

# 大学体育艺术体操教学中混合式教学模式应用研究

孟慧丽

(洛阳理工学院体育部, 河南 洛阳 471023)

**摘要:** 目前, 在线教育已逐步成为与学校教育并行的教学方式, 在线教育与学校教育双向的融合带来了新的教育生态。体育教学特别是运动技术的教与学的过程需要教师和学生面对面交流、体验、保护帮助等。充分利用线上和线下学习的优势, 开展混合式教学模式更有利于大学体育教学。本文以大学体育艺术体操课程教学为例, 分析利用线上和线下学习的优势, 混合式教学模式更有利于大学体育课开展。在体育理论知识的教学时采用“线上为主, 线下为辅”, 在运动技能的教学时采用“线下为主, 线上为辅”的混合方式进行教学, 课外体育锻炼采用“线上为主”的监管模式, 对促进新型教学模式在大学体育教学中的应用、普及和推广有重要的实践意义。

**关键词:** 混合式教学模式; 大学体育; 艺术体操; 线上+线下

混合式课堂教学已成为支撑高校网络学习的一个重要趋势, 国家教育部门也很重视在线课程的建设、共享与应用。现阶段, 混合式课堂教学的引入已成为各高校推动课堂教学的创新, 促进高等教育增强内涵的重要方法。大学体育是各个高校的必修课程, 其中艺术体操是一项塑造健美身型、形成优美身姿、培养优雅气质的运动项目, 它融入音乐、舞蹈、绳、圈、球、棒、带等轻器械元素, 运用体育与艺术相结合的手段, 在一定空间和时间内, 完美表现身心美与气质美的体育运动项目。大学体育教师应不断改革创新, 强化混合式教学技能, 改变教学内容和方法。

## 一、大学体育艺术体操混合式教学模式的构建

大学体育艺术体操混合式教学模式的构建, 要把线上和线下教学有机结合。从教学过程、教学评价、教学方法等方面开展新模式的探索研究, 其具体的模式(见表1)。

表1 大学体育艺术体操混合式教学模式图

	线上	线下
教学过程	1. 预习知识、技能 2. 创编成果展示 3. 监督、指导课外锻炼 4. 课后作业提交 5. 在线通讨论、测试、答疑	1. 纠错、掌握、提高和展示知识和技能 2. 实践线上知识和技能 3. 团体带操实践创编 4. 身体素质练习及测试 5. 技术和理论疑难问题解答
教学方法	1. 微信 App 2. 学习通 App 3. 乐跑/运动世界 App 4. 手机、电脑等在线教学	1. 示范讲解法 2. 纠错法 3. 分组练习法 4. 比赛检查评比法等

教学评价	1. 线下作业完成情况	1. 身体素质测试
	2. 课外体育锻炼	2. 个人带操+集体带操+艺术表现
	3. 在线测验	3. 线下课堂表现
	4. 在线互动	4. 体育和艺术体操理论知识测试

## 二、混合式教学模式在艺术体操教学中的应用

### (一) 组建线上线下教学班

首先在学校网站上建设在线大学体育艺术体操课程, 组建在线课程班级; 其次, 在手机端, 组建微信群和学习通班级, 运用教师版乐跑 App 监督学生课下练习。在微信 App 的教学质量管理平台和学习通 App 发放调查问卷等。

### (二) 理论知识以“线上为主, 线下课堂为辅”的教学模式

根据艺术体操教学大纲和本学期教学计划, 学生可以在线学习艺术体操理论知识, 并通过网络参与到课程的互动过程中。学生学习的时长、时间、进度可根据自己的实际情况合理安排。在过程管理中, 教师可以及时对学生学习的效果进行检查提问, 并答疑解惑, 此模式在一定程度上减少了理论学习的计划课时, 增加了课堂上艺术体操技术学习的课时。

### (三) 运动技能以“线下课堂为主, 线上为辅”的教学模式

大学体育艺术体操技能的学习具有很强的实践性。课前, 学生利用在线艺术体操课程平台或微信群观看本节课艺术体操技术动作视频, 完成提前预习。在线下课堂教学中, 教师根据教学进度、教学内容以及学生实际能力等情况, 采用科学合理地教学形式, 如分组练习、比赛等使学生掌握艺术体操技术动作。课后, 学生可在线反复观看艺术体操技术教学视频, 达到巩固、复习和提高艺术体操带操动作技术。

### (四) 课外体育锻炼以“线上为主”的监管模式

在传统课堂上教师布置的体育作业, 学生完成的情况只能通过测试成绩综合评定。混合式教学模式下, 教师发布体育作业后, 学生可以提交视频、照片形式作业, 教师线上批改、交流、答疑, 也可通过教师版乐跑 App 对学生进行课外锻炼和作业完成情况进行监督和管理。

### (五) 构建线上+线下的混合式评价体系

以往大学体育传统教学考核主要采用百分制评分, 内容主要有4部分组成, 即: 艺术体操专项技术占40%、身体素质占30%, 平时课堂表现占10%, 跑步 App 成绩占10%, 理论占10%。而在混合式教学模式中, 为适应改革趋势, 对学生采用多元化考核评价, 将旧有的考核评价方案适当优化, 其中50米占10%、立定跳远占10%、仰卧起坐(女)、引体向上(男)占10%、个人带操+集体带操占20%、艺术表现占10%、在线个人

综合展示(照片、视频形式)占10%、线下跑步App占10%、平时在线测验、作业完成情况、互动及线下课堂表现占10%、线下期末体育基础理论测试、在线艺术体操理论测试、提问分享等占10%。采取网络与实践考核相结合的方式,将线上和线下、课内和课外相结合,将理论和技能相结合,将学习的过程和情感体验相结合,不仅注重理论和实践相结合,而且注重评价的内容更详细、更多元化、更全面。

### 三、混合式教学模式在艺术体操教学中的优势

#### (一) 提高教育教学质量和大学生的体质健康水平

混合式教学模式显著提高学生学习效果;课前学生通过观看视频提前了解本节课所学的技术和健身方法,课上进行针对性的练习,课后学生可进行回顾与反思,另一方面未掌握技术的同学可参考视频,加强训练,巩固自己的技术,提高技术水平;通过完成在线课程作业,督促学生复习巩固艺术体操技术,积极参加课外体育活动锻炼。在整个线上和线下的学习过程中,学生反复的实践、体验、在实践。为学生提供个性化指导,实现本课程的延伸与拓展。实验表明,混合式教学模式下,学生参加运动的时间有明显增加(见表2),巩固和提高了学生的动作技术,同时也提高了身体素质。

表2 新模式下参加体育锻炼的运动时长(N=229)

增加30min以上	增加30-15min	增加0-15min	没有变化
145	70	14	0
63.3%	30.5%	6.1%	

#### (二) 养成运动良好习惯,培养学生终身体育意识

混合式教学模式,特别是线下教学,使体育课外作业得到落实和保障。调查表明(见表3):传统教学模式下完成体育课外作业的情况不容乐观,而线上+线下混合式教学模式下学生体育课外作业的完成情况从原来的21.8%提高到87.3%,完成率有明显提高。

表3 体育课外作业完成情况(N=229)

	完成	偶尔完成	未完成
传统模式	50 21.8%	150 65.5%	29 12.6%
混合式教学模式	200 87.3%	20 8.7%	9 0.39%

线上课堂需要增强学生的自主学习意识,需要教师营造自主互助的学习环境。因此,线下课堂结束时,教师通过微信App教学质量管理平台发放随堂测评、随堂测验等,掌握学生对艺术体操技术、技能和健身方法的学习情况,对实现体育课程目标也是一种促进作用。通过学生的积极交流和作业,让学生积极表达和分享学习锻炼过程中的情感体验,营造积极热烈的体育锻炼氛围。通过微信群和学习通App学生提交的练习照片和视频,发现大部分学生都是结伴进行课下作业的完成和锻炼,同伴之间能相互进

行保护和帮助完成动作技术。在进行乐跑App打卡过后,绝大部分同学会根据教师布置的作业进行一些相关的弹跳练习、力量练习、平衡练习、伸展练习等。一方面激发了学生的学习兴趣,另一方面促使学生养成运动良好习惯。有利于学生终身体育意识的形成,使学生从观念上重视并热爱体育,学会有效管理自己的健康,把体育锻炼内化为日常生活中的一部分,这样即使学生离开学校环境后,仍能够成为独立、忠实的体育实践者和健康管理者。

### 四、改善艺术体操混合式教学模式的措施

#### (一) 提升教师信息化技术素养

在高校教育教学信息化改革大背景下,教师应熟练掌握学科理论与技能,灵活运用模式下多元的教学方法、与时俱进,不断提高自身的综合素养。高校体育教师不仅要不断地提高自身专业知识、技能等综合素质,还要具备善于挖掘、整理体育知识与技能的各种方式信息资源的能力;能够灵活运用信息技术,特别是在在线课程的建设与维护、线上教学活动的开展,科学合理利用网络教学平台,时刻站在学科前沿开展教学。这需要教师具备较好的信息获取、传输、处理和应用方面的能力。因此,不断提升高校体育教师的信息化技术素养非常必要。

#### (二) 出台新模式下的教师工作量核算政策

在教学中,在线作业辅导与批改、在线答疑、在线监督、在线纠正和科学指导学生进行体育锻炼、在线课程资源库的建设、开发等,都是在课外的时间进行,教师需要投入更多的精力与时间。因此,学校除了精神上的鼓励之外,还应在物质上经费支持,用于先进的设备和合理的技术支持,同时,因建设混合式教学模式而产生的教学科研工作量应该予以准确核定,并形成规范的制度,从而激发教师进行混合式教学模式改革与实践的动力。

#### (三) 优化合作模式,加强课程团队建设

体育项目的内容丰富多彩,根据项群理论,具有相似特征、相似学习要求的运动项目可以建立团队进行比较研究,共同发现项目的共同特点和教学规律。因此,在体育教学中,一些相似或相近的项目可相互借鉴,共同发展。在进行在线课程的建设时,特别是课程的录制、剪辑、编排等方面,相近项目成员需要团队协作,共同研讨改进工作和协作方式。

#### 参考文献:

- [1] 李卫东.现代学校艺术体操[M].武汉:湖北科学技术出版社,2007:2-3.
- [2] 王爱春.体育课程混合式教学模式的构建与实施[J].衡水学院学报,2017,19(4):31-33.
- [3] 杨小燕,蒋苏,朱永振.基于微课的翻转课堂在高校体育教学中实施可行性分析[J].南京体育学院学报(自然科学版),2016,15(04):107-111.
- [4] 王晓琪.基于MOOC+SPOC的高校体育舞蹈混合式教学模式研究[D].山东体育学院,2020.