试论多媒体技术在高校体操教学中的应用

范剑锋
（吉林农业大学　吉林　长春　130118）

【摘　要】我国的信息技术日新月异，推动着人们的生活模式和学习方法不断改变，信息技术不仅能改善人们的生活，还能促使学习效率不断提高。在当前的情况下，高效体操教学大力引进多媒体技术，逐渐从传统教学模式中突破出来，体操教学模式因此丰富起来，学生更加愿意认真对待体操课堂，对提高大学生的身心健康有着巨大的积极作用。

【关键词】多媒体技术；高校体操课堂；大学生

高校体操教学是让学生在既定的机械器材上，协调完成具有一定难度的动作，这项运动具有一定的危险性，需要良好的运动细胞和平衡能力，学生往往因此而害怕学习体操。在高校体操教学活动中运用多媒体技术，能够有难度的动作逐步分解成简单的动作，让学生更容易掌握体操动作要领。多媒体技术不是简单的教学工具，它能对教材进行全面分析和理解，然后用视频的形式将体操动作全方位展现出来，让学生从各个角度观察，感受体操的魅力，提高体操教学效率。因此，高校体操教师要思考如何更好地利用多媒体技术教学，笔者从以下几点做出分析。

一、利用多媒体分解动作，突破体操动作难点

高校体操教学中有很多比较难的动作，比如腾空翻转、侧翻、高速等动作，这些动作通常是一气呵成，教师的演示很难让学生清楚明白动作的要领，因此，对于体操的动作难点是学生和教师都头疼的事情，在传统的教学模式中，教师只能靠自己反复示范和耐心指导，才能勉强让学生学到动作要领，既耽误时间，又耗费了教师大量的精力。而利用多媒体技术可以将难点动作逐步分解，让学生能看清每一步的动作，让体操教学事半功倍。例如，在学习侧翻的时候，教师的示范动作转瞬即逝，如果一遍遍演示，教师的体力会耗尽，就没有力气来教授下个动作，如果用语言形容，又难以抓住重点，学生更难以学会侧翻。那么，教师可以利用多媒体技术重复播放侧翻的动作，然后通过慢放和定格的方法，让学生真正领会侧翻的动作要领，从而更快的学会侧翻。

二、发挥多媒体技术优势，丰富体操教学资源

高校体操又是一个现实性和时代性的课程，需要不断地与时俱进。我国互联网越来越发达，多媒体资源也更加丰富，获取体操教学的资源也更加方便快捷，因此，高校体操教师要充分发挥多媒体资源的优势，不断丰富体操教学资源，及时调整教学目标和教学方法，让高校体操更加时尚，更加贴合大学生的心理。例如，网络上的体操教学视频数不胜数，教学内容参差不齐，高校体操教师要对这些资源进行分析，选择最适合当前大学生心理的教学资源，并要适当结合学生的兴趣爱好，选择学生们感兴趣的主题进行教学，这样才能最大限度的提高学生的积极性。比如很多大学生非常热爱篮球运动，但是对体操没有兴趣，这两项运动一个激烈一个优美，教师可以通过网络找一些两者结合的运动进行参考，然后在体操教学中融入篮球元素，让两者充分融合，编排出富有性格特色的体操，充分体现出大学生的自主性和个性化，让学生爱上体操运动。

三、运用多媒体的方便快捷，提高体操教学效率

高校体操教学效率受到很多因素的影响，其中最主要原因就是场地的局限性。首先，高校体育场馆和设备有限，很多体操动作要在特定的场馆内，才能完美呈现出体操的魅力，高校体操教师可以借助多媒体技术，播放场地和动作完美搭配的体操视频，让学生深刻感知体操之美。其次，高校体操教学的场地一般在户外操场，遇到天气不好的时候，只能在室内教学，天气的状况很难精准预测和把握，如果频繁的转换教学场地，不仅打断了教学的连贯性，还浪费了很多教学时间，不利于提高体操教学的进度。因此，当只能在室内教学的时候，高校体操教师可以事先将要学习的动作以视频的形式准备好，然后利用多媒体技术进行教学，不仅保障了学习的连贯性，还能让学生在真实的情境教学中，完成理论和动作的学习，有助于提高体操教学的效率。

四、利用多媒体信息技术，展现体操教学效果

一般高校体操教学的模式，是让学生通过模仿来学习新动作，学习的好坏都是通过教师的点评得知，学生并不能真正认知到自己的动作是否标准，这种传统的教学模式，让学生对体操动作的感知过于泛化，学生通常在完成一套动作后，并不能找到自己的错误点，即使教师指正，大多数学生对错误动作缺乏深刻认识，会继续重复犯错。因此，高校体操教师可以利用多媒体技术对课堂教学进行监控，将每一个学生的动作完整记录，让学生观看找出自己的错误动作，然后反复练习，直到在视频里展现出正确的动作为止，这样不仅让学生清楚自己的体操水平，还能加深对错误动作的印象，从而及时有效的进行更正，从而表演出标准的体操动作。教师还可以让学生自己录制视频，这样学生在课后也能同样学习，让错误的动作不断改正，让正确的动作更加标准，从而不断完善自己的体操动作。高校体操教师通过视频，能更加了解学生的学习进展和学习成果，然后进行针对性的教学，从而不断提高体操教学效果。

五、结语

总而言之，多媒体技术在高校体操教学中具有重要的现实意义，这不仅符合现代教育的基本规律，也符合当前信息社会化对高校教育的要求。作为高校体操教师，要善于运用多媒体技术，从丰富的网络资源中，挖掘适合当下大学生心理需求的资源，丰富体操课堂，帮助学生突破体操中的难点动作，提高体操教学的效率和成果。

参考文献：

[1] 杨伟宁．微视频在高校体操教学中的价值体现与教学实践 [J]．体育世界（学术版），2019(11)：144+146.

[2] 秦鑫鑫，冯晓丽．高校体育教育专业体操课程混合式学习应用研究的进展 [J]．运动，2017(08)：90-91.

[3] 商汝松．对广西高校体育教育专业体操普修课教学现状的思考及改革设想 [J]．宜春学院学报，2010,32(08)：166-168.

作者简介：

范剑锋，男，汉族，1974 年 3 月生，长春市人，本科，吉林农业大学，副教授，研究方向：体育教育。