

混合式教学法在中小学体育教学中的应用研究

王跃成

(苏州吴江区世恒学校, 江苏 苏州 215000)

摘要: 2018年,我国教育部发布《教育信息化2.0行动计划》,提出了互联网+教育的平台建设要求,在原有信息化教育基础上提出更多新的要求,也为后续教育改革工作提供指导。2019年,中共中央、国务院又提出《中国教育现代化2035》,指出人才培养的改革必须通过技术来驱动,混合式教学模式显然是其中的一种有效方法。新时代背景下,依托混合式教学开展体育运动、体育指导,教育学生保持良好的运动习惯,并逐渐发展终身运动的意识。那么,学生必然在课下、线上也进行关于运动的探究,而真正提高健康水平、身体机能,奠定全面发展的坚实基础,值得我们深入探索与实践。

关键词: 混合式教学; 中小学体育; 教学现状; 应用策略

近年来,我国未来人才的身体素质不断下降,青少年近视率增加、肥胖问题日益严重,都与缺乏运动有着千丝万缕的联系,意味着中小学体育教育改革势在必行。但笔者认为,盲目进行混合式教学引导是远远不够,实施混合式教学也要对症下药,以线下进行面对面交流、纠正指导,配合线上看视频、留言互动等,均需要变革师生理念认识,实现个性化体育教育,提高学生对自身健康的关注度,发展自主运动的兴趣与能力素质。也相信随着体育教育改革愈演愈烈,能够依托混合式教学模式开辟出全新的发展道路。以期研究提出的一系列改进措施,为广大教育者提供更多借鉴与参考。

一、混合式教学内涵概述

混合式教学模式是一种创新教育模式,融合线上、线下教学的优势,让教与学都更加轻松,适应现代化的教育发展。线上,支持多元协作、互动交流、作业提交、自主学习等,提供学生探究与实践的资源支持,还有各类教育网站、软件与评论区,支持师生互动与生生互动,能够达到事半功倍的育人效果。线下,根据优质资源、创新方法等,组织多类活动,促进学生思考与探究、实践,体育课程中也是一样,学生深入理解技战术与动作,内化为自己的能力,也形成优良学习与运动习惯。在混合式教学支持下,学生依据自己的需求和能力水平、兴趣爱好进行自主学习,可谓充分尊重了他们的主体地位,让体育学习转变为学生主导的过程,让体育训练与运动自然发生,配合科学教育提升实效性与有效性。随着科学技术的突破与革新,混合式教学模式将更加适应人的生产、生活,助力我国教育事业迈上新的台阶。

二、中小学体育教学现状与问题

(一) 教学模式单一

当前背景下,中小学体育教学过程仍然不够丰富、多元,模式稍显单一,不利于学生运动实践与兴趣发展。那么,学生长期在枯燥的课堂中没有收获,课下也不会进行体育运动并钻研探究。这也导致学生形成固化思维,缺乏对体育运动与身体健康的关注,值得我们深入思考。因此,新时代背景下应当创新中小学体育教学过程,融入多元化的教育理念,打造丰富、灵活、有趣的课堂模式,加强对学生各方面能力与素质的培养,才能够更上一层楼。也相信这样的改革策略落实,能够跟上现代化教育发展步伐,培养越来越多青少年热爱运动的品质,助力其健康成长与建设国家、发展社会。

(二) 学生兴趣多元

随着社会的发展,学生对体育运动的兴趣也趋于多元化,与当前教学设计与实践相悖。比如说,过去人们更加关注体育课程的

成绩、比赛成果,现在更加关注运动过程与体验,也有越来越多的新项目聚焦学生“快乐运动”,旨在培养个体对运动的兴趣爱好。但显然,目前中小学体育教学过程缺乏这样的创新与渗透,仍然有许多学校和老师不考虑学生的真实情况,忽视其兴趣爱好、课后运动的发展,是教育改革中应该解决的一大问题。这也启示我们尊重学生个体、教育发展趋势,转变陈旧的思想观念并开阔视野、积极创新,尊重学生兴趣多元发展而构建更加开放、包容的体育教育模式。

(三) 信息建设不足

除了教学模式不够丰富、不够创新外,中小学体育的另一问题就是信息化建设不足。教学改革的引领下,我们更注重传统课堂信息化建设,配备多媒体、计算机、希沃一体机,甚至建设相应学科的数字资源库。但显然,没有对体育课程的该方面深入,更无论学生在线学习和自主学习了。笔者认为,混合式教学法在中小学体育课程、户外活动中的应用,正是要打破如此格局,推动体育教育混合式、项目式与全面化发展,值得我们深入探索与实践。作为一线教师,应当充分构建线上、线下混合的体育教育体系,助力学生健康成长,推动体育教育与时俱进。

三、混合式教学法在中小学体育教学中的应用策略

(一) 整合线上的优质微课、课件资源

优质的微课内容精炼、形式多样、易于理解,能够在短时间内传达出关键的知识点,同时通过动画、图表等形式使知识点更加生动有趣;优质的课件内容丰富、结构清晰、易于操作,能够提供详细的内容,帮助学生更好地理解和掌握知识。那么,中小学体育教师该如何整合这些优质的线上资源呢?首先,需要通过网络平台搜索,明确部分贴合本地区、本校、本班学生的教学内容,直接应用或进行改编,形成完整的数字化资源体系。甚至,教师也可以自己拍摄、制作,直接形成适应性与质量效果有保障的资源体系,确保能够满足学生的阶段性学与练需求。教师还需要定期进行更新,确保随着时间推移增加更多内容、方法,这就需要广大教师关注教育领域的最新动态,及时调整资源并优化,保证期时效性。以六年级篮球运动为例,要求学生在课后观看篮球比赛视频,包括但不限于NBA、世界杯篮球赛、欧洲篮球冠军联赛等,还可以挑选“行进间高低运球接启动时变向接上篮”动作集锦,对学生进行密集性知识和技能训练。以此直接应用优质、高清的视频,作为资源进行线下、课外教学的素材,既培养学生的运动兴趣,又促进学以致用和举一反三。以八年级投掷运动为例,教师从网络上搜集有关投掷运动项目的起源、东京奥运会“巩立姣”的比赛资料,形成线上资源体系。理论课上直接展示古希

腊雕塑家米隆的代表作就是《掷铁饼者》，说明了这项运动源远流长，如今也成为了奥林匹克运动会和其他大型体育赛事的常见竞技项目；还有聆听奥运会解说词，了解投掷项目比赛规则，为中国运动员巩立姣加油鼓劲、呐喊助威，培养爱国主义精神、体育文化精神。与之类似的还有很多，不同课程类型、运动项目也可以根据实际情况应用优质资源，促进学生深度学习与知识吸收，实现混合式教学的高效应用。总的来说，整合线上的优质微课、课件资源是中小学体育教学中的重要措施，不仅是提高教学效率、发展学生兴趣的重要保障，还是混合式教学法融入体育教学中的关键。只有形成数字化资源体系，才能够在线下应用与推广，促进学生知识吸收、技战术练习，而达到事半功倍的育人效果，值得我们深入探索与实践。

（二）打造适应的线上学习与作业系统

当今，信息技术迅猛发展，教育方式正经历着前所未有的变革。特别是在中小学体育教学中，传统的面对面教学模式已经无法完全满足现代学生的学习需求，打造一个适应的线上学习与作业系统是发展趋势，值得我们深入探讨与实践。作为一线教育者、管理者，我们需要明确线上学习与作业系统的建设目标，以其提供稳定高效、互动性强的在线学习环境，让学生可以随时随地进行体育知识的学习和技能训练。同时，它还需要具备强大的数据分析功能，以便于教师根据学生的学习情况及时调整教学策略，家长、学生也可以参与互动，实现体育教育的多元主体协同指导，相信能够达到事半功倍的育人效果。具体来说，系统界面设计需要简洁直观、易于操作，以降低学生的使用难度；系统需要整合丰富的教学资源，包括微课视频、课件、练习题等，以满足不同年级和能力层次学生的需求系统还应具备实时反馈机制，让学生在完成作业后能够立即得到评价和指导。为了实现这些目标，学校可以统一购买相应的服务，不仅仅用于构建传统学科的线上教学体系，也进行体育教育方面的创新与应用。在此基础上，开发智能推荐算法，根据学生的学习历史和表现，为他们推荐合适的学习内容；引入人工智能技术，包括自然语言处理、图像识别等，以提高作业批改的准确性；完善数据收集和分析体系，帮助教师了解学生的学习进度，提供个性化的教学支持。通过以上，相信能够灵活应用混合式教学法，让线上部分发挥最大的价值，提高体育教学的效率和质量，激发学生的学习兴趣和自主学习能力。甚至，相应作业系统也发挥协同作用，给不同层次、能力水平的学生合理分配任务，指导在课外进行体育运动，也使其按照自己的节奏找到运动的乐趣，助力健康成长与全面发展。综上所述，打造一个适应的线上学习与作业系统对于提升中小学体育教学的质量具有重要意义，作为教师与管理者应当积极投入建设，发挥其监督、拓展、评价等积极作用，融合混合式教学法推动体育教育信息化发展，为构建现代化的中小学教育体系贡献一份力量。

（三）多元智能穿戴设备的监测与应用

现代化体育教育领域，科技融入、技术创新是提升教学质量和效率的关键手段。特别是在中小学体育教学中，多元智能穿戴设备的监测与应用不仅为学生提供了个性化的运动体验，也为教师带来了精准化的教学管理与创新手段。其标志着传统体育教学模式向智能化、数据驱动的转变，引领中小学体育教育与时俱进。多元智能穿戴设备的核心在于能够实时监测学生的身体状态和运动表现，通常有心率监测器、加速度计、陀螺仪等传感器，能够收集关于学生运动量、强度、频率甚至是技术动作质量的数据。通过对这些数据的深入分析，教师可以得出学生的运动习惯、体

能水平、技能掌握程度等，为每个学生量身定制合适的运动计划和教学方法。学生也能够根据实时监测，切实将科学的体育运动延伸到课外、线上，形成适合自己的运动计划，而发展身体素质与运动水平。最为常见的就是智能运动手表，配备这样的设备可谓是可以实时监测运动情况，在中小学体育教学中具有广泛的意义与价值。

笔者认为，多元智能穿戴设备的优势在于以下几个方面：一是通过对比不同时间段的数据，观察学生体能的变化趋势，及时调整训练计划，确保学生能够在安全的前提下达到最佳的训练效果。二是设备中的反馈机制能够即时指导学生调整运动姿势或强度，减少运动伤害的风险，提高运动的科学性和有效性。教师、学生与家中也可以联网进行监测，对学生运动情况进行实时指导，不受到时间与空间的限制。三是学生可以了解自己的详细运动数据，如消耗的卡路里、行走的步数等，有助于激发他们的运动兴趣和自我竞争意识，培养自信心、自控力与实践力，对其未来的升学与发展有着重大意义。然而，要充分发挥多元智能穿戴设备在中小学体育教学中的积极作用，构建线上线下的混合式教学模式突出效果，还需要解决一些关键问题。首先是此类高科技设备的普及，不仅要做到观念普及，还应当适当配备或提倡家长购买，通过多种方式让学生与家长认识到体育运动的重要性。其次，对于教师的职后培训与信息培训也十分重要，要掌握对智能设备的应用、数据采集与分析等技能，才能够投入到混合式教学、智慧化教学中去。总的来说，多元智能穿戴设备尤其积极的影响与意义，在中小学体育教育中应当继续加大力度推广和普及，争取让每个学生都能够佩戴和体验相应设备，培养一项运动与热爱，培养健康的身体素质。未来，随着技术的不断进步，我们有理由相信多元智能穿戴设备将在体育教学中扮演越来越重要的角色。

四、结束语

总的来说，混合式教学法在体育教育中的应用具有积极意义，是灵活体育教育形式、学生运动安排的重要模式。基于学生认知特征与学习方式与混合式教学支持，既能够为学生提供优质的资源作为参考，又契合当前的体育教育发展趋势，使得综合性、专业性、创新性、趣味性与灵活性尽显。甚至，构建线上、线下混合的教学模式，推动教育现代化、全面化发展，推动中小学体育教育与时俱进，值得我们深入探索与实践。未来，中小学体育教师应当深入混合式教学的研究，致力于更适宜本校、本班学生的线上线下混合式教学模式，助力思考探究与自主运动。

参考文献：

- [1] 郭凤兰，王辉，臧留鸿，等. 课程思政融入田径普修课线上线下混合式教学的实践探索研究[J]. 新疆师范大学学报（自然科学版），2023，42（03）：74-82.
- [2] 刘英.“体育市场调研与营销策划”课程线上线下混合式教学设计与实践[J]. 科教导刊，2023（23）：134-136.
- [3] 陈小龙，刘一帆. 慢投垒球课程线上线下混合式教学效果研究——以吉林体育学院为例[J]. 当代体育科技，2023，13（16）：52-55.
- [4] 李晓忠，林上湖. 浅析互联网时代体育教学中线上线下混合式教学模式的构建与改革路径[J]. 中国多媒体与网络教学学报（上旬刊），2023（05）：17-20.
- [5] 李婧毓. 基于SPOC模式的课程思政混合式教学探索——以体育新媒体运营实务课程为例[J]. 辽宁经济职业技术学院. 辽宁经济管理干部学院学报，2023（02）：105-108.