

# 互联网+时代下高校体育教育创新对策

张健

(黔南民族师范学院 贵州都匀 558000)

**摘要:** 互联网+时代为体育教育带来了新的教学资源和方法,对提升教育质量和效率、满足学生多样化需求提出了新的挑战 and 机遇。本文主要探讨互联网+时代下高校体育教育的创新价值、特点及对策,以期为当代体育教育的发展提供参考和指导。

**关键词:** 互联网+时代; 高校; 体育教育; 创新

## 引言

随着互联网技术的迅猛发展,高校体育教育正面临前所未有的变革机遇。互联网+时代下高校体育教育创新可以提升教学效率、个性化教学、增强互动性、资源拓宽和体育与健康教育融合等。为实现高校体育教育在互联网+时代下的创新发展,需要深入探讨互联网+时代下高校体育教育的创新对策,着重分析其创新价值和特点,并提出具体的对策。

### 一、互联网+时代下高校体育教育创新价值

在互联网+时代下,高校体育教育的创新价值主要体现在以下几个方面:首先,技术融合提高教学效率和质量。利用互联网和新技术,如在线视频、虚拟现实(VR)、可穿戴设备等,可以使体育教学更加生动和高效。学生可以通过视频回放来分析运动技巧,以及运用VR技术模拟不同的运动环境,并穿戴设备实时监测自身的运动表现,从而提高学习和教学质量。其次,促进个性化和差异化教学。互联网技术的应用使得体育教育更加个性化和灵活。教师可以根据学生的身体条件、兴趣和需求,提供定制化的训练计划和健康指导,满足不同学生的学习需求。再次,增强学生的参与性和互动性。互联网技术的应用使体育教学增加了游戏化元素,如在线体育游戏、竞赛等,这些不仅能够提高学生的参与兴趣,还可以促进学生之间的互动和团队合作。最后,拓宽体育教育的资源和途径。互联网为体育教育提供了更加丰富的资源。学生可以通过网络平台访问各种体育课程、训练视频和相关知识,从而在课堂之外继续学习和训练。并且互联网技术有助于将体育运动与健康管理工作相结合,如利用健康监测软件来跟踪学生的运动量和健康状况,这样能够增强学生的健康意识和自我管理的能力。总体来说,互联网+时代为高校体育教育的创新提供了新的机遇,不仅可以提高教学的效率和质量,还可以使体育教育更加个性化、互动化和多元化,更好培养学生的全面发展。

### 二、互联网+时代下高校体育教育创新特点

#### (一) 便捷性

一方面,互联网技术的应用使得学生能够随时随地访问体育教育资源。无论是体育理论的学习资料、训练视频,还是互动教学平台,学生都可以通过智能设备轻松获取,大大提高了学习的便捷性。同时,许多在线体育教育平台提供个性化的学习路径和自适应的训练计划,这意味着学生可以根据自己的实际情况和需求,选择最适合自己的学习和训练内容。并且在线体育教育模式打破了传统课堂时间和地点的限制,学生可以根据自己的日程安排学习和训练,这对于忙碌的大学生来说尤为重要。另一方面,利用互联网工具,学生可以快速获得教师的反馈和指导,同时也能与其他学生进行互动交流。这种即时性不仅提高了学习效率,还增强了教学互动的体验。而且随着智能手机和各类健身应用程序的普及,学生可以通过这些工具进行日常的运动记录和健康管理工作,进而使得体育学习和锻炼更加便捷和高效。

#### (二) 广泛性

一方面,互联网技术的应用为高校体育教育提供了丰富多样的学习资源。学生可以通过网络平台访问各类体育课程、训练视频、健康知识讲座,以及与体育运动相关的最新研究成果,这些资源覆盖了从基础体育理论到实际技能训练的各个方面。同时,互联网使得体育教育的知识分享和交流不再受地域限制。学生和教师可以方便地接触到国际上的体育教育资源和观念,促进了全球范围内的知识交流和文化互鉴。加上互联网时代的高校体育教育不再局限于传统的体育运动范畴,而是与健康科学、心理学、信息技术等多个学科领域相结合,形成了跨学科的融合和创新,拓宽了体育教育的边界。所以也吸引了越来越多地非体育专业的学生甚至社会公众参与其中,增强了体育教育的普及性和影响力。另一方面,在互联网+时代,高校体育教育可以创新性地运用VR/AR技术、智能穿戴设备、在线互动平台等现代信息技术,从而不断丰富教学手段,提高教学的趣味

性和互动性。

### 三、互联网+时代下高校体育教育创新对策

#### (一) 改变教学理念, 调动学习兴趣

第一, 更新教学理念, 强调学生中心。教师应从传统的以教师为中心的教学模式转变为以学生为中心的教学模式。并且需要更多地考虑学生的需求和兴趣, 鼓励学生主动参与和探索, 而不是单纯接受知识的传授。第二, 整合互联网资源, 丰富教学内容。教师可以利用互联网资源, 如在线视频、互动课件、虚拟现实(VR)技术等, 使体育教学更加生动有趣。并运用这些资源帮助学生更直观地理解体育运动的技巧和规则, 提高学习兴趣。第三, 设计互动和参与性强的课程活动。教师可以通过设计小组竞赛、互动游戏、在线挑战等活动, 提升课程的参与性和互动性。并且这种互动性的学习方式能够有效提高学生的参与度和学习兴趣。

第四, 实施个性化和差异化教学。教师可以根据学生的不同兴趣和能力, 提供个性化的教学内容和训练计划。例如, 对于不同运动水平的学生提供不同难度的训练模块, 确保每位学生都能在自己的水平上获得成长和满足感。第五, 鼓励自主学习和自我探索。教师可以鼓励学生利用互联网资源自主学习体育知识和技能, 进行自我探索和实践。同时, 教师也可以为学生提供指导和建议, 以及更多地发挥学生的主动性和创造性。

#### (二) 运用网络媒体, 实施理论教学

其一, 开发和利用在线教育平台。学校需要构建和利用专门的在线体育教育平台, 为学生提供访问各类体育理论课程和资源的便利。这些平台可以包含视频讲座、电子教材、互动问答等多种功能, 方便学生随时随地学习。其二, 制作高质量的教学视频和材料。教师需要制作专业且富有吸引力的教学视频, 涵盖体育理论知识点, 如运动生理学、体育心理学、体育史等。同时, 配备详细的课程笔记和参考资料, 帮助学生更好地理解和掌握知识。同时, 实施互动式教学。教师需要在理论教学中引入互动元素, 如实时在线讨论、问答环节、小测试等, 以提高学生的参与度和学习兴趣。并利用网络工具进行学生反馈和互动, 增强教学的互动性和实效性。其三, 结合线上线下教学模式。教师需要采用混合式教学模式, 将线上的理论学习与线下的实践活动相结合。例如, 学生可以在网络平台上学习理论知识, 然后在实体课堂或体育场地上进行实际操作和练习。并且还需要根据学生的学习进度和兴趣, 提供个性化的学习建议和资源, 以及利用大数据分析学生的学习行为和成绩, 提供定制化的学习内容和辅导, 满足不同学生的需求。

#### (三) 结合网络示范, 加强技术教学

首先, 利用网络视频进行示范教学。教师需要制作或利用高质量的体育技能教学视频, 展示各种体育运动的标准动作和技巧。并保证视频教学可以详细展示动作要领, 帮助学生更准确地理解和模仿。其次, 创建互动在线教学平台。教师需要在网络平台上设置互动模块, 如论坛、问答区和实时讨论群组, 供学生提问和讨论。而且可以在这些平台上及时回答学生的疑问, 提供个性化指导。再次, 结合虚拟现实技术。教师需要利用虚拟现实(VR)技术为学生提供沉浸式的技术学习体验。例如, 通过VR设备模拟不同的运动环境和场景, 使学生能在虚拟环境中练习和完善技能。最后, 开展在线模拟和游戏化学习。教师需要设计线上模拟游戏或应用程序, 让学生在游戏中的学习和练习体育技能。通过这种游戏化学习增加学习的趣味性, 提高学生的参与度和学习效率。此外, 教师需要开展网络评估和反馈。在实践中, 可以通过网络工具对学生的技能水平进行评估, 并提供专业反馈。例如, 学生可以上传自己的运动视频, 教师则通过网络平台对其进行评价和指导。

#### 结语

总而言之, 互联网+时代为高校体育教育带来了深刻的影响和创新机遇。通过改变教学理念, 运用网络媒体和技术, 可以使高校体育教育更有效地激发学生兴趣, 提高教学质量, 满足学生的个性化需求。因此, 高校体育教育应主动探索与互联网技术融合的新路径, 不断创新和优化教学方法和内容, 以适应时代发展的需求。

#### 参考文献:

- [1]程章. “课程思政”与大学体育课程融合的逻辑理路及实践探索[D]. 阜阳师范大学, 2021.000093.
  - [2]刘仰勋. 互联网+教育背景下, 微课在跳高教学中的应用研究[D]. 天津体育学院, 2020.000188.
  - [3]陈文灿. “互联网+手机”在高校体育课中应用与实施——以西双版纳职业技术学院《体育与健康》为例 [J]. 文体用品与科技, 2020, (07): 157-159.
  - [4]陈浩源. “新时代”背景下发挥高校“互联网+”体育文化育人功能的路径探析 [J]. 山西大同大学学报(自然科学版), 2019, 35 (06): 95-98.
  - [5]白光. 健康中国视域下的中国大学生公共体育“互联网+”综合教学平台的构建 [J]. 中国多媒体与网络教学学报(上旬刊), 2019, (12): 12-13.
- 张健, 男, 汉族, 1986-03, 河南焦作人, 黔南民族师范学院, 讲师职称, 研究生学历, 硕士学位, 研究方向: 主要从事体育教学研究。