

“三知”教学理念结合智慧课堂在高校田径教学中的实践研究

沈艳¹ 朱清华^{2*}

1. 湖南工学院, 中国·湖南 衡阳 421002

2. 南华大学, 中国·湖南 衡阳 421001

摘要:近年来,人们对田径竞技运动的研究和关注越来越多,但在高校,田径运动的发展却持不乐观的态度,田径课程在普通高校的公共体育教学中却面临着困境。随着社会发展的多样化,电子设备的广泛使用,深入到学生生活的角角落落,电脑、手机大量使用占用了大学生的大部分时间,从而导致大学生久坐时间长、锻炼时间少,导致其身体健康状况急速下滑。高校体育教育的教学应该注重学生体质健康全面发展,促进学生兴趣的培养和培养学生终身体育意识。本项目基于“三知”教学理念,把握“课前先知、课中思知、课后探知”的内涵与要求,采用“智慧体育课堂”教学模式,以“天天跳绳”App为智能综合体育运动平台为智慧教学平台,通过各种有趣味的游戏来进行田径教学,将田径运动内容健身化,使学生充分体会健身锻炼手段的趣味性、有效性,培养其通过田径锻炼手段进行自我练习的良好习惯,改变田径课内容单一,练习手段枯燥,教师应注重学生的身体素质提升和运动量,通过体育课,让学生达到运动量和提高身体素质,激发学生锻炼的兴趣,逐步培养终身体育意识,为中国体育人口的发展打下坚实的基础。

关键词:大学体育;智慧课堂;田径教学;大学生身体素质

Practical Research on the Application of the “Three-Knowledge” Teaching Concept in the Track and Field Teaching in Colleges and Universities with the Aid of Smart Classroom

Yan Shen¹ Qinghua Zhu^{2*}

1. Hunan Institute of Technology, Hengyang, Hunan, 421002, China

2. University of South China, Hengyang, Hunan, 421001, China

Abstract: In recent years, there has been increasing research and attention on track and field athletic sports. However, in colleges and universities, the development of track and field sports is not optimistic, and track and field courses face difficulties in the public physical education teaching in general universities. With the diversification of social development, the extensive use of electronic devices has penetrated into every corner of students' lives. The extensive use of computers and mobile phones has occupied most of the time of college students, resulting in long sedentary time and less exercise time for college students, which has led to a rapid decline in their physical health. The teaching of physical education in colleges and universities should focus on the comprehensive development of college students' physical fitness, cultivate students' interests, and foster students' lifelong sports consciousness. Based on the teaching concept of “three knowledges”, this project grasps the connotation and requirements of “knowing before class, thinking during class, and exploring after class”. It adopts the teaching mode of “smart physical education classroom”, takes the “Tian Tian Tiao Sheng” App as an intelligent comprehensive sports platform and a smart teaching platform. It conducts track and field teaching through various interesting games, makes the content of track and field sports fitness-oriented, enables students to fully experience the fun and effectiveness of fitness and exercise methods, cultivates their good habits of self-practice through track and field exercise methods, and changes the single content and boring practice methods of track and field courses. Teachers should pay attention to improving students' physical fitness and exercise volume. Through physical education courses, students can achieve the exercise volume and improve their physical fitness, stimulate students' interest in exercise, gradually cultivate the lifelong sports consciousness, and lay a solid foundation for the development of the sports population in our country.

Keywords: college physical education; smart classroom; track and field teaching; physical fitness of college students

0 前言

在高校中,大学体育作为一门公共必修课程,是高等

院校课程体系的重要组成部分,在完成高等院校素质教育,培养德、智、体全面发展的人才工作方面起着一份重要的作

用。大学生作为体育锻炼的主力军,是体育运动的重要组成部分。经常进行田径运动教学与锻炼,能够很好地培养学生集体主义精神,协作精神,还能培养竞争意识,锻炼坚强的毅力,促进了学生终身体育观的形成时还能提高学生的身体素质 and 运动技术水平。

1 高校大学体育田径教学现状

近年来,人们对田径竞技运动的研究和关注越来越多,但在高校,田径运动的发展却持不乐观的态度,田径课程在普通高校的公共体育教学中却面临着困境。

大学田径公共课程是以走、跑、跳、投等多种身体练习为基本手段,以健身性、实用性练习项目为主要内容,发展人的基本运动能力和生存能力、促进身心健康全面发展为主要目标的基础性体育实践课程^[1]。但目前,人们对田径运动的理解过分偏重于运动技术与运动成绩而忽视其他方面的特性,很多大学生在选课时,表现出不喜欢田径课,不愿意选择田径选项课的现象,高校田径公共体育的发展也受到多重阻碍,大学生们对田径课程的评价是:教学内容枯燥、乏味,运动方式单一,运动量大。所以,田径课在高校公共体育课中很难开展。拓展田径运动文化底蕴^[2],消除偏见,

提高认识,整合田径教学资源,优化教学项目,改变教学方法是当下改革的重要内容。石晓晨和闫永泰^[3]的研究认为,公共体育教师根据学生的不同性格、爱好或不同的体质状况,为学生提供个性化的教学方案,达到产生学习兴趣、保证体育教学效果的目的。

本项目的教学理念是借鉴窦丽等在“高校“智慧体育课堂”的价值与模式研究”中的“三知”教学理念^[4]，“三知”指课前先知、课中感知、课后探知,既课前进行学情分析、微课预习和教学设计;课中进行情境设置、探究学习、运动实时监测、总结提高;课后进行微课辅导、课后延伸和反思评价;根据“课前先知、课中感知、课后探知”的内涵与要求,采用“智慧体育课堂”教学模式,以“天天跳绳”App 为智能综合体育运动平台(见图1)为智慧教学平台,通过各种有趣味的游戏来进行田径教学,将田径运动内容健身化,使学生充分体会健身锻炼手段的趣味性、有效性,培养其通过田径锻炼手段进行自我练习的良好习惯,改变田径课内容单一,练习手段枯燥,提高身体素质,激发学生锻炼的兴趣,逐步培养终身体育意识,为中国体育人口的发展打下坚实的基础。



图 1 “天天跳绳” App 智能综合体育运动平台模块构成

2 “三知”智慧体育课堂教学理念

“智慧体育课堂”的教学模式最主要的特点是教学手段融入新一代的信息和科学技术,运用“互联网+”的思维方式和物联网等新一代的信息技术^[5],基于微信公众平台和运动负荷监控系统发布相关任务,探索了一种课前“先知”,课中“感知”和课后“探知”的新型教学模式。教学的每个阶段都体现出体育课传统教学与信息技术的深度融合,突出“智慧化”^[6],不仅体现在教学手段上的“智慧”,更突出教学理念的“智慧”,可实现课前多媒体微课程电子教材预习、课中互动教学、课后微课程运动辅导三大功能。

“智慧体育课堂”教学设计可依据学生的运动数据,对学生的整个学习阶段进行过程性评价,改变传统体育教学以终结性评价为主的单一模式。田丽^[7]在采用趣味田径教学的文

章中指出,使用“雨课堂”智慧教学平台,实现电子点名,课堂开始后,在学习新内容阶段,将智能手机变成学习的工具,学生遇到不懂得问题就可以直接在手机上提问,查看事先导入的课程学习资源。教师作为指导者,对学生分组指导和答疑,教师直接在课堂发起问题,学生当堂回答,这样增加了师生互动交流的频率,提高了课堂氛围,学生的学习积极性也增加,学习新动作阶段的精力投入明显,见图2。

3 教改模式满意度调查分析

《田径班俱乐部》课程的“三知”教学理念智慧课堂改革对学生来说是满意的吗?是否达到预期的效果,学生能更加理解和掌握课程的内容?学生课前是否愿意参加预习?学生课中是否愿意积极回答问题,参与互动?学生课后愿意主动探索、主动锻炼?是否激发了学生想选田径的兴

趣?是否增加了学生课后锻炼的频次?为此,在课程结束1周后,对田径俱乐部1班、2班、3班、4班120个人进行了问卷调查,调查结果能反映学生对课程改革的真实想法和态度。调查问卷设立了:我很喜欢此次教改模式、本次教改模式让我更加理解和掌握课程内容、我课前愿意参加课前预习、我课中愿意积极回答问题,参与互动、我课后愿意主动探索、主动锻炼、激发了我学田径课程的兴趣、增加了我的课后锻炼的频次7项内容。调查结果如表1所示,相比传统田径教学模式,近86.5%的学生赞成科“三知”教学理念的教改模式,其中完全赞成占45.3%、赞成占41.4%、中立12.3%、不满意1.2%。对于本教改模式更加有助于理解和掌握课程内容,36.8%的学生完全赞成、赞成占53.2%、中立占10%、说明大部分学生认可此次“三知”教学理念的教

改模式。对于课前愿意参加课前预习,66.8%的学生表示完全赞同、赞同占33.2%。对于我课中愿意积极回答问题,参与互动,78.2%的同学非常愿意参与互动,21.8%的同学赞成。对于课后学生愿意的主动探究和锻炼,有83.6%非常愿意,16.4%的同学愿意;有88.6%的学生表示教改激发了学生学田径课程的兴趣,课程结束后有86.2%的学生在无课时间去锻炼,增加了课后锻炼的频次。从以上教改模式满意度调查发现,大部分学生赞同“三知”教学理念的教改模式,此次项目从开始到结题,都运用智慧体育课堂的教学方式、管理办法,推动学生全面发展,实现体育教学的智能化、学生完成课程质量的准确化,在快乐运动的体验下,掌握田径等项目的技术和本领,提高运动能力参与的范围,帮助大学生养成终身体育的良好习惯。

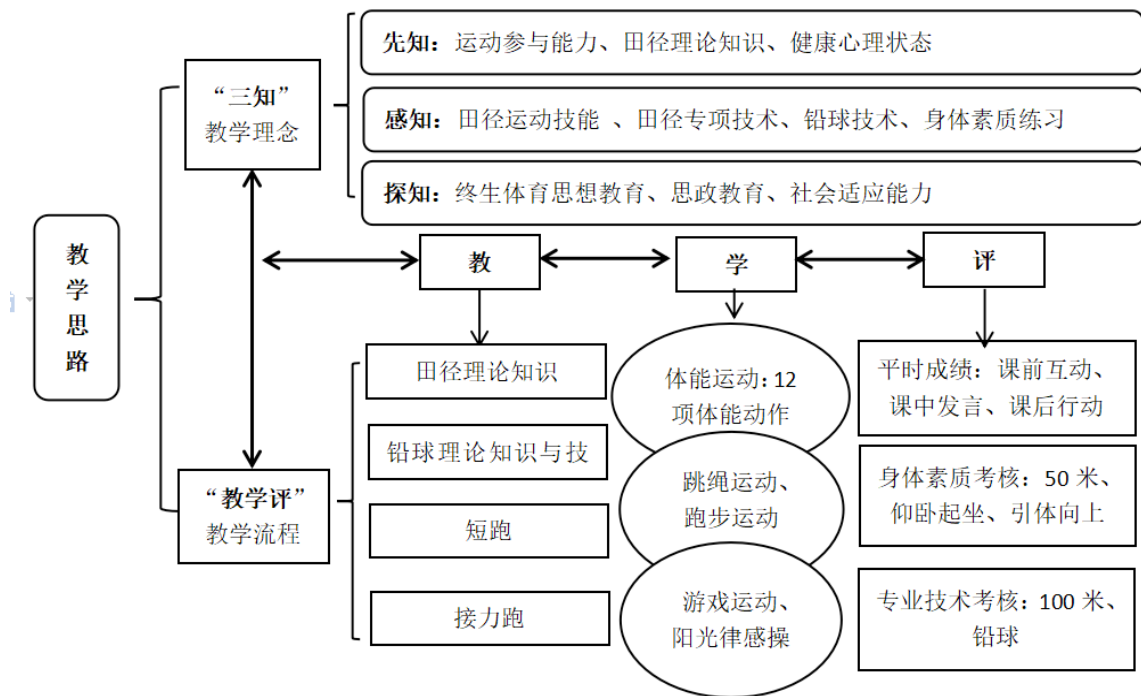


图2 《田径俱乐部》课程的教学思路

表1 “三知”教学理念结合智慧课堂教改模式满意度调查

内容	非常赞成	赞成	中立	反对	强烈反对
我很喜欢此次教改模式	45.3	41.2	12.3	1.2	0
本次教改模式让我更加理解和掌握课程内容	36.8	53.2	10	0	0
我课前愿意参加课前预习	66.8	33.2	0	0	0
我课中愿意积极回答问题,参与互动	78.2	21.8	0	0	0
我课后愿意主动探索、主动锻炼	83.6	16.4	0	0	0
激发了我学田径课程的兴趣	88.6	11.4	0	0	0
增加了我的课后锻炼的频次	86.2	13.8	0	0	0

4 结论与展望

“三知”教学理念结合智慧课堂的实践研究,通过各种有趣味的游戏来进行田径教学,将田径运动内容健身化,使学生充分体会健身锻炼手段的趣味性、有效性,培养其通

过田径锻炼手段进行自我练习的良好习惯,不仅改变田径课程内容单一,练习手段枯燥,提高身体素质,激发学生锻炼的兴趣,还逐步培养学生终身体育意识,为中国体育人口的发展打下坚实的基础。“三知”教学方式实现了从传统的模仿

纠正正式教学向信息技术支撑下的师生实时互动教学的转变,师生、生生之间的沟通交流更加立体化、即时化,教师能够根据不同学生的身心特点进行有差别的、有针对性的教学,更具体的做到因材施教。通过考核结果分析得出,教改加强了课前学生的练习、互动交流情况;增强了课中学生相互之间的“感知”、学生对自己身体的“感知”和教师对体育教学整体设计的“感知”,增加了师生互动交流的频率,提高了课堂氛围,增加学生的学习积极性;加强了课后学生不断“探索”提高身体素质和体质健康的知识和方法,并增加了学生课外锻炼的次数,老师也反向检查教学效果,促进师生双方的反思评价。总体来说,“三知”教学理念结合智慧课堂的实践研究有助于学生体育知识和技能的习得,帮助学生课前更加优化课堂的学习进程,对提高体育课堂的学习效率和教学效果具有重要的作用。提高学生对田径项目的兴趣,贯彻“健康第一”的体育教学理念,增强学生体质、培养学生“终身进行体育运动的习惯”,落实“以体育人”的根本任务,旨可为高校公共体育课程改革与田径课的实施提供理论借鉴与参考,同时也可对其他体育课程的教学改革提供理论依据和实践经验。

参考文献:

[1] 何雯雯,杨丽珠.趣味田径在公共体育教学中的应用研究[J].文体

用品与科技,2020(19):148-149.

[2] 闫叶.疫情常态化下高校智慧体育课堂的实施路径探究[J].文体用品与科技,2022(4):158-160.

[3] 石晓晨,闫永泰.人本主义教育思潮下高校体育教学方法改革的思考[J].体育世界(学术版),2018(3):25+29.

[4] 窦丽,陈华卫,钱澄.高校“智慧体育课堂”的价值与模式研究[J].体育文化导刊,2018(11):136-140+146.

[5] 朱海涛,程亮亮.“互联网+”背景下高校智慧体育教学的创新研究[J].重庆科技学院学报(社会科学版),2021(3):103-107.

[6] 姜顺.高校公共体育田径课趣味性教学的实验研究[J].当代体育科技,2018,8(4):97+99.

[7] 田丽.高校公共体育课采用趣味田径教学的必要性分析[J].当代体育科技,2017,7(29):151-152.

作者简介:沈艳(1992-),女,中国湖南临湘人,博士,讲师,从事体育教学与运动训练研究。

通讯作者:朱清华(1990-),男,中国湖南衡阳人,硕士,讲师,从事体育教学与运动训练研究。

基金项目:2023年湖南省普通高校教学改革项目(项目编号:HNJG-20231318)。