

# 突发事件下的公体课线上教学方案

## ——以篮球课为例

刘彦博

黑龙江科技大学体育部, 中国·黑龙江 哈尔滨 150022

**【摘要】**2019年末开始,原先不温不火的线上教学突然闯入了国人的视线。在疫情的助攻下,线上教学已经成为了老师必备的能力。受突发事件影响更大的公体课同样面临着线上教学的改革。本文在讲述论文研究的背景意义的基础上,对突发事件、公体课进行了概念阐述。同时,指出了公体课的线上教育面临的现实困境。最后,对公体课线上教育的方案进行了实践探索。希望本篇论文能给同行的线上教育带来一定的参考价值。

**【关键词】**突发事件;公体课;线上教育

**【课题】**基金项目:黑龙江省教育科学规划2021年度重点课题(GJB1421098).黑龙江省教育科学十四五规划2021年度课题研究成果。

### 1 绪论

#### 1.1 研究背景

教育是立国之本,身体是教育之根。只有广大学生拥有强健的体魄,良好的身体素质,才能更好的学习知识,成长为国之栋梁。然而,在应试教育的影响下,“唯分数论”是学生以及家长学习的风向标,这就导致仅仅体育教学不被重视。同时,在日常体育教学中,因为许多突发事件,导致公共体育课程被取消,这种状况下,学生体育锻炼的机会就更加少了。为了增强学生体育锻炼的时间,为了减少体育锻炼的意外停课,线上公共体育教学就是应对突发事件下体育课程难以进行的好办法。本文以篮球课的线上教学为案例,为公共体育课应付突发事件,提供了更多的建议。

2019年的新冠疫情让中国人民长时间在家抗疫,直到今年,有的地方也是不时面临停课的状态。学生集体上课的困难,让线上教学应运而生。可以说它已经已经成为了一种常态化教学方式。数学、语文、音乐等一些理论课程的线上教学实施起来的难度较小。而对于体育课程来说,通过运动锻炼学生身体,在线上教学似乎实施起来有一定的难度。但是,不可否认,线上教学是解决突发事件下公共体育课被停课的有效方法。所以,在实际教学中老师要认真研究,创新教学方式,实现公共体育课程的线上教学模式。这样有利于培养学生积极锻炼身体的意识,有利于改善学校对体育课是“副课”可有可无的态度,有利于家长有意识锻炼孩子身体的行为的培养,也有利于学生的劳逸结合。本文以篮球课的线上教育为例,对公共体育课线上教学的方法进行探索研究,希望为其他体育项目的线上教育方法提供一定的参考。

#### 1.2 研究的意义

对共同体育课线上教学方式的研究,有利于解决突发事件下,学生无法上体育课程的困难。能够让公共体育课程的教学目标顺利进行。也能够对现实中公共体育课程线上教育提供一定的参考价值。同时,该研究也能提高体育教学应对突发事件的能力。因此,该研究对公共体育课教学的改革、对提高学生身体素质,增强学生锻炼身体的意识方面有一定的意义。所以,从以上几方面来说,对公体课线上教学方式的研究是具有现实意义的。

从理论上来说,本论文的研究方向是对现阶段国内公共体育课教学改革理论研究的一种补充和完善。首先,从目前来看,因为线上教学在最近一两年才逐渐走进实际的教学中,所以国内学者对这方面的研究非常少。其次,本课题设定了突发事件的背景,这是对学校教学应对突发事件的理论补充。最后,论文对篮球课程线上教学案例的设计是对当前篮球课线上教学有一定的理论指导意义。所以,这篇论文的研究在理论方面是具有意义的。

#### 1.3 研究方法

##### 1.3.1 文献研究法

论文写作初期,主要通过校图书馆相关内容资料的查阅,以及网络上相关资料的浏览和搜集,了解近年来关于体育线上教学的基本情况。主要近几年的理论研究为主。对它们行比较分析,为后期的个案研究提供充足论据,也有可以比较的对象。

##### 1.3.2 访谈法

在线上教学案例设计方面对体育老师和学生进行走访,听听对线上教育的看法。通过交谈设计出符合学生需求的篮球课线上教育方案。

##### 1.4 相关概念

线上教学,就是在信息技术的支持下,通过老师的录播、直播等方式完成的远距离的教学方式。线上教学能够打破传统教学的时空限制,能够建立良好的师生沟通关系的诸多优点,但是线上教育也有一定的缺点。比如学生学习的效率较低,老师对学生的监督力度不够等缺点。在现实的线上教学中,要严格控制视频课程的时间,以免影响学生学习的效率。公共体育课的线上教学,就是要实现老师和学生在不同空间范围进行的体育教学目标。

突发事件,从广义上来讲是指突然间发生的,没有预警的可能会造成的社会危害的事件。比如自然灾害、公共卫生事件等。在本篇论文中所指的突发事件,除了以上事件外,还指学校内在室外体育课堂上发生了没有事先准备的事件使得学生和教师不易见面,无法进行现实的体育教学的事件。比如疫情等。

### 2 线上公体课教学面临的挑战和困难

#### 2.1 公体课线上教学的教学目标实现难度大

线上公体课进行的前提是,老师和学生无法在同一空间内实现体育教学的内容。因此,教师才选择进行线上教学的方式。但是,线上公体课教学,面临着教学目标实现难度大的现实。主要表现在以下几个方面:一是,线上教学达不到公体课教学锻炼身体的强度。公共体育课的主要教学目的就是要锻炼学生的身体。而身体的锻炼是需要一定的强度来支持的。在线上教学中,学生一般采用电子设备老师的教学内容。而电子设备一般也只应用于室内。室内对于体育锻炼来说不是一个好的环境,也容易对他人造成影响。因此,诸多因素导致线上教学的督阿娘强度不够,就没有达到锻炼身体的教学目标。二是,线上教学,导致一些教学内容无法实施。在公共体育课上,一些体育项目是无法实施的。比如球类的对抗训练在线上教学中没有实现的条件。对抗训练需要学生分组完成训练,但是线上教育都是学生单独一个在在独立的空间内完成。因此,对抗训练的实现就没有了可能。三是,无法实现老师对学生的实际指导。在公共体育课上,标准的动作要

领更能达到锻炼的目的。但是线上公体课,老师和学生存在着空间上的距离,无法实现对学生动作的纠正。即使语言进行语言纠正,但是因为学生个体理解的差异性,完成的效果也不佳。因此很难达到标准的教学目标。

### 2.2 公体课线上教学的监督存在困难

目前的公共体育课程上,实现线上教学的方式有两种。一种是录播教学,一种是直播教学。就录播教学而言,学生可以根据自己的意愿和时间选择学习公体课的教学内容。因为每个学生个体情况的差异,老师很难对学生的进行学习进行监督。老师只能看到学生学习了录播课程没有,而不知道学生的学习效果,所以对学生学习的监督更是无从谈起。对于直播课而言,老师能通过屏幕了解到每个学生当时的学习情况,但是因为距离的原因,老师的威慑力大大降低。所以有许多学生会敷衍了事,进行应付式学习。所以,在公体课线上教学中,老师的监督是存在缺失的。因此在现实的线上教学中,老师应该尽量实现对学生学习的监督。对于录播课,老师可以通过视频打卡、学习时间、在线互动等一些硬性规定来完成对学生的监督。在直播课中,老师可以与家长沟通,联合家长监督学生学习情况。实现学习效果的提高。

### 2.3 公体课线上教学的效果较差

线上公体课教学因为种种原因教学的效果较差。主要有以下几个方面的原因在公体课线上教学的过程中,教学效果受到外部客观条件的影响过大,教学效果具有不稳定性。首先,线上教学,尤其是线上直播教学,严重依赖网络技术和硬件设备的影响。一旦出现断网或者信号不稳定的情况,直播教学将无法继续进行。学生的教学内容就会中断。及时下次补上,学习的效果也会大受影响。另外,学生家庭设备的差异性,也影响学生听课的效果。有的学生使用好的手机学习的效果就会较好,使用较差的手机学习的效果也会大受影响。其次,公体课线上教学受外界学习环境的干扰较大。在传统的公体课教学中,老师能在一个固定的室外场所对学生进行管理。而线上教学一般都在家庭中学习公体课。学习容易受到家人和家庭环境氛围的影响。比如家庭在进行聚会时,学生在学习公体课,当然思想的注意力就不在学习上。最后,线上教学受学生自主学习习惯的影响较大。在线上教学中,有线上直播教学。但大部分都是线上录播教学,在这个过程中,学生需要自主选择学习的时间和环境。对于自制力差的学生来说,学习的效果可想而知。

## 3 突发事件下篮球课的线上教学方案设计

### 3.1 教学背景

因为新冠疫情的影响,学生进行居家隔离,无法实现公体课面对面教学。所以,为了不耽误学生的课业,为了保证疫情期间学生身体健康,相关老师通过线上教学的方式实现篮球课的教学目标,达到锻炼学生身体的教学目的。

### 3.2 教学目标

- (1) 学生熟练掌握三步上篮的技术要领
- (2) 学生掌握带球过人的技术要领
- (3) 学生掌握一些篮球的理论知识
- (4) 学生完成锻炼身体的教学目标

### 3.3 教学难点

以上教学目标在传统的公体课中并没有多大的难度,而对于线上教学来说因为缺乏老师的现场指导,再加上没有专业的监督,很难实现。比如三步跨蓝的技术,需要学生实际的训练,通过老师的专业指导,才能实现动作的熟练掌握。对于带球过人的掌握,需要学生通过双人或者多人对抗,经过老师的指导,才能掌握技术要领。而线上教学无法实现没有实现这些的条件。本次篮球课通过3个教学课时,制定了一些方案解决了

篮球课线上教学的技术难题。

### 3.4 教学过程

#### 3.4.1 录播课

本次篮球教学总共制定了2次录播课视频。首先,老师在篮球场对三步上篮的动作进行录播讲解,时间为15分钟。该教学视频主要包括以下内容:一是老师通过分解动作讲解了三步上篮的技术要领。二是,老师对学生三步上篮的错误动作进行了示范,并对此进行纠正。第二次录播课是对带球过人的技术进行示范,时长为15分钟。老师特意邀请了一个人,共同完成动作技术的讲解。该视频主要包括以下内容:一是,讲解和示范带球过人的动作要领。二是,示范讲解带球过人的错误动作,并进行纠正示范。三是,示范讲解带球过人在篮球比赛中那些行为是犯规的,帮助学生了解篮球常识。最后,对学生的课后练习提出要求。一是,寻找适合的场地视频纪录学生完成三步上篮、带球过人的动作。总共视频打卡三天,每次不少于15分钟。二是,要求带球过人最好和爸爸等男性家长共同完成。促进和谐家庭环境的形成。三是,搜集网络上篮球比赛资料,观看运动员二个动作如何完成的。

#### 3.4.2 直播课

本次直播课程分为3次,每天一次。每次课时为45分钟。

第一天教学过程:首先带领学生进行5分钟的热身运动,要求每个学生在安静的场所跟着老师的示范动作完成五分钟的热身。达到一定的锻炼身体的效果。在热身动作的选择上,老师选取了活动范围较小的动作进行示范。这样既能达到锻炼的效果,也不会对其他人造成影响。其次,进行三步跨栏的动作要领讲解。针对学生第一天视频打卡的情况,点名纠正一些学生的错误动作。对其错误的地方进行讲解。使得学生都能够掌握技术要领。最后,组织学生光看了姚明篮球比赛的视频资料。在学生看完后,让学生对姚明在赛场上的表现进行评价。

第二天教学过程:首先带领学生进行5分钟的热身运动,选择和第一天重复的热身动作。达到每天锻炼身体,保持健康的目的。其次,进行带球过人的讲解。完成讲解后,对于学生在实际带球的过程中存在的困惑进行讲解。同时对第二天视频打卡的内容进行纠错。今天要求学生针对三步上篮和带球过人的动作进行自我讲解,看学生是否真正理解动作的要领。最后,对姚明的生长经历、比赛经历、获奖状况,进行讲解。引导学生学习姚明坚韧不拔为国争光的爱国精神。

第三天教学过程:首先,带领学生进行热身运动,今天的热身动作以篮球为媒介进行。通过热身达到锻炼身体和熟悉篮球的目的。其次,今天的教学是在室外进行,老师通过和协作者的合作,完成异常二人篮球比赛。通过连贯的实战动作。让学生了解这两个动作的要领和重要性,最终达到让学生熟练掌握这两个篮球动作的目的。最后,要求学生就二人篮球赛中的动作和技术进行评价,发表自己的看法。

## 4 总结

综上所述,在线上教学已经成为其他学科基本教学手段的时期,公体课也应该改变思路积极创新,实现公体课的线上教学。同时,公体课线上教学也是应对突发事件带来影响的重要手段。

### 参考文献:

- [1]叶刚.学校体育课程线上教学设计与实施——以篮球运动为例[J].科技资讯,2020,v.18;No.600(27):129-130+133.
- [2]潘建芬.多维目标单元教学设计和实施——以篮球体前变向换手运球为例[J].体育学刊,2019(3):115-120.

作者简介:刘彦博(1980.9-)男,汉族,黑龙江哈尔滨,硕士,讲师,研究方向:体育教育学。