# 科技赋能：体育教学的高质量发展之路

熊阿凤　雷伟 *
湖南交通工程学院　湖南衡阳　421001

**摘　要：**随着科技的发展，信息技术、智能产品、虚拟技术等新科技正慢慢渗透到各行各业中来，学校体育课作为提升学生的综合素养和强身健体的重要组成部分，也不能置身于科技发展的浪潮之外。本文分析了当今科技应用于学校体育课发展的现状，同时对现状带来的影响进行阐述，最后就如何利用科技这一方式来推动学校体育教育良好发展提出建议。结合相关的事例和理论研究，给出了科技推动大学体育发展的可行方式，也为我们将来大学体育教学改革提供了全新方向。

**关键词：**现代科技赋能；高等学校体育；高等体育

## 引言

在新形势下，必须注意到美育和思政教育的协同，这也是培养德、智、体、美、心全面发展的一代人。而且，美育是提高学生艺术修养的重要途径，也可以用美育来激发学生的情感、思维活动。另一方面，思政教育是以思想政治观念核心，对于学生的影响力强调价值理念。美育和思政教育相融合，也可以培养出更多具备社会主义核心价值观的当代人。因此，研究出美育和思政教育协同性，实现怎么利用美育促进思政教育，建立符合新时期的教学系统是现阶段教育改革的重要问题。

### 1. 虚拟现实与增强现实技术在体育教育中的潜力

随着近年来高科技技术的发展，VR 技术和 AR 技术展现了极大的效能，并在大学体育课堂上逐渐被运用。通过这两项技术，学生可以在虚拟化的环境里进行运动练习，从而解决了传统的体育教育所面临场地、天气条件和时间的限制性问题。例如，使用 VR 技术可以模拟出多种运动场景，例如滑雪、爬山等，使学生在没有运动真实场地上进行运动练习。这种全方位的感观体验可以激发他们的运动积极性，此外，通过此种方式可以让学生在没有危险的情况下去练习技巧。而 AR 技术可以在现实环境中叠加虚拟化的物品来帮助学生更深刻了解他们的运动感受。例如，戴 AR 眼镜的学生在进行跑步等动作时，可以看到瞬时数据，如步频、心率、卡路里等，这样可以让他们更加直观地感受自己的运动状态，并且在学生运动过程中 AR 技术可以立刻调整其行为状态，保证运动有效性。尽管 VR 技术和 AR 技术在大学体育课堂上的运用刚刚起步，然而随着时间推移及技术的进步，相信 VR 技术及 AR 技术对学生体育课堂的影响程度将越来越大。

### 2. 科技与体育教师发展相结合的趋势

科学技术逐渐向教育领域渗透，尤其是对于体育教师这样的教学人员的职能带来了极大的改变，教师不仅仅是教师，还要作为技能型人才，熟悉科技、教育相结合的专业教育知识。首先，体育教师要熟悉各类科技辅助资源的使用，例如多媒体教学材料、视频分析软件以及智能设备等，提高课堂的交互度与有效性。其次，要掌握基于数据的学生成绩、反馈分析模式，用于区分针对单一个体的不同引导措施。面对这样的转变，一些本科院校已经大力推行体育教师的科技能力培养，例如有些校方开展各类科技性培训项目，帮助体育教师学习各种智能设备使用技巧，从而提高体育教学过程中使用的科学技术含量。同时，体育教师也要积极投身探索一些创新型的方式运用到体育教学当中。因此，将科学技术应用到体育教师的发展中不仅是出于提高教学效率的要求，更是其自身发展所必要走的路。未来，体育教师将成为体育技术和体育教育之间的桥梁，促进大学体育教学不断发展。

### 3. 科技赋能高校体育教学的路径与策略

#### 3.1 构建数字化体育教学平台

在信息技术的快速发展下，建设数字化的学习系统已成为高等学校体育教学的重要手段之一。该系统不仅能为学生提供便捷高效的网上学习材料，还能为教师提供及时的教学反馈信息。教师可以利用平台提供各种教学视频、运动指导和保健信息等以满足学生。这避免了传统课堂的

上课时间和空间限制，增加了学生学习的自主性和灵活性。此外，它还根据学生的学习情况和接受程度给出有针对性的建议，以确保学生能够根据实际状况进行有针对性的学习。而且也可以通过智能设备获取学生们的运动数据后生成报表，以此让教师根据不同情况进行教学手段的调整，从而更加精确有效地教学生们学习知识。为此学校应该加强其硬件支撑，加大投入的技术费用，以促进并维持这类系统的应用以及发展。

3.2 推广智能化体育教学设备的使用

以高科技器材为基础开展高校体育教学，是对器材的有效利用，不仅能使学生采用个人化运动训练，还能够帮助教师增加教学效率和管理水平。例如，使用智能体征手表、体征手环等器材可以实时记录学生心率、运动负荷、消耗卡路里等数据，让学生根据身体健康程度调节运动强度以确保运动安全和高效。而智能器材则会自动调节运动负荷，使学生能够更好地在重量运动时获得个人健康的最佳结果。此外，此类设备还可将运动数据实时反馈到教学系统上，从而为教师提供有效信息，他们可根据学生运动数据编制出个人化的科学运动项目。高校应推进此类数字技术的应用，在其与传统器材相结合的过程中，创造出丰富的教学方式，以此提升高校体育教学的技术化水平与差异化水平。另外，还应增强教师对此类设备的熟练操作与使用训练，加强教师对于设备的应用操作能力、器材的操作能力和数据的分析能力，从而更好地推广此类新兴技术在高校体育教学过程中的应用。

3.3 创新体育教学内容与形式

大学体育教学必须要在科技的帮助下不断革新优化体育课程设计以及教学方式以契合时代的发展需求。传统的体育教学通常为最基本的身体素质技能，而且内容简单，教学方式单一，无法与时代接轨。但是，随着信息技术的快速发展，越来越多的元素可以融入体育课堂教学，如将虚拟现实（VR）、增强现实（AR）等先进技术应用于其中，让原本无趣无味的体育课堂更加生动有趣。使用 VR 可以让学生在虚拟环境下进行各项体育技能的学习与练习，对于一些需要特定场地和设施的体育运动，这项打破时空限制的做法是很合适的。AR 技术也能够让体育学生在学习与运动时拥有更多的参与感和互动性，如戴上 AR 眼镜同步看到一些运动指标或动作指导，更好地帮助其学习并完成各项运动。

3.4 加强师生科技素养的培养

高等体育教育的改革和改善不仅仅与体育设施的更新和使用科技类手段相关，还与相关的教师和学生自身的科技水平密切相关。针对此，高校应该从各个方面培养自身的教师和学生自身的科技水平，尤其需要重视培养他们自身对于相关科学技术和现代化器械的使用能力。首先，高校体育教师需要接受专门的技术知识培训来提升他们自身的技术能力，并学会熟练运用视屏分析软件、数据搜集系统和科学仪器等进行教学辅助。其次，也需要高校体育教师注重培养学生对于相关科学技术方面的知识和教育，帮助学生认识并了解体育领域中的科技手段使用方法，以此来提升学生对于智能化设备和网络系统平台使用的操控能力。其中，高校中还可以针对此内容组织特定的技术培训班，聘请专家和教授举办讲座与实践示范，辅助高校教师了解掌握当下较为前沿的技术教学手段和相关科技。与此同时，也要激励高校教师努力地进行科技创新和研究，将创新教学思维应用到日常工作和教学当中，为学生提供更加高效、现代化的高等体育教学。只有多方面地促使高校中教师和学生的科技认知有所提升，才能更好地实现科学技术与体育教学的高度衔接，并在一定程度上提升高等体育教学的质量。

3.5 数据驱动的体育教学管理与评估

数据驱动下的管理与评估是一种重要的策略，是将科技创新能力赋予大学生体育教育的重要方法。通过对学生锻炼行为进行数据的收集、分析和处理，教师能够更加精确地了解学生锻炼状态、监控学生锻炼行为以及制定个性化教学方案从而提升教学效果。课中教师可以借助智能工具实时获取学生锻炼数据，包括运动强度、心率、运动时长等信息，并通过分析数据对学生每次的锻炼行为进行监控。基于数据的管理不但有利于教师全面掌握学生锻炼成效，同样可以为教学改革带来重要参考。高校应健全体育课堂教学的数据管理系统，对所有学生的学习运动数据加以整合和分析，便于教师根据数据呈现的情况对学生进行调整内容和节奏。数据驱动的评测同样能够增强学生的自控学习意识和目标设定能力，学生能够通过分析自己的数据，了解自己的健康状况，做出科学合理的锻炼选择。

## 4. 结语

协同发展的美育和思想政治教育是目前教育发展的必然趋势。将美育融入思想政治教育当中，可以有效培养学生的艺术修养，无形中塑造学生的社会责任感和价值观。建设以美育为基础的思想政治教育体系顺应了时代要求，也有利于实现塑造品德高尚、知识丰富、体魄强健、审美能力良好的社会主义建设者和接班人的培养目标。未来应当继续研究如何将美育与思想政治教育结合起来，探索新的教育教学模式，为培养德智体美劳全面发展社会主义建设者和接班人奠定更加坚实的基础。

**参考文献：**

[1] 张华 ; 李雷 . 科技赋能下的体育教学模式创新研究 [J]. 体育科学研究 , 2023(7): 48–52.

[2] 王晨 ; 陈伟 . 信息技术在体育教育中的应用与发展 [J]. 教育技术学报 , 2024(3): 18–22.

[3] 刘娜 ; 孙磊 . 数字化技术助力体育教学的效果分析 [J]. 体育教育学报 , 2023(10): 30–34.

[4] 赵静 ; 李琳 . 基于人工智能的体育教学质量提升路径 [J]. 现代教育科学 , 2024(6): 12–16.

[5] 张鹏 ; 王霞 . 体育教学中的虚拟现实技术应用 [J]. 教育与科技 , 2023(8): 55–59.

**作者简介：**

熊阿凤（1986.10—）女，汉，湖南湘乡人，硕士研究生，副教授，湖南交通工程学院  体育教研室主任，研究方向：体育教学与运动训练研究。

雷伟（1995.9–），男，汉，湖南常宁人，本科，助教，研究方向：体育教学与运动训练研究

通讯地址：湖南省衡阳市蒸湘区湖南交通工程学院