使学生熟悉相应的体育运动。在中职体育的教学活动中, 课前预习作为重要组成, 教师可以通过教学设计活动, 灵活地应用网络平台, 开展线上预习活动, 使学生积极参与到知识探究活动中。我国的体育文化具有良好的发展历史, 其中包含丰富的精神元素, 通过该学科教学的开展, 可以满足学生的个性化需求, 推动其综合素养能力的提升。因此, 在中职体育学科的混合式教学活动中, 教师可以通过线上平台的灵活应用, 提高学生的体育锻炼热情, 使其开展更好的课前预习及课后巩固活动, 加上课堂教学, 让学生得以掌握良好的体育运动技巧。

例如, 在中职体育的线上预习活动中, 教师可以从教学内容出发, 为学生提供丰富的预习资料。在选择资料的过程中, 教师可以通过网络平台的灵活应用, 讲述相关内容。如在讲解有关足球的相关内容时, 教师可以通过网络平台, 收集有关足球的相关资料, 并借助资料梳理的方式, 制作相应的教学视频, 为学生了解足球提供便利。其中在讲解有关足球的内容时, 教师可以从学生角度出发, 引导学生积极参与到体育知识的探究活动中。教师可以借助提出问题的方式, 引导学生思考我国足球的发展史, 并明确实际的教学活动内容, 加深学生对足球知识的理解, 引导其积极参与到课前预习及课后复习活动, 形成良好的体育素养。总之, 在中职体育学科中, 通过线上预习复习活动的开展, 可以促使学生自主开展学习活动, 取得更好的体育锻炼效果, 保障其体育素

养的提升。

### (二) 创新教学方式, 创设教学情境

在当前时代的日常生活中, 体育活动受到了社会各界的关注, 逐渐成为现代生活必不可少的部分。因此, 在中职学校的体育教学活动中, 教师运用混合式教学, 通过创新教学方式, 从学生的实际需求出发, 将生活元素、思政元素融入课堂教学, 搭建良好的体育教学情境, 使学生积极参与到知识的探究活动中。通过以上教学的开展, 可以更好地展现出学生主体地位, 转变以往的体育教学情况。在体育教学的实践环节, 教师需要对学生生活加以了解, 并挖掘其中的运动情境, 将其融入到体育锻炼中, 使学生获得更好的感受。同时, 在教学方式的创新环节, 教师需要在情境教学中注重问题的导入, 通过问题的方式, 更好地发挥价值引领作用, 保障教学成效的提升。

例如, 在中职体育的混合式教学活动中, 教师为了更好地推动教学创新, 需要对学情进行充分调研, 了解学生喜欢的体育运动, 并梳理调查内容, 构建相应的生活情境。由于学生之间存在较为明显的差异性, 其喜好的体育项目十分多样, 为了满足学生的个性化需求, 教师需要注重不同体育教学情境的融合, 为学生营造良好的体育锻炼环境。在该过程中, 教师可以通过微课视频的灵活应用, 引导学生学习相关体育锻炼技巧, 从而满足不同学生的需求, 使其积极主动地参与到体育锻炼中。在体育教学情境中, 教师需要注重问题的提出, 如体育锻炼会带来什么样的好处? 我国中职健身活动的开展具有什么意义? 等问题。学生通过对问题进行思考, 明确体育锻炼的重要性, 并积极参与其中, 得到身体素质的显著提升。在学生的体育锻炼活动中, 教师需要积极融入其中, 带领学生开展体育锻炼, 帮助其掌握更多的体育知识, 为学生后续的学习和就业奠定基础。

### (三) 开发线上资源, 提升教学成果

在中职体育的混合式教学活动中, 线上教学资源具有十分重要的作用, 教师在体育教学环节, 需要注重线上教学资源的开发, 丰富中职体育教学的内容, 使学生得到更好的体育锻炼感受, 积极主动地参与到锻炼环节, 得到身体素质的显著提升。首先, 教师通过线上资源的开发, 可以为学生提供丰富的学习资源, 借助视频、图片等方式, 帮助学生掌握体育锻炼的技巧, 得到学习效果的提升。如教师可以通过播放世界杯比赛录像, 引导学生掌握体育比赛的规则, 并学习相关的运动技巧, 通过学习专业运动员的运动方式, 可以使学生开展良好的体育锻炼活动。其次, 教师可以通过网络平台开展个性化体育教学, 满足学生的个性化需求, 使其积极参与到体育学习中。同时教师可以通过网络平台对学生实际进行了解, 并据此开展体育评估活动, 设计出合理的训练方针, 推动学生的协同发展。基于网络平台的交互性, 师生可以开展更好的交流, 教师及时的回答学生体育锻炼遇到的问题, 帮助学生掌握正确的运动能力。如在乒乓球的教学活动中, 教师可以借助信息技术, 更好的分析不同学生的运动姿势, 寻找其中存在的不足, 开展针对性的指导活动, 从而提高学生的乒乓球能力。以上活动的开展, 可以构建良好的体育锻炼氛围, 使学生积极参与到体育锻炼中。最后, 通过线上教学资源的开发, 可以加强中职体育教学 and 实际生活的联系。在信息时代的背景下, 虚拟现实技术得到了良好的发展, 教师可以通过该技术的应用, 为学生构建良好的体育锻炼场所, 提高学生的锻炼参与度, 培养其问题解决以及团队合作能力, 形成良好的身体素养。总之, 为了更好地应用线上教学资源, 教师需要注重自身教学理念的转变, 通过各类教学工

具的灵活应用, 从课程的内容出发, 选取合适的教学资源, 通过混合式教学的开展, 推动教学成效的提升。

### (四) 融入体育竞赛, 提升教学趣味性

中职学生正处于青春期, 大多数学生活泼好动, 充满朝气, 年龄特点较为突出。因此, 在中职体育的教学活动中, 为了更好地落实混合式教学, 教师可以从学生的年龄特点出发, 对教学活动加以调整, 开展更好的混合式教学活动。在实际的教学活动中, 教师可以通过体育竞赛的设置, 引导学生开展更好的课后实践, 将小组作为单位, 实施良好的竞赛活动, 提高学生的知识探究热情, 使其积极参与到体育竞赛中, 得到身体锻炼的同时, 感受到体育学科魅力, 提高体育教学的趣味性。例如, 教师在教学有关篮球的相关内容时, 为了提高教学的趣味性, 教师需要注重教学设计活动, 将体育竞赛巧妙融入其中, 帮助学生掌握篮球运动的技巧, 如运球、投篮等。首先, 教师可以开展体育课堂的教学活动, 帮助学生大致了解篮球运动, 在课堂结束后, 教师可以通过网络平台的应用, 对学生开展客观的评价活动, 明确学生的学习情况, 并据此划分为不同的小组。其次, 在完成学生分组后, 教师可以通过网络平台将篮球竞赛的通知、要求等进行公布, 鼓励学生以小组为单位积极参与其中。在对学生进行分组后, 为了使减少学生对分组方式的疑问, 教师可以将分组的原因进行说明, 帮助学生之间产生更加深入的了解, 同时可以使学生发现自身的不足。同时教师可以根据篮球竞赛活动的规则, 开展深入的解读, 引导学生积极参与其中, 学生以小组为单位开展讨论活动, 制定良好的篮球竞赛计划。通过以上活动的开展, 加深学生对篮球运动的认识与理解, 积极参与到相关竞赛活动中。最后, 在篮球的竞赛活动中, 教师需要扮演好裁判的角色, 真正做到公平公正, 引导学生一起参与到篮球比赛中, 营造良好的竞赛环境, 激励学生努力争取比赛的胜利。总之, 通过体育竞赛的方式, 可以使体育教学更加具有趣味性, 使学生积极参与到体育锻炼中, 掌握更多的知识, 得到身体素质的显著提升。

## 四、结束语

综上所述, 在中职体育的教学活动中, 通过混合式教学的融入, 可以转变教师的角色, 更好的引导学生, 通过线上资源的应用, 引导学生开展互动交流, 加深其对体育知识的印象, 得到身体素质的提升。在中职体育教学环节, 教师可以通过线上预习和复习的开展、教学方式的创新以及体育竞赛的融入等方式, 推动体育教学效果的提升, 设计出符合学生实际需求的体育锻炼内容, 使学生积极参与其中。另外, 教师可以注重自身教学理念的转变, 打破传统教学的束缚, 更好的应用混合式教学方法, 通过整合线上教学与线下教学的资源和优势, 促使学生积极参与到锻炼活动中, 提高学生身体素质, 提升学生综合素养, 为后续的学习、就业和发展打牢基础做好铺垫, 培养出更多的综合发展的技能型人才。

### 参考文献:

- [1] 赵光明. 基于混合式教学的体育教育专业体操课 BOPPPS 教学模式设计研究 [D]. 天津体育学院, 2023.
- [2] 陈淑芬. 混合式教学模式在中职体育课堂中的运用实践探索 [J]. 数据, 2023 (02): 255-256.
- [3] 石文正. 中职体育混合式教学实践探讨 [J]. 拳击与格斗, 2022 (07): 124-126.