

微课教学在高职体育"运动损伤救护"课程中的应用研究

王 秀

(甘肃畜牧工程职业技术学院 甘肃 武威 733006)

摘 要:微课与传统课程相比在时长,以及所涉及教学内容方面都是要更精细化,常常在讲解单一知识点,或者知识难点时使用。在高职体育课程体系之中,运用损伤救护课程的内容整体较为复杂,涉及到大量运动医学的概念。对教师来说,想要不断提高该门课程的教学质量,就需要借助于新的教学方法,以及更加丰富的教学方式来帮助不断增强学生的学习兴趣,要借助于微课来帮助学生可以更系统地认知并学习与运动安全救护相关的知识技能,促进高职学生安全意识的进一步提升。

关键词:微课教学;高职体育教学;运动损伤救护;课程应用;应用研究

引言

当前,我国在微课方面的内容呈现形式是比较单一的,主要是PPT教学,教师在实际教导学生课程内容的过程中,将已经制作好的PPT进行播放,并与自己的讲解进行结合,从而达到提升课堂教学效率的作用。但实际上这种在课堂上的应用是比较狭窄的,且能够为学生带去的学习帮助也是极为有限的。高职体育作为高职院校课程建设过程中极为重要的组成部分,主要目的是为了帮助学生提升身体以及心理健康水准,帮助学生在体能以及体魄方面可以达到其职业发展的需求。再者在实际进行学生体育教学的过程中,还应该帮助学生熟练掌握一部分与职业疾病预防相关的健康知识,要帮助学生明白运动过程中可能会出现的一些意外,以及这些意外应该如何应对,保障学生运动过程中的安全性,也不断增强学生的锻炼意识。在实际开展高职体育教学工作开展的过程中可以将微课教学的方式应用在高职体育运动损伤救护的课程教学中,帮助提升该课程的教学质量,也促进学生运动保护能力的提升。

一、国内外有关微课的研究现状

(一)国外研究现状

微课出现的初衷其实是为了实现化学知识的进一步普及。1993年美国的一位大学教授提出了微课的理念,期望借助于微课来帮助并不是专业科学工作者的个体可以对化学知识有一定了解,从而帮助将化学知识应用到更多不同领域中。其后,微课逐渐发展,到了1995年,英国的一位教师提出建议,由自己的学生针对某一特定主题开展演讲,演讲的时间被限制在一分钟内容,期望学生通过这种实践去掌握一定的核心技能,从而更积极地去面对不同社会科学知识的发展,促进学科知识之间的交叉融合^[1]。但此前这些行为或者理念虽然有微课的身影,但直到2008年微课的概念才被正是提出,并应用在了线上的课程教学中。对这一概念进行具体释义的是美国的一位高级教学设计师,对方认为,所谓的微课主要是一种建立在极为简明主题上的教学内容,是以关键的概念或者知识点为核心内容的精简教学,整个微课教学是以线上学习为载体来开展的,借助于声音或者是视频来进行教学的指导,而微课的时间也被限制在60秒以内。在微课的概念被提出之后,该教学设计师的同事们在其自身的教学中应用了微课教学,发现微课教学的应用明显帮助提升了学生的自主学习能力,还能够促进学生对于相关知识概念的进一步理解,对于学生的思维以及解决实际问题的能力有着极大的锻炼。而也正因为这些教学助益的发现,微课这种教学形式才有了越来越好的发展。

(二)国内研究现状

国内关于微课的概念是在2011年才有的,广东佛山教育局的研究员胡铁生先生提出了在进行新课标教学实践的过程中,可以将教学视频作为主要载体,并针对教学过程中的某个知识点或者相应的教学环节去开展针对性的教学,这一过程中教学资源实现了最为有效的组合,对教学质量的提升是有着极大帮助的^[2]。微课教学的核心是课堂中的一些教学视频或者课例片段,与此同时还包含了与课程教学主题相关的一系列素材,课件,有关于教学的反思,学生要开展的一些练习测试等等,这些都能够成为微课的素材,也都能够为教师的实际教学提供资源上的支持。

从某种程度上来讲,可以将微课理解为一种新型的教育资源,这种资源在形式上与传统教学存在一定区别,主要特征表现为主题更加突出,也更短小精悍,在交互性方面要比传统教学资源好很多,且在实际应用过程中的应用范围是极为广泛的。到目前,微课已经在整个教育界取得了比较广泛的关注,也受到了很多教育工作者的认可,这为其在整个教育领域的进一步传播与应用提供了极大的便利。但在实际高职体育教学的过程中,微课的应用还是比较少见的,尤其是在体育相关的教学中,多数高职院校采用的仍然是比较传统的教学方式,这对于高校体育相关教学的进一步推进其实是有一定限制的,因此还需要积极突破创新,勇敢尝试对新的教学方式的应用,帮助高职体育教学可以更近一步。

二、微课教学在高职体育运动损伤救护课程中的应用必要性

(一)可以帮助提高学生的生命安全意识

在实际开展运动损伤救护课程的过程中,必须要严格遵守以人为本的教学理念,要本着健康第一的发展要求,在提升学生体质健康水准的同时还需要不断促进学生身心健康的进一步发展。在教导学生体育技能的同时还需要帮助学生培养终身运动的意识,要不断提升学生对于运动的兴趣。当然,在引导学生运动的同时还需要不断强化对学生的生命安全教育,要帮助学生在后续学习或者生活过程中,一旦遇到运动损伤或者其他的突发性事件,可以更好地进行应对,及时保护自己及他人,成为拥有更高生活技能的劳动者^[3]。而将微课的教育方式应用在学生的运动损伤救护课程中,可以帮助学生对相关的知识技能有更进一步地了解,这对于提升学生的自我保护能力是有着极为重要的作用的。学生只有先一步意识到了运动过程中可能会出现损伤意外,在实际运动过程中才能够进行更好的防护,这是提升学生生命安全意识的重要保障。

(二)帮助学生提前掌握运动损伤救护技能

在实际开展教学活动的过程中,教师必须要及时更新其教学理念,要能够将新的教学方式融入到实际的体育课程教学中去,并

不断进行改革创新。要能够积极利用当前先进的多媒体技术,不断帮助提升学生对于体育运动损伤救护课程的学习兴趣。运动损伤救护是高职体育教学中极为重要的教学内容之一,是一门将学生的生命安全教育与自我救护技能训练进行结合并融入到日常体育教学中的课程,通过该课程的教学,能够帮助学生积极储备掌握相关的技能,拥有更强的运动损伤防护技能,在救护能力方面也更进一步。

(三) 进一步帮助凸显高职体育教学的特色

传授学生有关于运动损伤救护相关知识的过程中,除了要帮助学生增强其身体素质之外,还要求帮助学生可以在实际进行体育知识学习的过程中能够获得一些有关于体育锻炼的常识,储备一些特殊的技能,从而为其今后的工作发展奠定坚实基础。高职院校在实际进行学生体育运动损伤救护相关知识教学的过程中,必须要能够充分调动学生对于相关技能学习的积极性,要真正凸显出高职体育教学的特色。而对微课教学的应用就是在帮助更好落实相关教学,更有助于凸显高职教学的特点,也帮助学生有更积极的成长。

三、微课教学应用在高职运动损伤救护课程教学中

(一) 确立研究对象

在应用微课组织开展运动损伤救护课程教学的过程中,可以选择高职院校中大一以及大二年级中随机的两个班级为实验对象,并进行班级编号,前者为实验班,后者则为对照班^[4]。要明确的一点是,研究对象在确立之后为了保障所有实验数据的准确性以及这是性,要隐瞒学生作为实验对象的事实,避免学生主观心态变化对整个教学可能产生的影响。

(二) 明确研究方法

教师在选定实验班以及对照班之后,针对实验班的学生,日常进行运动损伤救护课程教学时可以采用微课教学的方式来开展,而对照班的学生仍然采用传统教学方式开展之前,可以通过问卷调查的方式来对学生的安全意识先进行测量,并由相关的专家对学生的安全救护技能进行等级评定,而在整个实验结束之后,这样的问卷以及评定需要再一次开展,通过前后两次的对比来明确实验的成效。

(三) 研究过程

1、明确微课教学在实际高职运动损伤救护课程中的应用方式

教师可以对国内外有关微课教学的手法进行研究,并结合实际高职院校体育课程的教学特点,将培养学生拥有良好体育行为习惯,增强学生的自我保护意识与能力作为整个教学的核心目标,从而确立微课在高职运动损伤救护课程中的实际应用方式——要求学生借助于微课进行课前预习,课程教学中借助于微课辅助教学,课后复习应用微课进行教学内容巩固。

2、要全面收集学生对于微课教学的各项建议

在实际应用微课组织开展教学活动的过程中,教师还可以借助于问卷调查等方式来不断获取学生有关微课教学的各项建议。譬如说有的学生可能会提出希望有专门的网站用于微课视频的观看与下载,高职院校需要在条件允许的范围内满足学生的合理要求,从而帮助学生可以更好地掌握与运动损伤救护相关的技能。

3、发现微课在运动损伤救护课程中的使用范围

微课教学是一种极为有效的教学方式,这一点是毋庸置疑的,但微课教学也并不是完全适应于运动损伤救护课程的所有内容的。高职教师在实际进行该教学方式应用的过程中还需要通过一定的实验对比去发现更适合应用微课教学的教学内容,从而提升微课教学的实效性。譬如说,笔者在实际进行实验的过程中就发现类似于运动损伤理论之类的课程内容是不适合应用微课进行教学的,反而是使用传统的教学方式更能帮助学生理解与之有关的知识。但在有关

于运动损伤救护相关的实践教学过程中,应用微课教学就能够发挥出极为出色的辅助作用,可以帮助学生更清晰地了解实际救护操作需要注意哪些细节,从而更准确地掌握相关救护技能。因此,高职教师必须要重视对微课教学的合理应用,避免起的相反的效果。

四、强化微课教学成效的一些建议

(一) 要进一步加强运动损伤课程在高职体育教学中的占比

学生的身体健康与学生自身行为是有着极为密切的关系的。在实际开展运动损伤救护课程教学的过程中,教师应该将讲解重点放在运动保健,运动损伤预防等方面。还可以将学生的自我保护教育与其职业规划发展结合起来,引导学生在高职院校学习期间就明确自己未来可能会犯哪些职业病,而哪些自我养护方式可以帮助减少运动损伤的发生,在激发学生运动锻炼兴趣的同时也进一步帮助提升学生的自我安全保护意识。

(二) 要帮助增强高职体育教学特色

在实际开展运动损伤救护课程教学的过程中,教师完全可以根据学生未来职业的不同,对学生进行分开授课,将学生运动损伤救护相关的知识与学生的体育课程教学集合起来,并不断尝试打破传统教学方式,帮助丰富相关的教学内容,从而更好地激发学生参与相关课程学习的兴趣^[5]。也帮助学生在后续工作生活过程中一旦遇到突发性的运动损伤或者其他需要救护的情况,可以做出最正确的救护选择,最大程度上保障自身以及他人的安全。

(三) 要帮助进行运动损伤考核方法改革

传统高职体育教学的成绩评定方式是比较简单的,往往由学生的课堂点到,学生对运动技能的掌握,学生对理论知识的掌握等几个方面构成,其中学生的技能考核是要占比较高的优势的。这种对学生进行成绩考核的方式虽然有着一定的优势,但也有着比较明显的弊端——身体素质先天比较好的学生在该考核体系下是占有一定优势的。因此在应用微课帮助进行运动损伤救护课程教学更好开展的过程中,还需要对相应的考核方法进行改革,除了这几个方面之外,学生应对突发事件时的反应,学生能否进行损伤的正确评估,是否能够及时开展救护措施等,这些都应该作为考核需要考量的项目,要通过更多方面的考量来帮助对学生技能掌握的认知更全面,进而促进后续教学的更高效开展。

结束语

微课应用在高职体育“运动损伤救护”课程的实际教学中是极为必要的,可以帮助学生对课程的学习兴趣变得更高,也有助于学生将所有空闲都利用起来,更好的进行相关知识技能的学习,从而帮助学生拥有更强的安全保护意识以及安全保护技能。在实际高职相关教学开展过程中,体育教师要重视对微课教学方式的应用,并更具所教学内容对其进行合理选择,从而帮助高职运动损伤救护课程的教学效率可以变得更高。

参考文献:

- [1] 谈泰里. 微课教学资源辅助平台在体育保健学课程中的运用分析[J]. 江西电力职业技术学院学报, 2022, 35(2):3.
- [2] 陈健. 任务导向下的微课教学在青少年运动员数学教学中的应用[J]. 教师, 2022(3):39-41.
- [3] 花蕊, 宋晓芬. 项目教学法在高职院校羽毛球课程教学中的应用效果研究[J]. 武术研究, 2022, 7(7):3.
- [4] 傅莹龙. “互联网+职业教育”模具专业微课程的应用研究[J]. 教育科学, 2021, 3(4):108-109.
- [5] 杨凤玲. 微课在广州市高职院校体育舞蹈选修课教学中的实验研究——以广东机电职业技术学院为例[D]. 广州体育学院, 2017.