

新媒体技术赋能高校啦啦操翻转课堂教学改革研究

蒋培鑫¹ 秦佩燕²

1. 广西物流职业技术学院, 中国·广西 贵港 537100

2. 灵川县八里街学校, 中国·广西 桂林 541200

摘要:在教育数字化转型背景下, 新媒体技术为高校体育教学改革提供了全新路径。本文聚焦啦啦操教学, 梳理了新媒体技术赋能啦啦操翻转课堂落地的核心逻辑和适配价值, 剖析了传统啦啦操教学和现有翻转课堂模式的不足, 重点探究新媒体技术推进啦啦操翻转课堂教学改革的框架, 从课前预习、课中实践、课后拓展一整套流程给出了具体的做法。旨在为提高高校啦啦操教学质量, 促进学生的运动技能和核心素养共同提升, 提供可行的理论和实践参考。

关键词: 新媒体技术; 高校啦啦操; 翻转课堂; 教学改革; 核心素养

Research on the Reform of Cheerleading Flipped Classroom Teaching in Colleges and Universities Empowered by New Media Technology

Jiang Peixin¹, Qin Peiyan²

1. Guangxi Vocational and Technical College of Logistics, China Guangxi Guigang 537100

2. Balijie School of Lingchuan County, China Guangxi Guilin 541200

Abstract: In the context of digital transformation in education, new media technologies provide entirely new pathways for the reform of physical education teaching in universities. This paper focuses on cheerleading instruction, outlining the core logic and applicable value of how new media technologies empower the implementation of flipped classrooms in cheerleading. It analyzes the shortcomings of traditional cheerleading teaching and existing flipped classroom models, and emphasizes the framework for promoting cheerleading flipped classroom teaching reform through new media technologies. Specific methods are provided for the entire process, including pre-class preparation, in-class practice, and post-class expansion. The aim is to offer feasible theoretical and practical references to improve the quality of university cheerleading teaching and to promote the simultaneous enhancement of students' athletic skills and core competencies.

Keywords: New media technology; College cheerleading; Flipped classroom; Teaching reform; Core competencies

0 引言

啦啦操作为兼具健身性、观赏性与团队协作性的体育项目, 在高校体育教学体系中占据重要地位。但现在高校啦啦操教学还呈现诸多难题: 传统课堂都以老师示范、讲解, 学生被动听、被动学为主, 导致学生的学习主动性不足; 上课时间有限导致学生练习技能的机会不足, 个性化指导难以落实; 理论知识和实际操作脱节, 学生对啦啦操背后的文化内涵也理解匮乏。翻转课堂虽然能优化教学结构, 但如果缺少技术支持时易出现教学资源零散、老师和学生互动不及时等问题。而新媒体技术的直观性、互动性、方便性, 正好能弥补这些短板。因此, 开展新媒体技术赋能高校啦啦操翻转课堂教学改革研究, 不仅是解决现在教学难题、提高教学效果的需要, 也是推动高校体育教学往数字化、个性化方向发展的重要探索。

1 新媒体技术与高校啦啦操翻转课堂的适配基础

1.1 新媒体技术的核心特征与教学应用价值

新媒体技术的核心特点就是数字化、网络化、能互

动, 像短视频平台、直播系统、虚拟仿真技术、在线学习平台这些都属于新媒体。它在高校体育教学里的优势主要有三个方面: 第一是打破时间和空间的限制, 依靠在线资源共享和手机、平板等移动学习设备, 让学生能自主安排学习时间、学习地点, 弥补上课时间不足的问题; 第二是让教学内容更直观, 通过视频拆解动作、三维建模展示、慢动作回放等方式将啦啦操复杂的动作要领与节奏把控清楚地呈现出来, 让学生更容易理解; 第三是提高互动效果, 依靠在线交流群与实时反馈工具, 实现老师和学生、学生和学生之间能多方面互动, 及时解决学习中遇到的问题。此外, 新媒体技术还能记录教学过程、追踪学习情况, 给个性化教学提供数据支持, 符合高校体育教学往个性化、精细化方向发展的需求^[1]。

1.2 高校啦啦操翻转课堂的核心内涵与教学逻辑

啦啦操翻转课堂的核心理念就是“以学生为中心”, 把传统的教学流程进行翻转, 原本在课堂上老师讲解知识和示范动作的环节, 放到课前让学生自己完成, 课堂时间就专门用来强化技能、小组讨论和针对性指导。它的核心

教学逻辑是“课前自己预习—课中合作探究—课后拓展提升”的闭环：课前主要让学生自己学基础知识和基础动作，建立初步的认识；课中通过老师引导、小组合作、纠正动作这些方式，加深对技能的掌握和运用；课后依靠拓展资源和实践任务，巩固学习成果，拓展学习的深度和广度。和传统啦啦操课堂比，翻转课堂更注重让学生主动参与、个性化发展，可以充分调动学生学习的积极性，也符合啦啦操需要团队协作和自主探究的学习特点^[1]。

1.3 新媒体技术与啦啦操翻转课堂的适配性分析

新媒体技术和高校啦啦操翻转课堂深度结合具有天然适配性，两者协同发力能让教学效果更好。从教学资源来看，新媒体技术能把文字、图片、视频、音频这些资源进行整合，建立一个丰富的啦啦操翻转课堂教学资源库，给课前预习提供足够的支持，从而解决传统翻转课堂资源单一、形式枯燥的问题；从教学互动来看，新媒体的实时互动功能打破课前、课中、课后的时间空间限制，让老师和学生可以随时进行沟通和反馈，从而提高翻转课堂的互动效果；从教学实施来看，新媒体技术的个性化推送功能，可以根据学生的学习进度和能力差异，精准推送适合的学习资源和练习任务，帮助翻转课堂实现个性化教学的目标；从教学评价来看，新媒体技术能记录学生的学习轨迹、看资源的时间、参与互动的情况等数据，为翻转课堂的多元评价提供客观依据，弥补传统评价方式主观、维度单一的问题^[3]。

1.4 新媒体赋能啦啦操翻转课堂的现实困境

虽然新媒体技术和啦啦操翻转课堂有很好的适配性，但实践过程中还是有不少难题。第一，教学资源建设不足，当前网上的啦啦操资源大多是简单的动作演示视频，缺少系统的知识讲解、动作拆解和难点分析，无法满足翻转课堂课前预习的深度需求；而且资源更新不及时，跟不上啦啦操项目的发展和教学改革的要求。第二，老师的技术应用能力不够，有些体育老师对新媒体技术的认知和操作能力有限，无法熟练使用在线平台、视频剪辑、虚拟仿真等技术做教学设计和教学实施，影响了技术辅助教学的效果。第三，学生的自主学习能力有差异，有些学生缺乏良好的自主学习习惯，课前预习的时候无法主动完成学习任务，导致翻转课堂的教学流程无法顺利推进。第四，教学评价体系不完善，当前的翻转课堂还是主要以技能考核来评价，没有充分利用新媒体记录的学习过程数据，形成过程和结果结合的多元评价方式，无法全面反映学生的学习效果和素养发展水平。第五，技术应用太单一，有些教学只是盲

目使用新媒体技术，没有结合啦啦操的项目特点和学生的实际需求做针对性设计，导致技术辅助教学只存在于表面。

2 新媒体技术赋能高校啦啦操翻转课堂教学改革实施路径

2.1 课前预习环节：构建新媒体化自主学习体系

课前预习是翻转课堂的基础，依靠新媒体技术建立系统的自主学习体系才能保证后续的教学环节顺利推进。首先，要建设优质的教学资源，组建专业团队开发专门针对啦啦操翻转课堂的线上资源库，资源需要包含啦啦操的基础知识、动作要领拆解、节奏把控技巧、文化内涵解读等内容，用短视频、三维动画、虚拟演示等形式进行呈现，提升资源的趣味性与可读性；同时，要根据教学进度和教学目标，将资源分类整理好，方便学生快速找到自己需要学习的内容。

其次，建立个性化的学习平台，利用在线学习系统的个性化推送功能，根据学生之前的学习基础和能力差异，精准推送适合的预习资源和学习任务；设置学习提醒功能，督促学生按时完成预习，保证预习效果。

最后，建立课前互动反馈机制，依靠学习平台的讨论区、留言板或者即时通讯工具，鼓励学生预习的时候主动提问，老师及时解答疑惑；同时，通过平台收集学生的预习反馈，整理出学生共同遇到的问题和个别学生的个性化难点，为课中教学设计提供依据，让教学更有针对性^[4]。

2.2 课中实践环节：打造新媒体赋能的互动式教学场景

课中实践是翻转课堂的核心，用新媒体技术打造互动式教学场景，可以帮助学生更好地掌握技能、培养协作能力。第一，开展精准的示范和教学指导，用多媒体设备回放课前预习的重点动作，结合老师现场示范做对比讲解；针对学生预习时反馈的共性问题，用慢动作演示、动作分解动画这些方式重点讲解突破；对于个别学生的难点，用手机或者平板等移动设备记录学生的动作视频，并与标准动作对比分析，帮助学生准确找到问题并及时纠正。

第二，构建多样的小组合作学习模式，用分组工具把学生分成若干学习小组，布置小组合作任务；依靠平台的在线协作功能，让小组里的学生分享学习心得、交流动作练习的经验，一起解决学习难点；老师通过平台实时关注每个小组的进度，适当进行介入指导，提高小组合作学习的效果。

第三，加入沉浸式教学体验，用虚拟仿真技术建啦啦操虚拟训练场景，让学生在虚拟环境里练习动作、编排套

路,增加教学的趣味性和沉浸感;用AR技术把虚拟的动作要领、节奏提示叠加到现实教学场景里,帮助学生更好地把握动作细节和节奏变化。第四,加强实时互动和反馈,通过课堂互动系统组织即时问答和动作展示点评等活动,鼓励学生主动参与;用投票、点赞这些功能收集学生对教学内容和教学方式的反馈,及时调整教学节奏和方法,提升课堂教学的适配性^[5]。

2.3 课后拓展环节:搭建新媒体化延伸学习平台

课后拓展是巩固学习成果、提升学习能力的重要环节。依靠新媒体技术搭建延伸学习平台,就能实现啦啦操学习的常态化。一方面,为给学生推适合的拓展资源,根据学生上课的表现和技能掌握情况,通过在线平台推送对应内容,比如啦啦操如何编排、高级动作练习、赛事鉴赏、文化传承相关内容等。

另一方面,需要建立多样的交流展示平台,比如用短视频平台、校园学习社区这些新媒体,开展啦啦操学习交流专区,鼓励学生把自己的练习视频、编排的作品进行上传,大家在线互相进行点评与交流;定期组织线上主题分享会,让优秀学生讲解自己的经验和心得,营造良好的学习氛围。另外,还要建立课后跟踪指导的机制,老师通过平台随时关注学生课后学习的情况,对学生传上来的作品和练习视频进行点评指导,及时解决他们课后遇到的困惑,形成“课前一课中—课后”一整套完整的教学支持体系^[6]。

2.4 教学保障体系:完善新媒体赋能的支撑机制

为了确保新媒体推进啦啦操翻转课堂改革顺利进行,需要从团队建设、资源管理、评价优化等方面将教学保障体系建立完善。团队建设上,要加强老师新媒体技术应用能力的培训,定期开展在线平台操作、视频剪辑、虚拟仿真技术如何运用等专题培训,提高老师的技术应用水平和教学设计能力;还要组建跨学科的教学团队,通过将体育教学、信息技术、新媒体运营这些领域的专业人才进行整合,共同参与教学资源建设和教学改革实践。

资源管理上,要建立教学资源动态更新的机制,定期收集行业里的新动态和教学实践的反馈,更新完善线上资源库;建立资源审核机制,保证资源内容科学与规范;鼓励学生参与资源建设,将学生的优秀学习视频与编排的作品进行收集,从而丰富资源库的内容。

评价优化上,要建立多元的教学评价体系,把过程性评价和结果性评价进行结合,过程性评价包含学生课前预习参与情况、课上互动情况、课后拓展任务完成情况;结果性评价重点在于技能掌握水平与核心素养提升情况;充

分利用新媒体记录的学习数据,为评价提供客观依据,让评价更科学、更全面。技术支撑上,要加强校园网络基础设施建设,保证在线教学平台能够长期稳定运行;选择适配性强、操作便捷的新媒体教学工具,降低老师和学生的使用难度;建立技术服务保障团队,教学过程中遇到技术问题能及时解决,为教学改革提供顺畅的技术支持。

2.5 教学改革反思与优化机制

用新媒体推进高校啦啦操翻转课堂教学改革是一个持续优化的过程,需要建立常态化的反思和优化办法。一方面,定期开展教学改革实践的研讨活动,组织老师交流教学实施过程中的经验和遇到的问题,共同协商解决问题的办法;还要收集学生对教学内容、教学方式、资源建设等方面的意见,将这些意见作为教学优化的重要依据。

另一方面,要加强对教学改革效果的跟踪调研,结合教学评价数据和老师、学生的反馈,分析新媒体技术辅助教学的实际效果,找出改革过程中存在的不足;根据调研结果及时调整教学策略、优化资源建设、完善保障体系,推动教学改革不断深化。同时,要关注新媒体技术的发展动态和教育教学理念的更新,积极引进新技术和先进理念,不断提高技术辅助教学的适配性和效果,让啦啦操教学质量稳步提升。

3 结语

用新媒体技术赋能高校啦啦操翻转课堂做改革,是顺应教育数字化转型的大趋势,也是解决传统教学难题的有效办法。本文梳理了新媒体技术和高校啦啦操翻转课堂的适配基础,分析了用技术辅助教学过程中遇到的实际问题,从课前预习、课中实践、课后拓展这三个核心环节,以及教学保障体系与改革反思机制构建方面,给出了具体的改革做法。从研究能看出来,合理运用新媒体技术,能有效优化啦啦操翻转课堂的教学流程,让教学资源更丰富,师生互动效果更好,也能让教学更贴合每个学生的情况。

未来,高校啦啦操教学改革还得进一步加深新媒体技术和教学实践的融合,重点围绕培养学生核心素养这个目标,不断完善资源建设、团队培养、评价优化这些保障机制,推动教学改革往更深、更好的方向发展。同时,要注意别让技术应用流于形式、千篇一律,得坚持以教学需求为导向,把新媒体技术的辅助作用充分发挥出来,给高校体育教学改革提供一些能复制、能推广的实践经验。

参考文献:

[1] 张齐诺,李洪波.创新与嬗变:数字赋能高校啦啦操课程发展研究[C]//湖北省体育科学学会.第二届湖北省

体育科学大会暨第五届现代体育与军事训练发展学术论坛
论文摘要集. 武汉体育学院, 2024:461-463.

[2] 周丽华, 唐强, 念贵. 数字化转型下高校啦啦操
课程思政建设的价值、挑战和路径[J]. 体育科技文献通报,
2024,32(11):188-190+252.

[3] 苏炳进. 高校啦啦操教学的新媒体教学方法研究[J].
当代体育科技, 2024,14(31):58-61.

[4] 陈芹. 高校啦啦操教学实践中翻转课堂的运用措施
分析[J]. 体育视野, 2020,(05):23-24.

[5] 刘洁. 翻转课堂在高校啦啦操教学实践中的运用措
施研究[J]. 当代体育科技, 2020,10(23):156-157+163.

[6] 王红梅. “翻转课堂”教学模式应用在高校啦啦操
教学的优势研究[J]. 当代体育科技, 2020,10(15):168+170.