

# 高校公共体育课线上线下教学模式分析

张 波

(宁夏警官职业学院 宁夏银川 750021)

**【摘要】**由于信息技术的不断更新,信息技术的普及和应用也扩展到了各个行业。其中,现代教育的改革就受到了信息技术的影响。在信息技术的强力支持下,教学工作打破了以往时空方面的限制,实现了线上教学。现如今,高校的许多教学工作逐渐形成了线上与线下相结合的模式,而体育课的特殊性也让如何上好线上体育课成为高校关注的重点。本文从高校公共体育课的线上教学研究出发,探索分析如何构建其线上与线下相结合的教学模式。

**【关键词】**高校;体育课;线上线下

## Analysis of Online and Offline Teaching Mode of Public Physical Education in Universities

**【Abstract】** Due to the continuous update of information technology, the popularization and application of information technology has also expanded to various industries. Among them, the reform of modern education is influenced by information technology. With the strong support of information technology, the teaching work breaks the previous limitation of time and space, and realizes the online teaching.

**【Key words】** university; physical education class; online and offline

**DOI:** 10.12361/2705-0416-04-05-84020

根据当前教育改革趋势,教育模式的创新成为当前高校教学工作探索的一大重点。运动参与与技能、身体与心理健康等几大项目是教育部指导纲要对高校体育课的要求。但近些年来,大学生总体身体素质情况并不乐观。如何有效地通过体育课教学提高学生身体素质是当前高校公共体育课急需解决的问题。线上线下教学模式坚持以学生为中心,有助于刺激其学习兴趣。将这种教学模式应用于高校体育课程是实现教学目标的一大探索。

### 1 公共体育课线上线下教学模式的作用

线上线下教学模式具有互动性强的特点。这一特点主要体现在增加教师和学生之间的互动。在这一教学模式下,体育教师将课程资源上传到网络平台使得学生充分的利用资源进行自主预习、思考。这样有利于线下教学时学生与教师进行针对有效性的互动。通过线上学习平台,学生可以通过电脑或者手机对学习资料进行反复的观看,这为学生主动学习提供了有效助力。

另外,线上随时随地参与互动的便利弥补了线下时间的有限。学生可以随时在线上平台进行提问、探讨,教师也可以通过平台引导学生创新思维。因此,线上线下模式的应用在提高师生互动的同时,也逐渐改变了过去灌输式教学的弊端,体现了以学生为中心的理念。学生在线上教学模式的引导下,不断获得更多的反馈,既有助于提高自身的学习质量,也有利于提高整体教学效率。

信息技术融入课堂教学能够增加知识内容的丰富性,有利于提高学生们的学习兴趣。线上与线下相结合的授课模式给学生提供更多的选择。比如公共体育课包含了各种球类运动以及传统武术等项目,学生可以通过线上平台自主的选择,符合自身兴趣的项目,充分的满足学生的不同需求。

在以往的体育课教学中,以训练技巧为主,缺少体育理论知识的学习。这一方面是因为体育课的上课场所限制;另一方面,也缺少体育理论教学的理念。大学生已经具备较强的理解力和自学能力,对体育理论知识的理解和学习也必不可少。不仅可以帮助学生掌握体育方面的核心内容,也有助于提高学生对体育的重视,培养终身体育的理念。

### 2 高校体育课使用线上线下教学模式的现状

#### 2.1 高校对线上线下教学模式重视度不够

当前高校的公共体育课程主要还是以线下教学为主,缺乏对线上教学的重视,对线上线下混合教学模式的意识更加淡薄。究其原因,为传统的体育教学理念的限制。在传统的体育教学理念中,体育课以锻炼学生身体素质为主,课程内容一般是实打实的训练项目。在这种理念影响下,线上教学很难发挥作用,自然不能引起重视。因此,线上线下的混合教学模式也就更加难以实行。

高校对该教学模式的重视程度不足,一方面体现在该教学模式没有实行;另一方面,体现为教学模式呈现表面化。制定线上教学内容时,没有与学生实际情况相结合,也缺少相应的教学设备。这是当前高校公共体育课在开展线上线下教学模式时出现的问题。

#### 2.2 高校体育课线上线下模式缺乏完善机制

高校公共体育课线上线下教学模式主要面临两个重要问题,其一是线上教学的建立完善;其二是线上教学与线下教学的衔接,无论是哪个问题都需要构建完善的机制来确保教学模式的正常运行。但是,这正是当前高校体育教学中所缺失的。比如,网络学习平台的构建与运行需要高校人力和资金方面的支持。缺少合理的机制运行时,就容易造成铺张浪费。教学模式的机制建设关乎着教学计划的制定,教学方式创新乃至教学内容的安排等。例如,部分教师在在线上教学时,只会单一的教教材内容制作成PPT上传,缺乏创新和知识的讲解拓展。因此,对于教师线上教学的培训、资源整理等都应当有相应合理的安排。

#### 2.3 线上线下教学没有有效衔接

在高校公共体育课教学中使用线上线下教学模式,根本目的还是为了提高教学质量、完成教学目标。在教学模式实施探索下,体育教师应当关注教学效果的呈现。在互联网信息技术的支持下,许多高校的线上教学取得了一定的成绩。但是线上教学与线下缺乏有效的连接,这导致了线上线下的混合教学模式并没有取得实质性的成果。

在许多混合教学模式的应用中,线上与线下两个教学模式呈现相互独立的状态。缺乏协同合作的优化衔接。比如在线上教学时,没有与线下教学经验及时相结合。在讲解一些体育项目技巧时,没有结合实际专门讲解较难动作的细节和易错点。

### 3 线上线下模式下公共体育课程的教学过程

#### 3.1 课前线上学习

课前预习阶段,教师可以将学习材料及时上传到学习平台或交流群。这些学习内容应当包括但不限于视频展示、文字图片、音频讲解等。充足的教学资源支持下,学生可以提前预习理论知识和要点。线上平台的教学资源是可以免费且无限制重复观看的,这给学生的先导式学习提供了重要支持。课前线上学习能够帮助学生提前了解所学内容,对所学知识有初步了解和大致把握,使其也对教学的难点有一定了解。

教师在课前线上学习资料中应当标出课程的教学目标,以及学习重点,使学生更快的理清教学内容,为接下来的学习打下坚定的基础。课前的线上学习,一方面是通过学生预习为接下来的教学奠定基础,这样节省课堂时间,又能够有效提高课堂效率;另一方面,课前的线上学习能够为大学生提供主动思考的空间,帮助他们锻炼独立思考和自学的能力。

### 3.2 课中线下指导

在线上学习的基础上,课中一般以传统线下学习形式为主。体育是以活动技巧和训练实践为主的课程,所以,线下的实践实训必不可少。一方面,学生通过课前的线上学习了解活动项目的技巧和基础理论知识,在线下课堂中,教师可以针对性的对学生作出指导。另一方面,线下课程是教师与学生深入交流的过程。通过线上的学习,大部分学生对所学的技巧和知识有了初步的了解,并形成了一些难点问题。因此,学生和教师可以通过线下课堂对难点问题进行探讨。这对提高学生对于体育项目的兴趣和技巧的正确性有很大帮助。总体而言,线下体育课以学生的技巧训练为主,教师的指导纠正为辅,着重帮助学生消化体育知识与技巧。此外,在线下教学课中,体育教师可以通过一些特别教学方法来提高学生对技巧的掌握程度以及增加他们对某种体育项目的兴趣。

### 3.3 课后师生巩固

在线上线下混合教育模式的课后阶段,主要内容围绕着巩固和反馈。线下课程结束后,体育教师要通过线上教育平台上传课后练习内容并及时的与学生进行交流,帮助学生解决在学习过程中的困惑。根据线下教学的成果,体育教师要进一步丰富平台资源,针对学生课上存在的普遍问题督促学生们及时改正,并将所学内容内化于心,外化于行。学生在课后交流互动中不断的提高自身对体育知识的理解和技巧的把握。体育教师则通过学生的反馈不断的更新自己的教学方法,及时发现问题,优化结果。通过线上线下混合模式的学习,体育教师也能够进一步的了解学生的体质状况和学习状况,这对教学工作的进一步开展意义重大。

## 4 开展线上线下教学模式的策略

### 4.1 增强高校体育教师和学生线上教学的意识

线上线下的混合式教学模式无法在高校公共体育广泛应用的,一大原因,就是高校体育教师对该教学模式的重视程度不够。尤其对线上教学模式了解不够,缺乏系统的学习。即使在高校的号召之下,部分教师使用线上教学平台往往流于表面,过于简单。高校体育教师对线上教学方式的不熟悉,不灵活,很大程度上限制了线上教学作用的发挥。因此,要想顺利有效的在高校公共体育课中开展线上线下教学模式,首先就需要提高教师教学的意识和本领。大学生年轻人对互联网等各种线上平台的运用较为熟练,但对于教学平台的使用,还缺少正面的引导。

因此,在推送线上线下教学模式的同时,高校应当广泛的重视对该教学模式的宣传,并进行互联网技术培训,以便帮助高校师生树立正确的教学理念。

### 4.2 健全高校线上线下教学平台

高校应当尽量的构建独立的线上教学平台,这对混合教学模式的进行十分重要。一个完整的线上教学平台包括教学内容、教学提醒、知识检测、互动交流等几大板块。学生通过该校的线上教学平台,应当能够清楚的了解所学课程的动态,也能够清楚的获取所学课程以及课程的主要内容。除此之外,该线上教学平台应当包含着丰富的教学资源,有利于满足学生的学习需求,找到符合自己兴趣的运动项目。除此之外,交流互动的板块是线上教学平台必不可少的。线上教学平台的构建,能够在一定程度上打破以往传统体育课堂教学场地的限制。线上线下的形式有助于体育知识和理念融入学生生活,在享受体育项目带来乐趣的同时有利于树立大学生终身体育的理念。

### 4.3 对体育教学内容进行科学分类

体育知识浩如烟海,但重实践、重技巧的学科特点也决定了线上体育教学的局限性。对于线上教学内容的选择和分类,高校体育教师应当慎重且科学地进行。体育教师需要对体育教学内容有深刻的把握,要确定线上与线下教学内容的区别。根据体育学科的知识特点,教学内容一般分为理论知识、实践技巧、综合类体育学习等三种类别。

每一个大类别中,又可以细分出其他小的类别。比如在理论知识里,又能分为体育文化知识、礼仪知识以及运动原理,这些理论教学都需要与实践技巧相辅相成。这些体育理论知识可以通过线上教学呈现出来,与线下实践教学相结合更好地帮助学生。但是像体育文化知识就可以由学生自主灵活的学习,对于实践技巧方面来说影响不大。又比如实践技巧方面,仅仅通过线上课程展示是不够的。学生在学习技巧动作的同时,也需要体育教师的正确指导和纠正。

### 4.4 将线上与线下教学模式有效衔接

线上与线下作为两种不同的教学模式,有着各自的优缺点。而线上与线下混合教学模式,是集两种教学模式之长的一种新的教学模式。这种教学模式与两种独立的教学模式相比,需要将线上与线下紧密有效的衔接在一起,帮助学生全方位的学习体育知识,并增强其对体育技巧的认知与把握。加强线上与线下教学模式的有效衔接,先应当以学生的兴趣为出发。充分利用线上平台,增强学生与教师之间的互动。除了高效的线上教学平台,还有丰富的社交软件,可以帮助学生和教师实现多样化教学和多方面交流。此外,将线上教学与线下相结合时要注意与时事新闻相联系。体育教师需要及时的关注体育新闻,了解体育动态,教学过程中插入热点新闻和体育竞技的内容能让体育课程更加有趣。

## 5 结语

信息技术给教育界带来了不小的冲击,也引发了教学理念和教学模式的改革。在新冠疫情大背景下,高校公共体育课的教学创新被日益重视,大学生需要提高自身素质并培养终身体育理念。在这样的环境下,线上线下混合教学模式也应用到了高校体育课程当中。高校通过理念的创新、教学平台的创建、教学内容的完善等努力的将线上线下的混合教学模式与高校公共体育课相适用。以便探索更多实践策略,提高体育教学的成果。

**作者简介:** 张波(1981.2—),男,硕士研究生,讲师,研究方向:体育教学与训练,警务实践教学与训练。

## 【参考文献】

- [1] 张方帅.高校公共体育课线上线下教学过程的优化设计[J].当代体育科技, 2021, 11(30): 60-62.
- [2] 崔小良,赵德龙,王海龙,段庆忠,杨欣艳.“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.