

探讨“互联网+”下高校健美操课程翻转课堂教学模式

盛 蕾

南通大学体育科学学院 江苏 南通 226001

【摘要】：传统高校健美操课程的教学模式，是教师线下讲授教学内容，并为学生示范健美操要点，学生要根据教师的动作进行相应的模仿和练习，此种模式的教学并不能满足新时期教育多元化的需要。随着我国科学技术水平的不断提升，“互联网+”时代正式到来，越来越多的行业遵循着“互联网+”的发展理念，教育领域同样也不例外。在这一背景影响下，翻转课堂的教学模式得到了广泛的普及与应用。在高校健美操课程中应用翻转课堂的教学模式，对于高校教学的改革与发展有着十分积极的影响。基于此，本文主要分析“互联网+”时代下高校健美操课程应用翻转课堂教学模式的重要性，并提出几点有效的教学策略，以供参考。

【关键词】：互联网+；高校健美操；翻转课堂；策略

现阶段，在高校健美操课程教学过程中存在的最大问题，便是教学方法单一，而教师们往往缺乏对“互联网+”理念的正确认知，没有完善和优化课堂教学模式，导致学生们学习的积极性与活跃程度不高。而新型翻转课堂教学模式的探索与应用，能够将不同的教学资源相结合，更好的培养学生对健美操课程学习的兴趣，帮助学生轻松掌握健美操要点，从而降低教师的教学压力以及学生的学习压力，提高健美操课堂教学的效果。

1 翻转课堂的基本概述

翻转课堂又被称为“反转课堂”，具体指的是教师调整学生在课内与课外的学习时间，将学习的主动权从教师手里转变到学生手里，全面呈现出学生的主体地位。在这种新型的教学模式内，学生拥有着大量的学习时间，会更加积极主动的学习和探索，通过与教师和其他同学之间的沟通与交流，共同探讨一些有难度、有层次的问题^[1]。在实际教学过程中，教师可以利用网络视频对学生传授相关知识，学生学习教师发布的教学视频，并在互联网平台上实现答疑、交流，这就为学生提供了充足的自主学习时间。在课程任务完成之后，学生也需要积极整合学习内容，养成良好的学习方法与习惯，同时教师也要充分发挥自身的主导作用，满足学生个性化的学习需求，真正做到理论与实践相结合，切实有效的提升教学效果。

2 高校健美操教学应用翻转课堂模式的要求

首先，教师应积极转变教学理念。翻转课堂的教学模式需要教师在正式开展教学活动前就制作好相应的视频讲解，并设计好检测学生学习程度的一些活动，这就对教师的专业技能水平提出了更高的要求 and 标准。教师要不断提升自身的知识储备量与专业技术能力，才能最大化发挥翻转课堂模式

的教学价值，和传统教学模式相比，这需要教师投入更多的精力与时间，教师的教学压力也就变得更重^[2]。其次，需要学生不断激发自己的潜能，将全部精力集中在一起，更加投入的参与到教学活动中，才能够实现更好的学习与进步。由于这种教学模式转变了学生在学习中的角色地位，所以会更加突出学生的独立学习，使得学生主动挖掘教学视频中的重点内容，从而在学习过程中养成良好的实践能力与创新思维。

3 “互联网+”高校健美操翻转课堂教学模式的应用

3.1 在课前教学的应用

在应用翻转课堂教学模式前，高校健美操教师应准备好以下几点工作：首先，教师应设计合理的导学案，深入分析教学大纲，再加上自身对于健美操的理解，确保导学案设计的合理性。同时，要将设计好的导学案上传至高校互联网教学平台上，或者是以QQ群、微信公众平台等方式发布给学生，从而让学生能够初步了解即将要学习的知识点，并结合导学案制定学习计划。其次，教师要适当在网络上找一些优秀的教学资源，或借助学校资源的支持拍摄教学视频，将其上传到校园内部的教学平台。值得注意的是，教学资源应尽量细化，将各项动作进行分解，引导学生由浅入深地进行学习^[3]。最后，教师要为学生制定良好的学习目标，当上传完导学案与教学资源过后，要引导学生自行下载并进行自主学习，帮助学生明确自身学习任务，提前练习相关动作或步法。

3.2 在课堂教学的应用

翻转课堂教学模式的健美操课堂教学与传统教学模式的健美操教学有着本质上的不同，教师可以将线下课堂教学作为检测学生线上学习效果的主要途径，通过课堂测试的方法提升学生学习效果。在实际教学过程中，教师在线下教学

场地展开教学时,要评判学生技术动作的准确性、动作与音乐的配合度、身体姿态的规范性等,同时,对于学生在练习过程中存在的问题要及时指出并纠正,加强与学生之间的探讨,共同分析错误实现的原因,对于一些没有在课前自主学习健美操资源的学生要适当给出批评,提升学生学习的自主性。除此之外,教师也可以将学生分为不同的小组,一组扮演“裁判”,另一组扮演“运动员”,在课堂上分组练习,互相评价,让学生在自评和互评下共同进步。

3.3 在知识内化阶段的应用

传统的高校健美操教学,由于教师在课堂上大部分的时间都是用来语言描述,这就让学生无法生动形象的感受健美操专业知识与技能的内涵,尤其是对于一些高难度动作来说,学生无法真正掌握实际要领^[4]。而翻转课堂的出现,能够充分发挥现代信息技术的优势,整合课内与课外的所有教学资源,帮助学生在课堂上解决疑问,在课堂上积极动脑思考,逐渐完善高校健美操课程教学过程,让学生们快速完成知识内化。因此,在这一时期,为了使学生完成知识的内化,教师应注重对教学的总结反馈,使学生完成成果展示,将自己的学习状况进行表达呈现。成果展示形式可以通过视频录制、教师评价、同学评价等方面。通过上述手段,会帮助学生掌握自身学习状况,根据自身的薄弱点进行健美操知识与技能的深化学习。最后,学生的主动性是翻转课堂中的重要

内容,教师要注重强调学生的主体地位,并让学生在互动交流的过程中增强学习自信心,营造出轻松愉快的学习氛围,从而激发学生学习兴趣,实现良好的教学目标。

3.4 在课后作业的应用

经过线上教学资源的自主学习和线下师生之间现场交流互动环节之后,教师也要为学生布置课后作业,让学生在规定的时间内完成作业任务。比如,经过系统的学习录制一段健美操视频上传至班级群、学习通等APP上,这有利于教师根据学生作业完成的情况及时得到教学反馈,从而转变接下来的教学内容,提升教学的有效性,同时也能够引起学生之间的交流与经验分享^[5]。除此之外,学生也可以将自身在学习过程中遇到的困难,和教师与其他同学生进行线上的留言与讨论,教师要做的就是及时浏览所得到的反馈信息,实时了解学生的学习动态,并做好教学总结,充分发挥翻转课堂教学模式的价值与作用。

结束语

总而言之,在科学技术不断发展的背景下,越来越多的网络平台为学生提供了丰富的教学资源,开启了教育领域的重大革新。在高校健美操教学过程中,教师要正确认知翻转课堂教学模式的本质意义,并将其合理地应用在教学过程中,切实提升高校健美操课堂教学的效果。

参考文献:

- [1] 杨雪红,郑磊石.“互联网+教育”背景下健美操在线教学课程设计[J].体育科学研究,2020,24(3):89-92.
- [2] 陈婷.“互联网+”背景下高校健美操网络教学模式应用研究[J].当代体育科技,2020,10(23):153-155.
- [3] 赵志梅.“互联网+”背景下地方高校健美操教学改革与实践[J].创新创业理论研究与实践,2020,3(11):53-54.
- [4] 王竹青,杨乙元.“互联网+”背景下高校健美操网络教学模式研究[J].运动精品,2019,38(10):22-23.
- [5] 杨乙元,黄咏.“互联网+”背景下高校健美操教学中运用慕课、微课、翻转课堂的探讨[J].湖北师范大学学报(自然科学版),2019,39(03):101-104.

作者简介:盛蕾,女(1980.5—),汉族,江苏南通人,硕士,南通大学副教授,研究方向:高校体育课程。