

体育教育专业田径课程混合教学实践研究

陈福乐¹ 郭俊凤²

(1. 南宁师范大学师园学院体育系, 广西职业技术学院教育学院, 广西南宁 530000;

2. 南宁沛鸿民族中学, 广西南宁 530000)

摘要: 随着现代高等教育的改革与发展, 信息化教学手段成为教师优化教学质量、提升教育水平的重要方式。田径课程作为体育教育专业中的重要成分, 是教师进行信息化教学升级的主要课程项目之一。教师应充分掌握信息化教学手段与课堂教学策略的融合实施技巧, 以此构建线上线下的混合式实践教学体系, 为学生提供资源丰富、学习便捷、形式多变的优质课程。本文即在此背景下展开研究, 通过分析混合教学模式在田径教学中的应用价值与问题现状, 进而提出体育教育专业田径混合教学框架与实施策略。

关键词: 体育教育专业; 田径教学; 混合式教学; 实践

混合式教学是当前信息化教学背景下的重要教学策略, 其不仅可以发挥出信息化教学手段的便捷性与资源优势, 而且能够突出线下教学的直接性与交互性, 由此可以为学生提供视听化、综合性的课程内容, 改变传统田径课程的形态与模式, 给予学生不同的学习体验与成效。因此, 混合式教学模式成为教师改革与完善田径教学的重要措施, 教师应充分利用各类教学软件与网络平台, 为学生构建以线下为基础、线上为拓展的混合教学体系, 达成全面提升教育质量与水平的目的。

一、混合式教学的内涵

混合式教学是基于线上与线下融合的教学模式, 其充分发挥了在线教学与传统教学的优势, 在教学应用中可以有效引导学生提高学习效率, 并实现由浅入深的学习进程, 进而达到深度教学的目的和效果。但混合式教学的终极目标并不在于平台的使用效果, 也不在于数字化资源的建设与应用, 更不是多元化的多媒体教学活动, 而是借助线上资源的视听效果与线下教学活动的递进关系, 以此推进学生的学习与思维深度。因此在田径课程的混合式教学设计中, 教师同样要以引导学生进入深度学习状态为目标。一方面, 要充分发挥线上与线下教学的融合优势, 让学生在过程中拥有更深刻的情感共鸣与直观体验, 并融入情境氛围之中。另一方面则要进一步关注学生的学习心理与状态, 找到学生学习的规律与习惯, 进而依托客观规律实现学生的深度学习目标。

二、体育教育专业田径教学实施混合教学模式的意义

(一) 满足当代学生的学习需求

在新时代发展进程中, 现代教育与信息化网络的建设发展形成了协同关系。而当代大学生习惯了信息化时代的生活方式, 不仅对于网络平台、信息化手段、智能终端设备有着熟悉的使用技能, 而且对其使用产生了一定的需求。因此, 混合式教学成为当代学生学习需求的重要元素。一方面, 在田径教学中, 混合式教学模式可以为学生提供必要的信息化学习平台, 进而能够为学生提供完善的学习资源, 比如资源形式的视听化与形象化、资源内容的趣味性与有效性等, 对于学生自学田径课程有着重要的辅助效果。另一方面, 混合式教学模式还能为学生提供更高的自主性与动态

学习环境, 尤其在教学设计环节中, 教师既可以将学生感兴趣的内容融入课程, 比如利用影视剧片段设计情境、利用奥运会比赛画面作为案例背景、以社会热点新闻为项目任务等, 这是当代学生学习中的重要需求。

(二) 提升田径教学课程质量

在田径教学中, 混合教学模式展现出诸多优势, 是提高教学课程质量的重要影响因素。首先, 混合式教学模式突破了时空间对学生学习活动的限制, 学生既可以在课堂教学中完成学习活动, 也可以利用课下碎片时间进行自主学习与知识巩固, 同时还能在线上途径与同学和教师建立交流平台, 通过更直接的交流方式拓宽学生学习的时空间, 将田径训练融于学生的常态化生活之中。其次, 混合式教学模式也符合当代学生成长学习的规律。一方面在于视听化教学方式在信息传递方面有着更突出的优势, 是强化学生学习兴趣与印象的重要手段。另一方面信息化教学手段可以作为更优质的教学载体, 将学生感兴趣的内容融入其中, 由此提高学生的学习积极性。此外, 混合式教学还展现出独特的灵活性与针对性, 传统教学模式下只能由教师一个人关注多名学生, 而信息化平台可以做到智能系统一对一辅助教学指导, 针对学生的田径训练成果与问题, 予以科学的指导计划和方案。

(三) 增进师生互动和优化教学资源

良好的互动效果与优质的教学资源也是混合式教学应用的重要意义所在。首先, 教育的本质在于交互, 即教师必须通过与学生交互的过程和方式, 将知识信息传递给学生。但传统课程限制了教师与学生交互的时空间, 混合式教学模式为教师提供了线上交流平台, 在课下仍然可以为学生提供指导。其次, 教学资源也是影响教育质量的重要因素, 在田径教学中, 教师无法通过自身的示范为学生展示全部的运动技能与动作细节, 而这就需要通过多媒体视频或演示动画, 通过慢动作回放或动作分解的方式, 让学生更直接地获取相应的知识, 达到提高教学效率的目的。

三、体育教育专业田径教学中存在的问题

(一) 教学手段表现单一化

在田径教学中, 教师的教学手段是影响教学质量的重要因素, 而当前多数教师在教学过程中应用的手段较少。随着新课程改革的全面推进, 多数教师已经摒弃了传统的讲授教学模式, 但在实际教学过程中对学生主体地位的确定仍存在较大的问题, 一方面表现在田径课程有着较高的实践性要求, 而教师在教学过程中设置的教学活动缺乏开放性, 学生无法获得自主训练的空间与成长环境。另一方面在于教学手段应用比较单一, 多数教师习惯采用自己熟悉的教学方法, 比如情境教学、项目驱动等, 但由于教师并未结合课程内容性质与学生发展需求, 使得教学方式与课程内容之间的联系性不足, 未能发挥出教学手段应有的作用。因此, 混合式教学成为教师进一步优化教学表现与丰富教学手段的有效选择。

（二）课程内容存在滞后性

现代体育教育的发展非常迅速，因而田径课程内容的设置开始出现滞后问题。第一，田径运动包括不同的体育项目内容，但在实际教学训练中缺乏统一的引导和规范标准，使得不同体育项目的教学与训练中缺乏衔接性。第二，田径课程内容的整体结构设计也存在问题，尤其面对诸多体育项目内容，其并未形成系统化的教学模块，对于学生专业技能的培养造成了一定影响与干扰。第三，田径课程在内容丰富性方面也存在缺陷，比如缺乏课程思政相关的融合内容、缺少对学生体育精神与卫生健康意识的培养内容、缺乏学生职业规划与就业能力培养的融合课程等。对此，教师可以借助混合式教学手段，通过线上课程内容弥补课程中的缺陷与不足。

（三）课时安排存在紧迫感

从课时安排来看，田径课程涉及的体育项目繁多，而各个课程模块各有其教学重点与难点，这也使得课时安排比较紧张，学生必须在有限的时间内完成各个体育项目的学习目标。但这就使得学生在学习过程中面临着更大的压力，甚至成为影响学习效果的重要原因。对此，混合式教学手段则展现出重要的应用价值，可以通过线上教学辅助，拓宽学生课下自主学习与训练的方式与途径。

四、体育教育专业田径混合教学框架构建

（一）明确课程计划，布置学习任务

混合教学模式的实施框架必须建立在完整且详细的课程计划与内容安排基础之上，保证学生对混合教学的特征、模式、流程与优势有明确把握，进而能够依据其课上课下的多元要求，完成科学的自主学习活动，把握课程内的重难点知识。在体育教育专业田径教学中，教师则要进一步要求学生明确课上课下混合模式的内在联系，进而提高学生对待同伴与教师的配合意识，形成混合式学习的新理念与新意识，以此保证自身能力的有效发展。

（二）实施在线教学，提高自主能力

在线教学环节是混合式教学模式开展的关键过程，由于学生需要长期借助计算机、移动终端设备等进行独立学习，因此需要学生保持更持续的学习动力和兴趣，对学生的自控能力与自主性要求较高。因此在在线教学设计方面，教师必须注意三个方面的问题。第一，要突出线上课程设计的有序性与趣味性，一方面要保证学生能够延续自身的思维流程完成自主探究活动，获得学习的成就感与收获；另一方面则要保证学生能够不间断地从学习活动中感受到乐趣。比如可以将著名田径运动员的比赛视频、训练视频作为案例情境等，或者将技术动作讲解分解为慢动作动画解析等，以此提高学生对于动作技术要点的理解，并感受到其中的乐趣所在。第二，要收集和归纳学生的自主学习数据信息，包括学生的自主学习时间、习题检测结果、任务完成结果、自我评价等，在此基础上依托大数据平台对学生进行能力分析，由此提高教师对学生学习能力与水平的把握。第三，要与学生建立更紧密的联系通道。教师要鼓励学生积极提问与汇报学习成果，学生则要将自学过程中生成的疑问进行反馈，以完善自身的学习成效。

（三）明确教学原则，优化学习理念

线下教学过程则是混合教学模式下不可忽视的重要环节，其不仅可以助力学生消化自学环节生成的知识基础，而且能够通过

实践活动提高学生的应用与迁移能力。对此，需要教师与学生坚持以下原则：第一，教师应突破传统教学手段的限制，建立全新的教学模式与方法，要积极采用多元教学手段的融合使用，通过情境与案例融合、项目与任务结合、问题与实验结合等，让学生拥有更直接的学习体验。第二，教师应积极转变学生的学习方式与理念，既要让学生敢于自主实践与表达，又要让学生形成独立思考、小组合作的问题解决思路，同时还要促进学生的交流意识，能与师生进行沟通询问，形成更好的互助互学效果。

（四）收集学习反馈，建立针对练习

在线上教学活动结束后，教师则要进一步收集学生的学习反馈，一方面要引导学生与同伴之间相互提问作答，或者可以模拟师生对问的方式，以巩固学生的学习成果；另一方面则要与学生进行对话，了解学生的心得体会、学习问题与教学意见，由此作为教师改进教学设计与线上课程规划的依据。此外，教师也要为学生提供针对性的练习作业。在田径教学中，教师可以关注学生对动作技术的理解，并为学生设置程序性练习内容，由此加深学生对相应运动原理、动作路线以及动作轨迹的认知，达到更好的教学效果。

五、混合教学模式在高校体育教育专业田径教学中的应用策略

（一）科学使用混合教学模式，构建混合式教学生态

构建混合式教学生态是教师升级与优化田径课程的核心目标，在此过程中需要教师熟练掌握混合式教学中的各类教学手段，既要在课堂教学中突出情境、案例、项目等教学方法的融合效果，又要在线上教学中，为学生布置科学合理的信息化教学资源与专业课程视频，以此满足学生的学习需求，促进学生综合素养的协同发展。因此，在高校体育教育专业田径教学中，各大学校和教师应积极引入线上线下混合式教学手段，从而有效提升学生培育质量，提升技能与知识的教学效率，让学生在有限的学习时间内，达到更全面的成长与发展目标。

以“中长距离跑”教学模块为例，混合式教学生态的创建需要教师坚持以下几个原则。首先，在田径教学中，课前预习设计对学生的能力素养建设有着重要作用。对此，教师可以依托慕课平台或者微课平台，为学生创建具有引导性的课前预习资源，帮助学生了解本课的相关知识理论与基础动作要素，进而为课上学习做好准备。其次，在课上学习环节，教师则要依托学生预习环节中提出的问题，应用多媒体设备或电子白板构建教学情境与案例，以此将学生真实遇到的问题融入教学活动之中。其三，在学生掌握本课的理论基础后，教师则要开展小组教学活动，引导学生建立小组并设置项目任务，引导学生自主探索本课程中的关键内容与学习要素。最后，在课后，教师一方面要为学生提供信息化教学资源，要求学生通过网络课程学习本课相关的拓展内容，另一方面则为学生布置线上作业，引导学生在线下进行自主训练，并为后续的实践课程做好准备。通过以上完善的教学环节，可以达成构建混合式教学生态的目标。

（二）科学贯彻混合教学，开展互动探究式教学

1. 利用信息技术在知识导入中进行互动

建构主义提出，教师在教学活动中的最大作用是利用各种多元化手段为学生构建一个知识需求情境，并利用该情境有效激发

学生的自主学习意识,进而让学生在自我需求以及学习兴趣的双重促进下,积极调动自己的时间和精力完成自主学习和研究活动,让他们在更高效的课堂学习中,掌握全方位的技能和知识。基于此,在高校体育教育专业田径教学初期,教师可以依托信息技术落实情境教学,通过多媒体呈现的视听化资源为学生构建一个知识需求情境,而后利用情境中的问题引发学生的持续性思考,以此帮助学生集中注意力,激发他们的知识需求,增强他们的学习意识。

2. 利用信息技术在知识探究时进行互动

第二阶段则以互动分析为教学重心,该阶段的主要代表方法是合作学习,即针对具体技能或者知识的培育项目,教师按照学生的不同特质分为多探究小组,让学生通过自身的思维与发展,在自主探究和合作分析的基础上,通过讨论、分析总结归纳等手段,逐步获得问题答案或者知识技能获取路径或者结果,从而有效完成整个知识的科学获得以及系统性构建。教师在讲授体育教育专业田径教学中,也不妨将信息技术与合作学习相结合,进而有效提升学生的课堂学习效果。

以“跨栏”相关课程模块为例,教师可以先让学生进行分析和思考,接着按照学生的日常学习水平,按照一个优质学生带领两个一般学生和一个后进生的四人小组模式,将学生分为多个探究小组,让学生就上面的问题进行分析和研究,进而加强他们对于对应田径跨栏知识深度认知和了解。

3. 利用信息技术在总结归纳中进行互动

混合式教学模式的最后一个环节为总结归纳,该阶段主要代表的教学方法为项目教学法。其主要指教师在完成情境引导和互动探究活动之后,可以引导学生在电子设备上就自身探究中获得的信息与成果进行分析和总结,使之明确知识的获取路径特征以及知识本身特质,从而科学系统且全面地把握知识核心内涵,有效把握知识脉络,科学严谨地将其纳入到自身的对应知识体系当中,进而科学完整地掌握此知识。

以“三级跳远”相关课程模块为例,教师可以先让学生在主动分析和总结归纳中,对于其定义和特征进行分析,并讲授相关的知识。待学生完成学习以及互动讲解后,教师举出一些对应的不同的案例,让学生在这种案例中,进行甄别和练习。通过这样的方式,不仅能够极大地锻炼学生的分析和归纳总结能力,增强学生的自我学习素养,更重要的是还能帮助学生逐步树立优质的田径学科知识与技能的获取路径,不断优化他们的自我学习素养和学习思维,促进他们的学习素养和综合能力的提升与发展。

(三) 科学使用混合教学模式,构建思维导图式教学

在田径课程混合式教学设计实施过程中,思维导图同样具有重要的应用价值。以“背跃式跳高”课程模块为例,教师可以根据本节课的课堂教学目标,将对应的课堂目标衍生问题通过“知到”平台发布给学生,而后引导学生就上述问题展开主动研究,并在其中渗透一些扩展性内容,让学生逐步掌握对应的知识,完成系统性垂直性知识的全面构建。在课堂教学完毕后,教师还要引领学生到“知到”教学平台对刚才的学习过程和学习内容进行回忆,并根据达成目标以及各种延伸性问题进行自我总结和归纳形成文字上传到“知到”教学平台作业端,从而将技能与知识逐步形成一定的知识脉络,科学形成对应的思维导图知识图谱。在这个过程中,教师还应对学生就进行科学引导,利用合理介入的方式来

促进学生逻辑思维的发展,让他们在自我突破中,获得一定的技能与知识。

(四) 科学使用混合教学模式,有效构建信息云平台

云平台也是混合式教学模式构建中的关键要素。其主要是指教师在完成基础课堂知识与技能教授后,可以让学生在云平台上进行对应的练习,而该平台根据学生对应练习的难度、错题以及答题时间等综合数据对学生的实际技能与知识优缺点进行科学分析和有效性探究,以此来帮助学生科学认知自己的所学缺陷,并在云平台上给出的对应辅助、针对性练习中,查漏补缺,有效完成技能与知识的深度获取以及牢固性掌握。

云平台模式是当代信息技术在线辅助教学的一种全新方式,其不仅打破了原有的教育生态模式,还有效地增强了学生的学习综合素养,促进了学生的综合能力的提升与发展。在高校体育教育专业田径教学中,教师不妨使其与“知到”教学平台进行资源互享,从而保证学生课堂学习效果,有效增强学生的学习效率。如在教授学生撑竿跳或者标枪等不宜轻易尝试的田径相关知识的时候,教师可以先利用“知到”线上教学平台来对学生进行引导教育,激发学生对于即将学到知识的兴趣,接着利用微课的方式来引导学生按步骤来进行对应知识板块的学习和研究,并在互联网实时交流系统支持下,进行小组合作在线探究分析,并科学掌握对应知识。常规学习完毕后,教师在具体的课堂教学中,可以对学生在讨论中存在的问题进行答疑解惑,并根据大多数学生的需求进行针对性的讲解以及对应练习。在课堂练习完毕后,教师还要引导学生进入“知到”线上教学平台,让学生利用平台上的大数据分析模式,有效地进行针对性的测评和分析,进而有效增强自身的素养,完成对应技能与知识的全面掌握和系统性讲解。

六、结语

总而言之,混合教学模式在现代教育环境下具有重要的应用价值。当代高校体育教育专业教师应全面加强混合教学方法的研究和分析,通过对线上教学平台与线下教育手段的有效融合,不断提高自身的教学素养与能力水平,为学生提供更舒适、高效、丰富、有趣的田径课程,让学生拥有更好的发展前景。

参考文献:

- [1] 孙凯,潘庆庆,张强,杨小威.“翻转课堂”在高校田径教学中的应用研究[J].当代体育科技,2022,12(06):73-76.
- [2] 周盛发.新时期高校体育教育专业田径课程教学改革与对策探析[J].体育风尚,2022(02):113-115.

基金项目:2020年度广西高等教育本科教学改革工程项目
课题名称:《体育教育专业田径课程混合教学模式实践研究》
课题编号:2020JGA417.

作者简介:

- 陈福乐(1984-),男,汉族,广西玉林人,硕士研究生,副教授,研究方向:学校体育、体育人文。
- 郭俊凤(1990-),女,汉族,江西南昌人,硕士研究生,研究方向:学校体育,体育与健康。