

互联网时代下高职体育八段锦课程教学改革研究

郑君¹ 李博²

(1. 山东外事职业大学, 山东 济南 250000;

2. 西安思源学院, 陕西 西安 710038)

摘要:在互联网时代下,如何更好地开展高职体育八段锦课程教学,为学生的学习生活增添乐趣,值得广大教师和学者共同探讨。传统的体育八段锦课程教学模式相对陈旧,存在一定的局限性,无法满足高职院校学生对体育锻炼的需求。为了提升体育八段锦课程教学质量和效率,更好地满足学生的学习需求,教师需要针对互联网时代下高职体育八段锦课程教学中存在的问题进行改革创新,通过提高高职院校体育八段锦课程教学的信息化水平和运用多元化教学手段等措施来提升学生学习兴趣,充分发挥互联网技术在高职院校体育八段锦课程教学中的积极作用。基于此,本文就互联网时代下高职体育八段锦课程教学改革路径展开探究,以供参考。

关键词:互联网时代;高职体育;八段锦课程;教学改革

随着信息技术的迅猛发展,教育信息化已成为教育领域的重要改革方向。高职体育教育作为培养高素质人才的重要组成部分,其信息化改革势在必行。然而,在实际推进过程中,高职体育八段锦课程教学改革面临着诸多挑战和困境。本文旨在深入探讨高职体育八段锦课程教学存在的困境,并提出相应的优化路径,以期在互联网时代下高职体育八段锦课程教学改革的顺利实施提供有益参考。

一、互联网时代下高职体育八段锦课程教学改革的必要性

(一)有利于创新八段锦课程教学方式

信息技术助力高校体育教学,有利于创新体育教学方法,帮助体育教师利用大数据、人工智能技术实时监测课堂教学过程,科学调整体育课教学内容和训练方法,从而提高体育教学科学性,进而提高体育教学质量。同时,互联网时代下信息技术的应用促进了体育与其他学科的融合,构建了“体育+”全新教学模式,有利于创新八段锦课程教学方法,提高八段锦课程吸引力和创新力,从而让学生主动参与到运动中。

(二)有利于提高八段锦课程教学质量

信息技术手段融入八段锦课程教学中,有利于改善传统教学现状,一方面可以借助线上教学平台促进师生、生生互动,营造良好运动氛围,做好课内外运动指导,督促学生坚持每天运动打卡,从而提高他们运动能力和身体素质,发挥出体育学科育人价值。另一方面,信息技术手段的应用有利于帮助八段锦课程教师创新教学模式,例如利用VR技术创设虚拟训练场景,借助三维模型规范学生武术动作,从而提高教学质量。

(三)有利于激发学生运动积极性

“互联网+”时代下,包括运动APP、VR技术和人工智能等新技术层出不穷,提供了海量运动、健身、减脂塑形等视频和文章,更符合“00后”大学生运动喜好,有利于激发他们自主运动积极性,让他们利用运动APP进行自主锻炼,从而有效提高他们运动能力和身体素质。此外,信息技术融入八段锦课程教学,有利于帮助教师动态化讲解运动动作,帮助学生掌握运动技能。

二、互联网时代下高职体育八段锦课程教学改革的现实困境

(一)信息技术与八段锦课程教学融合不足

现代信息技术发展迅速,将其应用到课程教学中,能够推动传统教学方法、教学理念与教学手段的改变,促使体育课程由封闭式教育转变为开放式教育。但就目前而言,高职体育八段锦课程在教学中缺少对信息技术的广泛融入,使得教学受到限制。很多教师仍然沿用传统的教学方式,课堂的教学形式单一、内容陈旧,

难以激发学生的学习兴趣和积极性。长期以来,八段锦课程教学逐渐形成系统化教学模式,学生长期处于被动学习状态,缺乏主动创新的能力。学校在信息化技术开发方面存在不足,高端设备无法及时补充到位,没有为课堂信息化改革提供过多设备支持。

(二)八段锦课程教师信息化水平有待提升

《教育信息化2.0行动计划》指出,高职教师应具备信息教学能力,完成全新技术手段与传统教学深度融合。但就目前而言,部分高职体育八段锦课程教师的信息化水平有待提升,对信息技术的掌握程度有限,无法熟练运用现代教学工具进行课堂教学,可能对多媒体教学、网络教学资源等信息化教学手段的应用不够熟练,导致信息化教学的优势无法得到充分发挥。由于部分教师对于信息化教学的认识不够深入,缺乏相应的培训和学习,使得他们在实践中难以将信息技术与教学有效结合,无法充分发挥信息技术的优势和作用。

(三)八段锦课程教学效果难以评估

八段锦课程具有其特殊性和复杂性,难以通过单一的评估指标来全面衡量其效果。对八段锦课程效果的评估尚未形成一套科学、统一的标准和体系,导致评估结果往往存在主观性和不准确性,影响了评估的公正性和客观性,也制约了体育教学质量的提升。传统的评估方式往往侧重于学生的体能成绩和技能掌握情况,而忽视了学生在体育教学中的学习态度、合作精神、创新能力等方面的表现,无法真实反映体育教学的全面效果,也难以满足信息化改革的需求。

三、互联网时代下高职体育八段锦课程教学改革路径

(一)创新体育教学方法,深度融合信息技术

在高职体育八段锦课程信息化建设中,教师应注重引进现代科技手段,深度融合信息技术,有效增强体育教学的吸引力与有效性,推动体育教学高质量发展。首先,注重摒弃传统单一的体育教学模式,积极探索和尝试新的教学方法。例如在八段锦技术动作教学中,教师可引入游戏化教学方式,通过设计富有趣味性和挑战性的游戏,激发学生的学习兴趣和积极性。在此过程中,教师可以利用虚拟现实(VR)和增强现实(AR)技术,为学生创造更加逼真的八段锦比赛场景,增强学生学习体验。其次,注重开发网络教学资源。教师应充分利用多媒体、网络资源等现代信息技术手段,将体育知识与技能培训、健康教育等内容进行有机融合。教师可开发与利用网络“八段锦”教学资源,为学生提供丰富的学习材料和视频教程,帮助学生更好地理解 and 掌握体育知识和技能;通过在线平台进行远程教学和互动,打破时间和空间

的限制, 指导学生“八段锦”训练, 为学生提供更加灵活和便捷的学习方式。再比如, 教师可制作体育运动微课视频, 合理调节运动过程的动作、速度等, 突出动作技能重点, 增强教学直观性。教师可结合八段锦比赛制作动作技能教学微课视频, 将经典技能战术动作放慢, 为学生讲解技战术关系、运动技能与核心要点等, 深化学生对八段锦技术动作的了解。在视频展示过程中, 教师可引导学生发表自己的观点, 在讨论中渗透体育精神, 指导学生树立正确的体育观念, 能够在比赛中端正自己的行为。

(二) 强化教师技能培训, 提升教师信息素养

提升教师信息素养是确保高职教育信息化改革顺利进展的关键所在, 技能培训是提升教师信息素养的重要途径。教师作为教学改革的主体, 其信息化水平和应用能力直接影响着信息化改革的成效。学校应加强对体育教师的信息技术培训, 帮助教师掌握现代信息技术手段的基本操作和应用技巧, 可通过举办培训班、开设在线课程等方式, 为教师提供系统的信息技术知识和技能培训, 使教师能够熟练地将信息技术应用于体育教学中。信息素养不仅包括信息技术应用能力, 还包括对信息的获取、分析、评价和利用能力。八段锦课程教师应树立信息化教学理念, 增强信息意识, 提高信息处理能力, 注重主动提升自我, 多参加信息素养提升活动、开展信息素养评估等, 不断更新知识结构, 提升信息素养水平。为了激励教师积极参与信息化改革, 学校可建立相应的激励机制。例如设立信息化教学成果奖, 对在信息化教学改革中取得显著成果的教师进行表彰和奖励; 将教师的信息化应用能力纳入考核评价体系, 作为评职晋升的重要依据, 从而激发教师参与信息化改革的积极性和主动性。此外, 学校还应强化信息化教学设备建设, 加大对信息化改革的投入, 注重引进高端教学设备与仪器, 为八段锦课程信息化教学提供有效支持。

(三) 引入大数据技术, 助力体育精准化教学

高职院校要加强对体育教学平台的开发, 通过体育教学平台记录学生的体育学习数据、开展个性化评价与分析, 形成一个系统的信息化体育教学质量分析平台, 导致学校在体育教学内容、教学方法和教育评价等教学质量诊断分析方面难以走向科学化和精准化。如何进一步发挥大数据对于教学的分析功能, 以大数据助力精准教学的实现是当前教育工作的研究重点内容之一。高职体育八段锦课程教师要加强对于大数据技术的学习, 以大数据以学生的运动情况、健康情况进行精准评估, 进而开展更具针对性的教学工作。在大数据背景下, 段锦课程教学应用大数据技术的支持, 建立“线上+线下”同步的数据采集平台, 将收集到的数据进行储存、整合、分析和应用, 利用采集到的有效数据进行具体分析, 为体育信息化教学提供科学的数据支持, 最终为学生提供个性化的教学方案。伴随着素质教育改革的深入推进, 改革运动评价模式、改变传统的统一评价模式, 实施差异化、个性化评价, 是体育教学工作创新的重要思路。伴随着移动智能设备的不断普及, 各式各样的运动健康类的软件不断涌现。教师可以给学生布置课后体育锻炼任务, 让学生应用运动 APP 打卡锻炼。运动 APP 可以记录运动者的运动数据, 测定显示运动者的各项身体指标、运动数据, 为用户制定个性化的运动计划, 让学生的体育锻炼更科学。高职体育八段锦课程教师可培养学生应用运动 APP 开展运动的习惯, 通过 APP 记录细节、提供交流、分享数据、指导运动。

(四) 强化课件资源共享, 助力信息化教育改革

强化八段锦课程信息化教学资源建设是推动体育课程信息化

改革的关键。高职院校要推动体育教育资源共享, 组建教研组, 教研组共同开发互联网教育资源, 建设教学课件、设计教案、开展教学评估。每个体育教师的特长与专业优势有所不同, 通过合作分工可以更高效地配置资源, 收集更广泛的资源, 构建体育信息平台, 形成教育合力, 提升体育教学设计效率和教学质量。教研组还可与其他院校教师合作, 共享教育资源。各院校可共建体育教育资源库, 所有教学资源制作好后上传至校园体育信息平台, 随时随地供教师下载学习, 共同提升体育教学的针对性、科学性与有效性。通过电子教案、课件的集体备课, 统一课件模板进度, 有利于提升体育教师的专业能力以及教学实践能力。视频课程的设计与制作也是互联网教学环境下教师的重要工作内容, 视频课程的制作往往需要消耗大量的时间、人力以及物力, 还要求教师具备专业的信息技术能力, 这对于那些非计算机专业的体育教师而言有极大的难度。学校除了组织教师自主制作视频课程以外, 还有必要培养教师的资料搜集、整理能力, 应用互联网上丰富的教学资源。

(五) 建立完善评价体系, 监测学生运动情况

科学完善的评价能够有效监测学生运动情况, 确保改革成果落地生根。对此, 教师应建立一套全面科学的评价体系, 将过程性评价与终结性评价相结合, 既关注学生的学习成果, 又重视学生在学习过程中的态度、技能掌握情况等。通过多维度的评价, 高职体育八段锦课程可以更全面地了解学生的学习状况, 为教学改进提供有力支持。在此过程中, 教师可应用信息技术手段, 实现对学生运动情况的实时监测和数据分析。比如引入智能运动手环、运动 APP 等设备和应用, 收集学生的运动数据, 包括运动量、运动时长、运动强度等, 对学生运动数据进行深入的分析和挖掘。运动数据能够为教师提供个性化的教学指导, 帮助学生更好地了解自己的运动状况, 制定合适的运动计划。教师可借助信息技术进行线上评分, 以此生成系统分析报告, 全面反馈学生的运动发展情况。完善的评价体系需要注重评价的公正性和客观性, 教师应制定明确的评价标准和流程, 确保评价工作的规范性和一致性, 注重引入第三方评价机构或专家, 对评价工作进行监督和指导, 确保评价结果的准确性和权威性。

四、结语

综上所述, 互联网时代下高职体育八段锦课程改革是一项长期而复杂的任务, 需要教育工作者在实践中不断探索和创新。在教学改革工作中, 教师应注重深度融合信息技术, 提升自身信息素养, 建立完善评价体系等, 逐步克服当前八段锦课程信息化改革所面临的困境, 推动体育教学质量的提升, 培养更多具备信息素养和体育素养的高素质人才。在此过程中, 八段锦课程教师应持续关注信息技术发展的最新动态, 不断更新和完善信息化改革的策略和路径, 以适应时代发展的需求。

参考文献:

- [1] 王笛. 中华传统体育项目混合式教学策略与实践——以健身气功·八段锦为例 [J]. 运动 - 休闲, 2023 (4): 31-33.
- [2] 胡宇弘, 闫艾萍. “互联网+教育”背景下网络教学平台在高职公共体育课程中的应用研究 [J]. 安徽体育科技, 2024, 45 (3): 7-11, 30.