

# 高中体育教学中翻转课堂的应用

龚 潇

重庆市江津中学校, 中国·重庆 402260

**【摘要】**翻转课堂和传统的教学模式相比,能够极大地调动学生学习的兴趣,促进其探究协作以及自主学习能力的提高。而高中体育教学中翻转课堂的应用,使得体育课程的教学质量以及学生体育学习的能力都得到了有效提升,具有重要的实践价值。基于此,本文从转变高中体育教学的理念;课前——通过多样化的微课视频促进学生自主学习能力的提升;课中——通过多样化的互动促进知识的内化吸收;课后——通过综合性的评价巩固夯实所学技能四个方面提出了高中体育教学中翻转课堂应用的策略。

**【关键词】**高中; 体育教学; 翻转课堂; 意义; 策略

随着世界各国间文化交流的越发深入,国外的很多教育理念传入我国,并创新性地运用到各类教育教学活动中,取得了良好的教学效果。作为21世纪传入我国的一种先进教育理念,翻转课堂的教育思想因其所具有能够极大地凸显学生主体地位、培养学生的自主探究能力等多元化优势,在我国教育教学中受到了普遍的欢迎,特别是随着我国教育信息技术的快速发展,翻转课堂在很多课程中的应用让原本枯燥无味的课堂变得生机勃勃,受到了广大师生的广泛认可。同样,翻转课堂的应用,也为高中体育教学模式改革指明了方向,提出了一条新的发展路径。

## 1 转变高中体育教学的理念

翻转课堂教学模式下,教师角色发生了较大的改变,教师不再是知识的灌输者,学生也不是被动地接受者,课堂教学不再是单向的传输过程。作为教师来说,要在借助信息技术的帮助下,对传统教学理念加以转变,与全新的教学环境相适应,成为学生知识学习的引领者,指导学生进行学习,真正地将课堂还给学生,通过和学生的互动交流而对其潜能进行挖掘,培养其自主学习的能力,调动其主观能动性,促进其思考和问题解决能力的提高。

## 2 课前——通过多样化的微课视频促进学生自主学习能力的提升

课前学生的自主预习是高中体育翻转课堂教学模式得以实现的首要环节,能够极大地影响翻转课堂实施的效果。首先,课前,作为体育教师来说,应该结合高中生的心理特点、身体素质以及学习状况等诸多实际要素选取适当的教学内容,制作出精炼短小的微课视频,利用网络平台下发给学生,让学生通过观看视频,对所学内容进行初步的了解,明确自身在利用视频进行课前预习中所存在的问题和疑惑,从而在课堂学习中可以更有针对性的听讲和学习。在课前的预习环节当中,教师要投入较多的精力帮助学生搭建学习的框架,使学生可以利用视频的观看以及和同学间的讨论对找到问题,从而促进其自主学习能力的提升。其次,在设计视频的内容时,教师应该基于不同高中学段的认知,确保所制作的微课视频和学生的生活实际紧密相关,只有这样才能更好地调动学生课前学习的积极性和热情,引导学生投入到学习情境当中。比如,针对高一新生的体育教学,应该以奠定扎实的基础,提升学生自信、培养学生养成良好的运动习惯等作为教学目标;而针对高二的学生,则应该以增强其体育学习的兴趣和课堂参与度,掌握运动的基本技能和方法、培养自信心和集体意识等为主要教学目标……再次,就微课视频的时间来看,为了确保视频内容更容易让学生理解和接受,教师要确保视频时长在10分钟左右,如果视频过长,就会让学生感觉冗长无趣;视频太短则会无法更好的呈现所授知识,因此,课前微课视频的制作是体育教师翻转课堂教学应用效果的重要影响要素。

## 3 课中——通过多样化的互动促进知识的内化吸收

需要注意的是,教师在任务下达之前,应该充分了解学生基本的学习状况,结合学生课前对微视频观看后的反馈对教学设计进行充分的规划,再进行课堂学习任务的布置。但是,因为学习能力、身心素质方面的不同,作为体育教师来说,在翻转课堂教学模式应用的过程中,还应该充分考虑学生学习的个性化需求,对学习任务进行科学地制定,从而确保体育学习具有方向性和目的性。而为了更好地确保课堂学习任务的达成,教师可以通过多样化的互动方式,强化学生间的合作能力以及团队意识的培养,促进其知识更好地内化吸收。比如,在课堂教学中,教师要对乒乓球扣球这部分内容进行教授,课程导入时,教师播放了两分钟左右的国乒队员扣球的视频集锦,极大地调动了学生的情绪和激情,此时教师再结合学生的身体素质以及性别等,按照不同的层次对学生进行小组划分,让学生进行层次的自主选择。最后再通过比赛的方式让不同的小组在所规定的时间中完成五十个球扣球四十个的任务目标。这样不但可以极大地提升学生的竞争意识,还能够增强其责任意识、团队合作能力,促进知识的内化吸收、学习质量和训练效果的提升。

## 4 课后——通过综合性的评价巩固夯实所学技能

教学评价是教学活动中的重要环节,同样高中体育翻转课堂的实施,也要充分的重视通过教学评价巩固夯实所学技能。作为体育教师来说,应该改变传统的教学评价方式,将学生的学习态度以及平时表现纳入考核评价当中,保证评价方法更为规范与标准化,确保评价所具有的作用得以充分发挥。为此,在实际的评价过程中,体育老师不仅应该基于高中学生的发展状况和需求,还要让学生也作为评价的主体参与其中,通过生生互评以及师生互评等保证评价主体的多元化,确保评价的真实客观。此外,体育教师还要强化和学生间的沟通交流,对其课后练习中所存在的问题及时加以纠正,使课堂所学技能得以夯实巩固,促进其整体素质的提升。

## 5 结语

总之,对于高中体育教师来说,在其教学翻转课堂模式的实施过程中,要在改变其教学观念的前提下,充分重视课前微预习和课堂教学中的多元化互动,以及课后的综合性评价,从而让翻转课堂的教学效果更好地实现,促进学生的综合发展。

## 参考文献:

- [1] 辛汝宏. 浅谈翻转课堂教学模式在高中体育教学中的应用[J]. 学周刊, 2020(31).
- [2] 陈良锋. 翻转课堂在高中体育教学中的应用探讨[J]. 考试周刊, 2019(18).
- [3] 庞晓伟. 浅谈翻转课堂教学模式在高中体育教学中的应用[J]. 2016(3).
- [4] 李欣蓉. 翻转课堂模式在高中体育教学应用研究[D]. 山东师范大学, 2016.