

# 普通高校体育课程线上线下融合教学实证研究

刘延森 毕宏丹 王维智 孙毅红  
黑龙江财经学院

DOI:10.12238/er.v5i6.4747

**[摘要]** 随着新课程改革的不断深化和发展,高校也愈发重视对学生综合素养的培养,在进行专业课程学习的同时,体育教学也开始被放在了学生发展的重要位置,要求通过体育促进学生身心素质的全面提升。在进行体育课程建设的过程中,顺应时代发展潮流,尤其是因为某些特定原因,为了保障教学质量,需要将线上和线下教学充分融合,加强对学生的理论知识和实践能力的培养,真正使体育教学满足学生多样化的发展需求,推动教学效果最大化发展。

**[关键词]** 高校体育课程; 线上线下融合; 教学发展; 课程建设  
中图分类号: G8 文献标识码: A

## Research on the integration of online and offline teaching of physical education courses in ordinary universities

Yanmiao Liu Hongdan Bi Weizhi Wang Yihong Sun  
Heilongjiang University of Finance and Economic, Harbin City

**[Abstract]** With the continuous deepening and development of the new curriculum reform, colleges and universities also pay more and more attention to the cultivation of students' comprehensive quality. In the study of professional courses, physical education also began to be placed in an important position in the development of students' education, which requires to promote the comprehensive improvement of students' physical and mental quality through physical education. In the process of physical education curriculum construction, in line with the trend of the times, especially for some specific reasons, in order to guarantee the quality of teaching, it is necessary to fully integrate online and offline teaching, strengthen the cultivation of students' theoretical knowledge and practical ability, truly make physical education meet the diversified development needs of students, and promote the maximum development of teaching effect.

**[Key words]** university physical education courses; online and offline integration; teaching development; curriculum construction

### 引言

高校体育课程从发展的实际顺应时代发展潮流,现阶段人口聚集上课有不便之处,为了保障教学质量,需要将线上和线下教学充分融合,加强对学生的理论知识和实践能力的培养,真正使体育教学满足学生多样化的发展需求,改变传统的面授教学为主,它的特点是以体育教师为主导,以场馆场地为中心,自上而下地开展教学,向学生进行灌输式教育,以此帮助学生实现身体素质上的改善和运动技能上的提升。然而随着科学技术的不断发展,慕课等网络课程开始出现在人们的视野,这种线上课程可以在一定程度上满足学生的多样化需求,相关体育技术动作可以在不同的角度进行表现,而且还可以针对特定的运动动作进行慢放和回看等,使学生可以在体育学习中获得更加丰富的体验,其教学效果要在某些方面要优于课堂教学。因此,在实际开

展体育教学时,需要充分发挥线上教学和线下教学的优势,进行混合式教学,在两种模式的融合中促进学生的全面发展。

### 1 研究对象和方法

在对高校体育教学实况进行研究的过程中,选择黑龙江财经学院大一、大二二个年级学生为调查对象,线上教育的情况,两个学期内的线上体育课程学习情况进行调查,主要是以问卷的形式展开,通过匿名收集和整理相关数据,最终得出了以下结论:当线上课程时间维持在三周以内,教学内容以理论知识和技术复习为主时,学生的学习可以达到最佳效果。

### 2 体育课程线上教学的意义

高校体育课程在实际建设过程中,需要充分考虑到学生发展的需要,对于高校学生而言,其身心发展状态较高中生时期,已经表现出明显的不同,对于不同的运动项目展现和表现出的

兴趣程度也存在一定的差异,因此在实施教学时,首先需要关注到学生的个体差异性,利用相关教学方式和手段,充分激发学生的学习兴趣,使其体育文化素养可以在系统的学习中得以培养和建立,进一步实现个人的全面发展。在体育课程形式的选择上,将线上教学和线下教学充分结合起来,发挥两者的各自优势,以学生的发展为中心,在遵循相关教学规律的基础上,依靠科学理论的指导,培养学生的运动技能,帮助学生在体育锻炼中形成健康的体魄,从而培养学生的终身体育意识<sup>[1]</sup>。

### 2.1有利于扩大体育教学工作宣传

体育课程线上线下混合教学模式的实施,对于学生体育技能以及体育素养的双重提升具有积极的意义,在线上教学的帮助下,可以充分发挥互联网的技术和资源优势,向学生及时发布体育教学相关的信息,与此同时,还可以借助互联网对高校体育教学工作进行更加广泛的宣传,实现信息面的全面覆盖,为高校体育教学效果以及教学模式的改进贡献积极的力量。随着我国进入信息化时代,网络平台的影响力正在变得越来越大,它对教师的教学和学生的学习都产生了一定的影响,成为大众接收信息的第一渠道,在它的帮助和影响下,高校体育竞赛信息等可以在第一时间传播,这样学生就能及时了解相关项目的竞赛内容,除此之外,学生还可以对学校相关代表队的竞赛情况等及时获知,进一步激发学生的体育训练热情,使可以积极主动地参与到体育训练中去。而且,线上体育教学的实施也能突破传统体育教学的束缚,使学生可以在信息资源的获取上更加的方便和快捷,及时了解体育学习中的重难点,并利用线上课程进行反复训练,逐步完成教师布置的学习任务<sup>[2]</sup>。

### 2.2有利于激发体育学习积极性

体育课程线上线下两种模式的结合也可以促进学生的个性发展,使学生不断提升从事体育锻炼的积极性和能动性,特别是对那些在体质上比较弱的学生,线上课程在一定程度上为他们的学习提供了必要的帮助,他们可以借助线上网络平台,对自己运动训练中存在的薄弱点进行反复纠错和重复训练,从而逐渐克服畏惧心理,促进自身运动技能的逐步发展。在混合模式的影响下,学生能够对体育学习建立更加全面和客观的认知,从而在掌握理论知识的同时还能具备丰富的实践经验,将终身体育的理念真正深入内心,在增强自身体质的同时,潜移默化地受到思想和情感上的陶冶和熏陶,从而提高自身的思想道德素质,成为一个全面发展的社会主义新人。

### 2.3有利于学生与学校之间的交流

传统的高校体育教学中,将教师往往是摆在第一位,学生的主体能动性不明显,在开展教学的过程中,学生是处于被动的接受者状态,这就在一定程度上压抑了学生的学习兴趣,使学生难以真正感受到体育学习的魅力。然而随着时代的进步和发展,高校教学中开始越来越关注学生自主力量的发挥,尤其是现代教学技术中混合式教学这一模式的应用,使得学校和学生之间的距离有所缩小,学生在这一阶段可以充分表达自己的所思所想,直接参与教学改革,在于学校的交流对话中为学校体育教学

事业的发展作出重要贡献。混合式体育教学模式主要指的是线上教学和线下教学的有机融合,在新的时代背景下,高校对于人才培养的方向也做出了相应的调整 and 变化,强调立德树人这一教学目标的同时,也将“三全育人”作为教学发展中的一项重要战略提了出来。通过开展和实施线上线下混合教学,推动体育教学和体育课程思政建设都能够朝着更高的方向发展<sup>[3]</sup>。

## 3 体育课程线上线下融合存在的问题

### 3.1对体育重视程度不够

从高校在体育课程的建设上来看,虽然很多学校已经逐渐意识到体育教学的重要性,在实际的教学中也开始将混合式教学模式融入到体育课程的实践中,对整个教学模式也提出了全新的要求,但是这种教学模式,在具体的实施过程中,却缺乏管理人员的高度重视。而且高校在自身的发展中,为了尽可能减少成本的支出,在对混合式教学模式进行推进的过程中,往往在资金的投资力度上非常匮乏,这就导致教学的开展并不具备和其相适应的优质的人力和物力资源,从而限制了线上线下教学模式效果的正常发挥,对学生在体育学习上的影响不大。

### 3.2应用机制有待完善

为了促进高校体育混合学习教学模式的功能可以在最大程度上发挥,必须结合实际情况,对现有的应用机制进行改造和完善,从现阶段高校混合式模式教学的实际发展来看,很多学校并未建立完整的教学体系和科学的管理机制,这就导致两种教学模式在融合的时候常常会遇到一些麻烦和措施,要求和制度的缺乏使教师在实施教学的过程中,缺乏必要的遵循,从而影响了整个体育教学的效果。在对其原因进行分析和探究的时候,发现首先是由于学校缺乏足够的重视,在实现模式上的创新和升级的过程中,并未投入教学所必须的人力和物力资源,开展线上教学也缺乏完善的网络课程平台,进一步干扰了整个教学的发展。与此同时,教师在实施体育教学时,由于已经习惯使用传统的线下教学模式,并不想也不会使用现代互联网技术进行线上课程的规划和设计,从而导致混合式教学模式无法在高校体育教学中顺利实施,整个教学表现出较强的形式主义。

## 4 体育课程线上线下融合研究与分析

### 4.1体育课线上教学调查分析

在自然灾害的背景下,全国高校依次响应教育部提出的“停课不停课,不停教”的号召,开始利用腾讯课堂等进行线上教学,这种网络直播教学模式同样发生在体育课程的教学之中。为了使学生在家里能够获得更加丰富的体育锻炼,教师在开展线上教学时,常常会将理论知识的讲解和实践能力的运用充分结合起来,在课堂的前半段主要是由教师为主,通过直播的形式对学生进行理论知识的系统化讲解,之后则安排学生自行锻炼,经过一段时期的教学之后,学校又根据学生实际的学习情况对教学计划进行了重新调整,虽然在某种意义上来说,线上教学确实是完成了体育与健康课的教学任务,但是其缺点也在实践中暴露无遗。高校体育课程线上教学的实际效果来看,特别是对学生返校之后进行问卷调查之后发现,在线课程的开展和实施并未对学

生的体育学习产生较大的正面影响,特别是线上教学时间的延长,对教学效果的发挥反而带来了反面影响,有的学生甚至在进行在线课程的学习时,只是将电脑处于挂机的状态,并没有根据教师的要求和任务安排进行相应的运动训练和锻炼。在综合分析的基础上,结合线上教学的特点以及体育课程的个性化特征得出,教学效果不佳的原因主要表现在以下几个方面:首先体育课程本身就比较注重实践能力的培养,但是线上课程在实施的过程中,教师和学生并不能实现面对面零距离的接触,这就导致整个课程教学体现更多的并不是实践指导和训练,而是一些理论知识的技术录像和在线示范等,受到时间和空间的限制,教师无法对学生的情况以及技能掌握情况等作出准确的判断。其次是在线课程这种模式在实际运用中,也不能对学生及时进行纠错和技术改进。最后,在运用线上教育这一模式进行体育课程教学的时候,监督机制的缺乏也导致整个教学流于形式,并不能对学生的体育学习起到实质性效果。

#### 4.2 体育课线上线下教学调查和分析

在高校实施和开展体育教学的时候,要想将线上教学和线下教学实现完美的融合,发挥其各自的教学优势,需要根据体育课程的特征以及学生的身心发展特点,对线上和线下教学时间周期比例进行科学合理的安排和管理,经过相关调查和研究发现,线上和线下时间周期比例1:5比较适宜。这样的教学模式往往能够符合和适应大学生的身心承受能力,也和体育教学的内在规律具有一致性。在进行线上教学时,教学内容应该以理论知识为主,同时还可以对学过的技术内容进行集中复习,从而帮助学生可以进一步加深对相关运动动作的了解和认知,能够保持动作的流畅性和稳定性。而新技术内容的学习则需要安排在线下课程进行,与此同时可以借助线上内容进行辅助性教学。体育教师在设置课程内容的时候,也要尊重学生的个体差异,根据大学生群体特征,将体育训练和现实生活充分结合起来,注重体育教学职业化以及实用性功能的发挥,以此改正和提高学生的运动技能,使学生对运动的热情可以不断增长。

#### 5 结论与建议

在高校进行体育课程教学,必须实现线上和线下教学的充分融合,只是采用某种单一的教学模式,将会降低教学的实效性,不利于学生运动技能的发展和提升。在将两种模式进行融合的

时候,要注重内容的合理性,线上内容需要以理论知识学习为主,辅之以技术内容的复习,而线下课程则关注对学生新运动技术的教学,在将两者进行衔接的时候,也要根据学生的身心发展特征,确保衔接的流畅性和稳定性,充分发挥体育训练的实用性功能,为学生的全面发展作出重要贡献。只有在实施和开展体育教学的过程中,充分考虑到学生的发展实际,注意到体育课程教学的特殊性,真正利用两种教学模式,实现实践能力培养和理论知识教育的有机统一,才能使学生在习得丰富的运动技能的同时,加强对体育训练的认识,形成终身体育的正确运动理念,养成良好的运动道德,在个人素养上也可以不断提高,真正成为社会所需要的人才。

#### 6 结束语

高校体育课程在实际开展中,需要紧跟时代发展步伐,积极进行教学方法和手段上的创新,将线上和线下两种模式充分结合起来,保证内容设置的合理性以及衔接上的流畅性和科学性,从而改进体育教师的教学质量,促进学生运动技能的稳步提升。

#### 【课题项目】

黑龙江财经学院重点项目《普通高校体育混合式教学互动行为模式及策略研究》,(项目编号: XJZD202223)。

#### 【参考文献】

- [1]万益.高校体育课“线上+线下”相结合教学模式探索[J].高教学刊,2020,(30):115-118+122.
- [2]刁学慧,魏汝领.高校体育类“线上线下”混合式金课构建路径探究[J].浙江海洋大学学报(人文科学版),2020,37(03):80-86.
- [3]孔睿.疫情防控期间体育类高职院校术科线上教学存在的问题及对策研究[J].科教文汇(下旬刊),2020,(10):112-113.

#### 作者简介:

刘延森(1977--),男,汉族,吉林人,本科,教授,研究方向:体育教育。

毕宏丹(1978--),女,满族,辽宁人,本科,副教授,研究方向:体育教育。

王维智(1978--),男,汉族,黑龙江人,研究生,教授,研究方向:体育教育。

孙毅红(1977--),女,汉族,黑龙江人,本科,副教授,研究方向:体育教育。