

“金课”视域下大学体育混合式教学模式研究

刘莹 宋晓玲

(大连海洋大学体育部 辽宁 大连 116023)

摘要：“金课”视域下的大学体育教学工作需要实现课程教学的改革，提升教学的整体水平，为保证体育学科教学质量，需要构建线上线下相结合的混合教学体系，打造一流体育课程，基于此，本文重点分析在“金课”视域下，大学体育混合式教学模式的具体应用策略，希望可以为体育教学工作的开展提供一些参考意见。

关键词：金课；大学体育；混合式教学；教学策略

Research on the Mixed Teaching Mode of College Physical Education from the Perspective of “Golden Course”

Liu Ying Song Xiaoling

(Sports Department of Dalian Ocean University, Dalian, Liaoning, 116023)

Abstract: The college physical education teaching work under the vision of “Golden Course” needs to realize the reform of course teaching, improve the overall level of teaching, and to ensure the teaching quality of physical education, it needs to build a hybrid teaching system combining online and offline, and create first-class physical education courses. Based on this, this paper focuses on the specific application strategies of the hybrid teaching mode of college physical education under the vision of “Golden Course”, I hope it can provide some reference for the development of physical education teaching.

Key words: Jinke; College sports; Mixed teaching; Teaching strategies

大学生身心健康是学生全面综合发展的主要内容之一，根据高等院校体育学科的教学要求，需要在传授学生体育知识的同时，培养学生的体育运动习惯，引导学生树立终身体育的意识，传统的教学模式主要是依靠线下的课堂教学，在教学效果方面的提升并不明显，因此，为打造一流体育课程需要充分利用信息化技术的优势，采取线上线下相结合的混合式教学，从而推动“金课”的构建，促进教学质量的提升。

1. 金课与混合式教学模式概述

“金课”又被称为一流课程，是指教育部实施一流课程“双万计划”建设的10000门左右国家级一流课程和10000门左右省级一流课程，是现阶段高等院校课程改革优化的主要方向之一。混合式教学是将线上的课程内容与传统体育课程形式相结合的教学模式，作为信息时代的产物，混合教学模式同时具备传统教学特点以及现代化教学的优势，可以有效拓宽体育教学资源，为“金课”的构建奠定基础，同时也符合时代的发展特点以及学生的学习需求。线上线下相结合的混合式教学模式的应用可以通过建立信息化的教学平台，并利用相应技术实现最佳的体育教学效果，从而满足体育课程的教学要求^[1]。

2. 大学体育类金课的构建要求

随着教育改革工作的不断推进，高校体育“金课”构建也被高校提上了日程，根据目前高等体育院校的教学需求以及教学现状，在构建“金课”时需要考虑到以下几点：第一，高等院校需要针对体育类的实际教学情况进行分析，判断目前教学中存在的问题，从而制定“金课”的构建方式，针对体育教学中存在的不合理的地方进行优化和改进，重点提升学生参与体育学习的深度，在保证教学质量的同时，充分发挥一流课程的价值；第二，线上线下相结合的教学模式，是构建“金课”的重要基础，在具体的应用过程中，可以有效拓宽学生的知识层面，结合学生的学习需求以及学习兴趣，打造具体的课程内容，并在应用混合教学模式时，强化教师与学生的交流，教师需要与学生建立平等的沟通关系，便于教学工作的开展；第三，在建设“金课”时，教师需要准确把握课程的基本特征，了解混合教学模式中线上线下教学的实施要点，可以根据具体的教学内容选择适当的教学方式，进行针对性的教学内容设计，尤其是

线上教学内容的设计，可以适当增加一些理论知识内容的占比，而在线下的课堂教学中，教师需要注重体育技能的教学，从而提升体育教学效果^[2]。

3. “金课”视域下大学体育混合式教学模式应用意义

在“金课”视域下，实施混合式教学模式对大学体育课程的教学工作具有重要意义。首先，混合教学模式的应用可以充分利用信息化的技术的手段，从而提升课程内容的流动性，保证各项教学资源都可以均衡配置；其次，体育类的一流课程可以通过大众监督的方式保证课程实施的质量，混合教学模式中的线上和线下，可以让教师将教学资源上传到在线学习系统中，从而实现信息内容的共享，由此可见该种教学模式的应用可以有效实现课程质量的提升以及课程整体结构的优化，从而推动课程改革的进程^[3]；此外，“金课”的构建可以丰富现有的体育课程模式，根据教学要求，教师需要合理设置线上线下教学的具体内容和课程安排，相比于单一的传统教学方法，该种方法属于全新的教学模式，可以实现体育课程内容的进一步完善；最后，“金课”的构建与混合教学模式的结合，可以为教学工作提供更多的思路，同时，教师还需要在工作实践中，对课程开展的情况进行适当的总结，从而实现体育教学课程的完善^[4]。

4. “金课”视域下大学体育混合式教学模式应用策略

为实现大学体育课程教学质量的提升，打造一流课程，需要保证混合式教学模式的合理应用，可以从以下几个方面入手。

4.1 合理划分体育教学内容

体育学科属于实践类的课程内容，学生不仅需要掌握体育理论知识，还需要掌握体育技能，完成专业的体育运行形式，因此，体育课程并不是所有的内容都是线上的教学模式，因此，在应用混合式教学模式的过程中，需要现针对体育教学内容进行合理划分，明确哪些内容适合线上教学，哪些内容需要线下完成教学。学生体育知识技能的获取需要依靠教师的讲解以及自身的练习，可以将大学体育课程分成实践性教学内容、理论性知识内容以及综合性知识三类。

实践性内容主要包括体育专项技能的学习以及学生身体素质的练习，在进行教学时，需要教师示范体育项目的要点，学生则需要在教师的指导下反复的练习，从而掌握体育运动技巧；理论性知

识内容主要包括体育文化、专项运动的理论知识，例如，某一项目的起源、发展演变的过程中以及比赛的主要形式，运动中的礼仪知识以及竞技规则等，这部分的教学内容主要是通过教师的讲解完成教学，而综合性的内容并不需要教师过多指导，学生需要掌握难度适当的实践操作技能，包括体育健身的方法、运动中的身体防护、运动恢复等知识内容。体育项目技术动作的学习以及基础的理论知识内容都可以通过线上教学的方式实现高质量教学，可以实现教学效率的提升，并在此基础上促进学生综合素质的发展。

4.2 整合线上线下教学资源

在开展线上线下混合教学模式的过程中，需要提前针对各种线上教学资源进行有效整合，保证线上教学资源可以体育教学以及“金课”的构建中可以充分发挥作用，将线上教学模式的应用优势体现出来，从而避免部分教学内容受到限制，与此同时还需要在各种数字化资源的支持下，加强教学互动环节的设置，互动环节需要根据学生的兴趣以及学习需求，强化混合式教学的应用效果，从而推动“金课”构建工作的有效开展，切实解决大学体育教学中存在的各种问题，并保证实际教学效果可以有所提升。教师可以利用互联网的便利性，将具体的教学内容制作成视频的形式，例如，在教师可以在网络中搜索某一体育项目的基本动作要领，供学生学习参考，也可以在讲解运动规则时，找一些正规体育赛事的视频资料，帮助学生可以更加直观的理解运动的具体规则，促使学生全面参与到高校体育类课程“线上线下”教学和金课构建氛围当中，增强学生对正确技术动作和相关体育知识的认知和掌握力度^[5]。

4.3 构建体育在线教学平台

为保证大学体育中混合教学模式的应用效果，高校可以自主搭建适合体育教学的在线教学平台，整合高校中所有的教学资源和信息数据，并通过汇总整体之后，用于实际的教学工作中，充分发挥信息化技术在教育工作的应用优势，并且还可以在这样的网站和平台当中将和体育有关的新闻或者是内容进行更新，高校需要针对该平台进行科学的管理，该平台中需要包括以下几部分：首先是教学功能，需要建立体育教学云课堂，教师可以将教学资源上传在云课堂中，学生只需要在线学习就可以获取知识信息，同时云课堂还需要具备直播的功能，必要时教师可以采取网课的形式进行教学，云课堂需要设置评论区以及私聊的功能，学生可以直接与教师进行一对一的沟通，也可以将问题发送在评论区中，教师会根据学生的学习反馈调整教学结构，例如，在学习羽毛球专业知识时，教师就可以将基本的动作要点制作上视频动画，并通过多角度的慢放帮助学生结构动作特点，并将视频资源上传到云课堂中，学生可以自行学习，并将疑问点发布在评论区中，教师需要收集学生在学习中存在的问题，针对学生普遍存在的共性问题，教师可以在线下或以直播的形式进行讲解，而针对个别学生存在的问题，教师可以进行一对一的私聊讲解；其次，该平台中需要设置一些与体育相关的新闻版块和赛事版块，供学生学习参考，例如，在奥运会期间，可以设置奥运会的专题版块，从而让学生可以对各种比赛信息和体育文化进行了解^[6]。

4.4 做好体育课程设计工作

提升混合式教学的应用效果以及构建“金课”都需要做好体育课程的设计工作，需要从课前、课中以及课后三个阶段，开展科学合理的混合教学模式，并根据教学阶段的不同，合理规划教学的侧重点，从而实现对大学体育教学的统筹安排。

课前的教学工作需要突出学生在教学中的主体地位，教师可以布置学习任务，引导学生针对基础的体育知识内容构建较为完成的知识体系，在教学计划的设计上，教师需要为学生提供更多自主学习的空间，让学生可以利用电脑、手机等移动设备学习教师制定的学习资源，同时要求学生充分利用互联网的渠道优势，进行拓展资料的获取，该阶段的教学工作需要以线上教学位置，鼓励学生主动提出问题，积极参与到线上的学习讨论中，完成理论性知识内容的学习。

课中的教学阶段需要遵循学生为中心，教师引导的教学原则，体育教师需要学生根据课前学生的学习情况，针对教学内容进行适当的调整，可以采取边讲边练、师生互动以及问答的形式与学生进

行互动，并采取线上线下相结合的教学模式，实现个性化、精准化的教学，尤其是在线下的教学中，教师可以辅助学生完成实践性的教学内容以及综合内容，并通过反复的训练，提升课程教学的效率。

课后的教学工作需要利用线上教学平台，教师需要为学生布置课后体育锻炼的任务，还需要进行跟踪测试了解学生体育技巧的掌握情况以及体育技能的提升情况，教师也需要在课后组织学生利用社交平台进行体育知识的讨论，从而营造良好的线上学习环境，在潜移默化中引导学生树立终身体育的意识^[7]。

4.5 强化教师专业教学能力

教师作为“金课”构建的主要实施者和参与者，其体育技能水平以及教学能力直接关系到大学体育的教学效果，因此，需要强化体育教师的教学能力，首先，高校需要组织教师针对现阶段大学体育教学现状进行分析，总结目前教学中存在的问题，并制定混合教学模式的具体应用方案，要求教师掌握基本的教学要点，可以有效应用在实际的教学中；其次，教师在应用混合教学模式时需要掌握一定的信息技术，而多数教师都不具备信息技术应用能力，因此高校需要加强对体育教师队伍的培训，提升教师的信息应用水平，还需要对职业道德进行培训，让他们可以在熟练掌握信息技术和网络技术的同时，还可以将体育教学的信息传递出去。

4.6 构建混合教学评价体系

在构建“金课”教学课程时，需要针对混合教学模式的应用构建较为完善的教学评价体系，并针对教学呈现出的效果进行评估，从而提升课程教学的水平。一方面教师需要针对学生的学习情况进行评估，线上的教学内容可以通过跟踪测试的方式进行评分，在线下的教学中，教师需要重点关注学生体育技能的提升，并将学生的课堂表现、参与深度、测试成绩以及进步情况作为评估的主要指标；另一方面，教师需要定期收集学生的建议，并根据教学效果对教学方法的实施和教学内容的设计情况进行分析，并根据得出的评价结果对混合式教学模式进行改进和优化^[8]。

结束语：总而言之，大学体育的教学工作是促进学生身心发展、培养学生体育意识的有效途径，在“金课”的视域下，需要积极应用混合教学模式，合理划分体育教学内容、整合线上线下教学资源、构建体育在线教学平台、做好体育课程设计工作、强化教师专业教学能力、构建混合教学评价体系，教师需要结合现阶段的教学问题，针对体育教学进行创新，从学生需求的角度出发，从而实现教学质量的提升。

参考文献：

- [1] 崔小良, 赵德龙, 王海龙, 等.“金课”背景下高校体育课线上线下混合式教学模式创建与实证研究 [J]. 科技风, 2021(13):41–42.
 - [2] 张璞, 崔小良, 潘宏伟, 等. 金课背景下高校体育课程混合教学模式的构想 [J]. 山西青年, 2021(4):56–57.
 - [3] 匡建欣, 黑奇磊, 李杰.“金课”视角下太极拳课程混合式教学路径构建 [J]. 科教导刊 - 电子版 (下旬), 2021(6):199–200.
 - [4] 傅丽, 金富巽.“互联网+”背景下高校混合式体育教学模式构建与实施 [J]. 当代体育科技, 2021, 11(23):99–101.
 - [5] 刁学慧, 魏汝领. 高校体育类“线上线下”混合式金课构建路径探究 [J]. 浙江海洋学院学报 (人文科学版), 2020, 37(3):80–86.
 - [6] 黄凤萍. 高校体育类“线上线下”混合式金课构建路径研究 [J]. 电脑校园, 2019(2):7083–7084.
 - [7] 李晓克. 大学体育混合式教学方面的研究 [J]. 租售情报, 2020(37):177–180.
 - [8] 黎轶. 基于互联网+的大学体育混合式教学方法研究 [J]. 数码世界, 2020(2):168.
- 作者简介：刘莹，1980.10，女，汉族，辽宁省阜新市，大连海洋大学体育部，116023，副教授，本科，研究方向
宋晓玲，1985，女，汉，吉林省白城市，大连海洋大学体育部，116023，讲师，硕士研究生，研究方向：体育教育
辽宁省教育厅 2022 年学校体育卫生与艺术教育专项任务培育项目，辽宁省教育厅 2021 年度科学研究经费项目（面上项目）(LJKR0268)，大连海洋大学 2021 年度校级教育教学改革研究项目