

基于微信平台的《体育基础》微课制作与应用研究

邹学芝

浙江理工大学体育教研部 浙江 杭州 310018

【摘要】：通过文献资料法、实验法、问卷调查法及数理统计法对《体育基础》课程进行了微课的设计、制作及应用。研究结果显示融合微信与微课的教学模式明显有助于提高学生喜爱体育的程度、增强学生参与体育活动的主动性；对于提高学生的课程评价指标成绩效果显著。

【关键词】：微信；微课；制作；应用

根据《〈体育与健康〉教学改革指导纲要》精神，为落实“教会、勤练、常赛”根本要求，在“互联网+教育”的时代背景下，从体育课堂教学的发展趋势、学生体育课堂学习的需求及教师教学的效果提高等方面出发，利用微信和微课改革传统教学模式是课堂教学改革的有效方式。

1 实验对象与研究方法

1.1 实验对象

以浙江理工大学《体育基础》教学班随机抽取两个课程班级共60名同学，30人/班。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

通过查阅中国知识资源总库中期刊、优秀硕士、博士学位论文，收集关于“双微教学法”、运动技能学习与控制等方面的资料，为本文的研究作理论支撑。

1.2.2 实验法

实验对象随机分成实验班和对照班。首先对实验班和对照班同学学习兴趣、学习效果进行比较分析，确定两者无显著性差异，然后采用“双微”教学模式和传统教学模式分别对实验班和对照班进行教学。实验分两轮进行，每轮实验32学时，2学时/周。

1.2.3 问卷调查法

实验前对实验班和对照班进行《大学生体育学习兴趣水平量表》，采用现场集中发放，现场回收的方式，共发放问卷60份，回收60份，回收率100%。有效问卷60份，有效率100%。

1.2.4 数理统计法

对问卷调查数据及成绩测试数据用SPSS统计软件进行统计分析。

2 《体育基础》微课的设计与制作

将《体育基础》课程技术按动作结构分解成不同的环节，依照由易到难、循序渐进的阶梯式进行编排，各单元、各环节进行重点、难点分析的原则进行微课设计。

微课以视频为主，以“精简、独立整合、灵活呈现”的原则进行制做。同时对微课教学内容辅助动作技术等设计、制做。

3 《体育基础》课堂教学微课的应用

对照班采用传统教学方式，课堂教学中教师传授教学内容、学生进行课堂练习、课堂反馈，教师进行课堂

指导。实验组采用微信与微课相结合的新模式。

4 结果与分析

4.1 实验前后实验组与对照组学生学习兴趣比较分析

4.1.1 实验前实验组与对照组学生学习兴趣比较分析

表1 实验前实验组和对照组学生体育学习兴趣对照表

指标	组别	$\bar{x} \pm s$	T	P
厌恶体育学习的程度	实验组	28.65±3.06	-0.531	0.430
	对照组	26.55±2.135		
喜爱体育课的程度	实验组	27.24±4.616	-0.567	0.561
	对照组	27.88±2.656		
课外自主体育学习程度	实验组	10.98±3.483	-0.794	0.503
	对照组	9.56±3.856		
课外关注和参与体育活动程度	实验组	19.87±3.854	-0.302	0.744
	对照组	19.24±3.57		

实验第一周对实验组和对照组学生发放《大学生体育学习兴趣水平量表》问卷，结果如表1所示，对照班和实验班的同学在体育学习兴趣水平四个纬度上P值都大于0.05，没有显著性差异，说明两个班的学生在体育学习兴趣方面无差异性，学生对体育课的喜爱程度处于同一水平。

4.1.2 实验后实验组与对照组学生学习兴趣比较分析

表2 实验后实验组和对照组学生体育学习兴趣对照表(表格格式)

指标	组别	$\bar{x} \pm s$	T	P
厌恶体育学习的程度	实验组	28.00±5.734	-2.558	0.032*
	对照组	27.34±5.432		
喜爱体育课的程度	实验组	32.66±4.936	-3.025	0.006**
	对照组	25.83±5.974		
课外自主体育学习程度	实验组	11.56±2.52	-3.643	0.004**
	对照组	9.55±2.86		
课外关注和参与体育活动程度	实验组	25.00±4.534	-2.638	0.023*
	对照组	20.65±4.480		

实验最后一周对实验组和对照组学生发放问卷，结果如表2所示，实验组与对照班的同学在“厌恶体育学习的程度”和“课外关注和参与体育活动程度”两个纬度上P值小于0.05，有统计学意义。“喜爱体育课的程度”和“课外自主体育学习程度”两个纬度，P值都小于0.01，具有显著性差异。说明通过改革教学模式，学生厌恶体育学习的程度有所下降，学生课外对于体育的关注度及参与体育活动的主动性有所改善。

4.2 实验前后实验组和对照组课程评价指标成绩比较研究

4.2.1 实验前实验组和对照组课程评价指标成绩比

较研究

表3 实验前实验组与对照组学生课程评价各项指标成绩比较分析

指标	组别	$\bar{x} \pm s$	T	P
50 米跑	实验组	74.45 $\pm$ 5.43	-2.558	0.654
	对照组	75.54 $\pm$ 3.257		
中长跑	实验组	75.57 $\pm$ 8.456	2.437	0.646
	对照组	76.54 $\pm$ 2.543		
立定跳远	实验组	72.42 $\pm$ 6.087	-3.643	0.743
	对照组	73.63 $\pm$ 3.456		
力量类	实验组	66.79 $\pm$ 5.153	3.743	0.435
	对照组	65.65 $\pm$ 3.285		

表3显示,实验前实验组与对照组学生的各项指标成绩方差检验P值均大于0.05,无差异性,实验组与对照组学生身体素质处于同一水平。

4.2.2 实验后实验组和对对照组课程评价指标成绩比较研究

表4 实验后实验组与对照组学生课程评价各项指标成绩比较分析

指标	组别	$\bar{x} \pm s$	T	P
50 米跑	实验组	79.87 $\pm$ 4.242	4.724	0.044*
	对照组	74.56 $\pm$ 2.453		
中长跑	实验组	80.54 $\pm$ 3.516	2.002	0.007**
	对照组	74.52 $\pm$ 2.632		
立定跳远	实验组	79.53 $\pm$ 4.032	3.647	0.005**
	对照组	73.65 $\pm$ 3.564		
力量类	实验组	70.65 $\pm$ 4.153	3.510	0.031*
	对照组	64.74 $\pm$ 3.587		

参考文献:

- [1] 阴甜甜. 基于微课的线上教学模式在高校体育教学中的构建[J]. 中国多媒体与网络教学学报, 2020(10):37-39.
- [2] 周传坤. 微课在普通高校篮球选修课中的应用研究[J]. 科技咨询, 2020(5):169-170.
- [3] 钱应华. 微信平台在高校体育教学中的应用研究[J]. 运动精品, 2121(8):33-34.
- [4] 曾伟. 基于微信公众平台的大学体育微课设计与应用研究[J]. 青少年体育, 2019(6):75-76.

作者简介: 邹学芝(1976年1月18日), 性别: 女, 民族: 汉, 籍贯: 山东高密, 职务/职称: 体育部副主任副教授, 学历: 研究生, 单位: 浙江理工大学, 研究方向: 体育教学。

2018年浙江理工大学课改项目: 基于微信平台对《体育基础》的微课设计、制作及应用研究研究。

实验最后一周对学生进行课程评价指标测试, 结果显示, 实验后实验组与对照组50米跑、力量类P值小于0.05, 具有统计学意义。中长跑、立定跳远差异性检验P值小于0.01, 具有显著性差异。说明经过一个周期的实验后实验组的各项成绩提高明显。究其原因, 体育学科课堂教学具有行为多于语言, 直观大于抽象的特征。微信与微课结合的教学模式可以实现学习资源的及时传递与拓展, 学生学习突破时间、空间的限制。同时, 师生之间进行无时差、零距离的交流与互动。

5 结论与建议

实验后实验组与对照组的“喜爱体育课的程度”和“课外自主体育学习程度”两个纬度具有显著性差异。课堂教学模式与方法宜从培养学生的学习兴趣入手, 改变学生对于体育学习的认识, 帮助学生享受运动的乐趣。

实验前、后实验组“喜爱体育课的程度”“课外自主体育学习程度”两个纬度具有显著性差异。微信与微课结合的教学模式有利于落实“教会、勤练、常赛”的根本要求, 有助于培养学生主观能动性, 提高体育素养。

实验后实验组与对照组学生的课程评价指标成绩50米跑、力量类两个指标具有统计学意义。中长跑、立定跳远两个指标具有显著性差异。“双微”教学模式对于提高学生耐力、改善下肢爆发力具有显著效果。