

“互联网+”模式下的中学体育教学改革

李敏婷

(西安市蓝田县教育和科学技术局教学研究室, 陕西 西安 710500)

摘要: 随着现代化教育理念的不断深化,“互联网+”模式成为了教育教学改革的重要抓手。在此背景下,中学体育教学也应当在教学当中引入“互联网+”元素,并以此作为教学改革的重要媒介,突破传统体育教学模式的束缚,为中学生构建出一个指向智能化、便捷化以及全面化的体育教学环境,从根本上提升中学生的身体素质,也从多元化的教学方式当中促进学生身心健康发展。在具体的实施当中,教师应当在体育教学的开展过程当中,以“互联网+”作为改革的切入点,从教学过程、教学评价、教学资源等方面入手,创新教学方法与模式,提升体育教学的效率与质量,为学生综合发展奠定坚实的基础。本文以“互联网+”作为主体视角,对中学体育教学的改革进行详细探讨,并提出相应的改革策略,以期能够推动中学体育教学改革的进程。

关键词: “互联网+”; 中学体育; 教学改革; 策略

随着互联网渗透到各行各业,人们的生活中也充斥着大量的互联网元素,为日常生活带来了高效与便利。对于中学体育教学而言,在其中加入了互联网元素之后,能够极大提升其教学效率,同时借助互联网的优势,中学体育教学增加了许多改革路径,也给教师提供了构建新教学模式的灵感。在实际中学体育教学当中,仍然存在着诸多不足之处,例如教学观念陈旧、体育设备老化、教学方法单一等,这些问题阻碍着中学体育的改革与发展。因此,在互联网时代下,我们应当不断更新自身的教育理念,提升对于“互联网+”的认知,积极利用其对体育教学进行改革,努力开创出全新的体育教学新局面,早日完成改革,取得优异成绩。

一、现阶段中学体育教学不足

(一) 教师对体育的理解浅显

在现阶段的中学体育教学当中,教师的教学水平存在较大的差异化,尤其是在对于体育与体育教学这两方面的理解上,这不仅仅出现在体育教学上,在其他学科当中也存在这种状况。目前,部分体育教师对于体育的理解不够深刻,尤其是在一些体育项目的理解上,例如排球、篮球等,无法领悟到该项体育运动所传递出来的精髓。这也导致了教师在教学时只能授予学生表层的知识,无法触及到体育知识的深层内涵,导致教学流于表面形式,追求对于体育理论知识的讲解以及训练,无法让学生对体育运动建立正确的认知。在具体教学中,教师只是针对一些特定的动作和要领进行讲解,但是部分教师并非专业体校毕业,对一些体育运动都存在一知半解的状况,这也为中学体育教学的发展带来了极大影响。

(二) 专业的体育教学缺失

在现阶段的中学体育教学中,只是重视基础体育的教学,例如跳远、跳高、跑步以及投掷等,而一些相对专业的体育项目如太极拳、篮球、足球等项目在体育教学当中占比极少,一个是因为教师没有相关意识,另一个也是因为教师自身的体育水平有限,无法完成这些具备难度的体育教学任务。因此,专业体育教学的缺失以及重视基础体育教学的情况而言,中学体育教学仍然以“应试教育”为主,没有专业体育的熏陶,学生自然无法感受到体育的内在魅力,也无法提升自身的体育素养。只有将专业体育教学的占比和教学提升上来,才能让中学体育教学的改革完成跃迁,走上可持续发展的道路,对我国体育运动的发展也大有裨益。

(三) 体育课的内容空洞乏味

很多人对于中学体育教学的理解便是简单的跑跑跳跳,甚至部分教师的内在观念也是如此,除了完成应付考试所需的几个体育项目教学,对其他体育项目置若罔闻。再这样的背景下,中学

体育教学氛围整体呈现出枯燥的状态,教师对教学失去了动力和热情,导致学生也丧失了对于体育的热爱,变成了一心通过考试的功利化学习。于是,在这样的趋势下,体育教学愈发空洞,教师教学手法千篇一律,最终形成了不良循环。

二、“互联网+”对中学体育教学的作用

(一) 提高学生的学习积极性

在中学体育教学当中,加入“互联网+”模式能够为学生带来全新的学习体验,也能让他们跳出传统教学的笼罩,看到不一样的体育教学环境,进而增强对体育项目的认知能力。“互联网+”模式下,中学体育教学能够与智能化的电子设备相结合,提升教学的趣味性,能够激发出学生的学习兴趣,也能让学生产生体育学习的内在动力。尤其是在体育课堂当中加入网课与体育电子设备之后,体育课不仅仅成为了课程教学,还是学生对于自身身体素质检验的一种方式,有了身体数据的对照之后,很容易会让他们产生努力提升体育运动能力或体育项目的学习动力,以此来提升总体的积极性。

(二) 促进课堂教学的现代化

在中学体育教学当中应用“互联网+”模式,能够构建出一个现代化的教学环境来。伴随着互联网技术的不断发展,讲互联网运用在教育领域已经是教学改革的一大趋势。中学体育教学教师也应当从中汲取养分,将互联网元素融入在日常的体育教学当中,将合适的设备或互联网技术与教学进行高效融合,让体育教学与现代化接轨。在“互联网+”模式下的中学体育教学,不仅仅是在器材、设备等方面的现代化,更是教学理念上的现代化。总之,在“互联网+”视域下的中学体育教学,教师也应当积极学习先进的教学理念,提升体育课堂的现代化水平,最终促进教学质量的增强。

(三) 提升教师的教学水平

在中学体育教学当中,尽管许多教师想要突破传统教学模式,提升自身的教学水平,但是却苦于没有突破口。而“互联网+”模式的应用给这部分教师提供了一条光明之路,因此,中学体育教学应当抓住这样的机会,努力探究互联网与体育教学的有效融合,学习新的教学理念,见识更多智能化的体育设备,突破传统教学束缚,完成自身的变化,推动教学改革的进程。传统中学体育教学的革新是对固有教学模式的升级与修补,而“互联网+”模式下,中学体育教学是从根本上的改变,彻底颠覆了传统教学的模式,只保留一部分教学核心理念与培养目标。因此,这种改革对于体育教学是有着巨大影响的,完成改革后,不仅教师的教学水平得到提升,学生的体育素养也能够得到大跨越。

三、“互联网+”模式下中学体育教学改革的策略

(一) 体育穿戴设施联网化

以“互联网+”模式作为中学体育教学的突破口，可以先从对体育教学设备的更新换代开始。首先，教师要针对现有的体育教学器材和设备进行盘点，而后根据实际教学需求，采取有针对性的智能设备替换。例如，在之前的中学体育教学当中，并没有只能穿戴设备，那么教师便可以要求学校采购一批可穿戴体育智能设备，如手环计数器、运动手表等。在进行体育运动时，可以使用智能化设备检测学生的身体状态以及在体育项目运动中的表现。

例如，在中学体育教学当中，教师为学生发放智能化跳绳设备，让学生进行跳绳运动。智能化跳绳设备能够对学生跳绳的次数、频率、时间以及身体其他方面的数据如心跳、呼吸等进行检测，通过综合分析后判断学生的身体素质。教师将这些跳绳运动数据录入互联网，而后在多节课下来后，便可以看到学生运动状态的指数，有助于测评教学质量与提升学生身体素质。此外，在传统体育教学中，对于学生身体素质的记录往往只是记录运动的时间以及效率，这种记录并不全面，也不利于教师针对每个学生的状况进行因材施教，展开个性化教学。而使用了智能化穿戴设备之后，教师很容易就能够看到每个人的运动数据以及身体状态，这样教师就可以针对每个学生的运动数据为其量身定制出合理的训练，确保学生可以稳步提升自身的运动能力及运动素质。通过智能化的运动数据录入，教师还可以将学生的运动数据与身体反应数据上传至互联网上，通过对这些数据进行分析，制定出契合学生的健康训练的专业建议，使学生能够在体育教学中得到最为健康的成长。

(二) 体育教学素材网络化

在“互联网”模式下的中学体育教学过程当中，教师可以通过改变教学形式来完成改革。在一些较为专业的体育教学过程当中，如果教师想要教学一个体育项目，那么首先是理论知识的讲解，其次是专业的素材展示，最后才是引领学生进行实践。这一套流程的顺序是符合学习的规律的，而在这套流程当中，对学生专业素材的展示尤为重要，它是学生从理论知识走向运动实践的重要过渡，能够增强学生对体育运动的认知深度，对提升其运动能力和洞察体育深刻内涵有着巨大帮助。教师可以通过在互联网上寻找相关的教学资源，包括视频、图片、动态演示图解等，可以说想要让中学体育实现改革，教学素材网络化是一条可行性极高的途径。

例如，在教学排球时，里面有许多高难度的动作，教师如果没有专业学过排球，很难做出排球技巧方面的示范性动作，也无法完美展现出排球运动的内在魅力，而应用多媒体就可以解决这个问题。教师可以先通过互联网寻找与排球基础动作技巧相关的讲解视频，通过多媒体为学生进行播放，让学生能够很直观的看到完整的动作或者是图文并茂的动作图解，能够很清楚地观察到一些复杂动作的发力技巧。教师还可以挑选一些具备互动性的视频与课件，引导学生一边观看一边跟着多媒体上进行练习，这样能够很好调动学生对体育学习的主动性与积极性，帮学生更轻松的学习较为复杂的体育运动。

又如，教师对篮球投篮技术的讲解，如果仅仅只是停留在口头上，那么会造成讲解抽象的问题，无法让学生了解其中的动作要领。因此，教师可以先将投篮技术理论知识进行讲解，而后可以找到一些投篮相关的视频，如NBA投篮锦集、投篮表演等，充分调动学生的好奇心，通过视频分解的方式帮助学生更好理解投

篮动作，掌握投篮动作要领。教师可以在备课时使用视频剪辑的方式，在视频中为学生标注文字注解，减低学生的理解难度，促进其快速掌握。在讲解完成后，教师便带着学生来到篮球场上进行实践，可以快速让学生将方才领悟到的体育技巧快速运用在真实的体育活动中。

(三) 应用微课，提高学生的运动技能

在“互联网+”模式下的体育教学当中，教师可以选择利用微课的形式，以达成教学改革、提升教学质量的目的。微课作为一种新颖的教学形式，在体育教学中应用，不仅能够提升学生的专注程度，还能培养学生良好的学习习惯。微课能够将体育知识进行浓缩，通过短视频的方式给予学生指导。微课的优势是学生不仅能够课堂上使用，还能够课下实践观看，全方位提升自身的体育能力。基于此，教师可以选择体育教学项目，用来制作微课视频，每个视频的时长保持在3-5分钟。该形式的教学视频的作用也十分广泛，能够预习、复习，包括在教学过程中也有应用的空间。在利用微课进行教学后，教师应与学生保持紧密联系，以根据反馈，有针对性的对视频内容进行优化，为教学提质增效。

例如，在教学“太极拳”这项体育运动时，教师可以根据太极拳具备系统性的特点，根据每个动作的分析与讲解，分别制作成视频，还可以专门制作几部视频为学生将谈太极拳的起源、发展以及有关于太极拳的传说与故事等，提升学生对于太极拳的认知层面，也让他们对这项运动产生兴趣与热爱。在微课制作完毕后，教师可以与学生进行交流，通过对学生的反馈的观看视频的感受和反馈，将其记录下来后，用来调整之后的视频内容，保证视频与学生需求的贴合。总之，微课能够帮助学生更好的学习体育知识，还能在他们自主学习时予以辅导，能够从多角度提升他们的体育素养。此外，教师还可以借助线上线下混合式教学的模式，促进中学体育教学的改革，利用线上平台进行体育理论知识的授课，包括利用微课的方式为学生传递信息，而后用线下教学提升学生的实践能力，并为线下教学留下充足时间，使教学改革落在实处。

综上所述，在“互联网+”背景下，中学体育教学虽然存在着诸多不足之处，但是通过与互联网元素融合的方式，能够改善其中的很多问题。在新形势下，教师要积极更新自身的教学理念，从穿戴智能设备、教学素材网络化再到微课制作，通过落实“互联网+”的教育模式，调动学生的积极性和主动性，以提升学生的体育素养为核心目标，推动体育教学的顺利改革。

参考文献：

- [1] 安国英. 创新理念融合下的中学体育教学模式改革探究[J]. 文渊(中学版), 2020(7): 219-220.
- [2] 庄元, 陈继红, 陈雪梅. “互联网+”视域下高校公共体育信息化教学模式研究[J]. 灌篮, 2021(31): 55-56.
- [3] 李俊德. “互联网+”模式下的中学体育教学改革[J]. 当代体育科技, 2021, 11(29): 132-134.
- [4] 林林. 浅析“互联网+”模式下中学体育课堂教学有效性的提升策略[J]. 考试周刊, 2021(02): 127-128.
- [5] 张虎成. “互联网+”视阈下中学体育教学改革路径分析[J]. 家长, 2019(30): 12-13.
- [6] 高凌. “互联网+”背景下中学体育教学信息化改革可行性研究[J]. 考试周刊, 2018(94): 125-126.