

翻转课堂在高职院校体育教学中的运用策略研究

前言

翻转课堂是“先学后教、以学定教”，以激发学生的自主意识、培育学生的自主学习能力为目标的课堂。和传统的灌输式课堂不同，翻转课堂中师生的角色发生了转化，无论是教师还是学生，都需要适应这种崭新的教学模式，以契合新时代高职院校体育教学的发展方向。本文结合高职院校体育教学现状，对翻转课堂在高职院校体育教学中的运用策略做了重点分析和研究，希望能够为高职院校体育教育工作者理清路径。

关键词

高职院校体育教学；翻转课堂；运用策略

当前，体育学科的重要性日渐突出，其在体能提升、智力培育、道德引领等方面发挥着重要的作用，对培养高素质职业人才有着非常重要的价值。但不可否认的是，当前高职院校的体育教学存在诸多问题，如在教学关系的处理上依旧较为保守、对高职体育课程承担的育人任务缺乏明确的共识。在这种现实背景下，高职院校亟需通过翻转课堂的实践，切实改变学生的被动学习地位，丰富教学内容和途径，使学生在体育课上获得更多的成长。

1 高职院校体育教学现状

当前，高职院校体育教学中的问题主要表现为：教学理念缺乏以人为本思维、学生遵循教师设计的训练内容和方法进行练习，师生互动少、教师对学生的体能基础、运动潜能、兴趣爱好以及个性特点等缺乏必要的了解和关注。

第一，在教学目标上，以技能提升为主要目的，忽视体育学科的多元价值；第二，教学方法较为单一，教师通常先简单讲解体育规则，示范技能动作，之后“放羊式”地让学生自主练习，最后进行课堂总结，整个过程中，教师是教

学权威，学生是被动的参与者和学习者；第三，教学内容较为狭隘，以足球和篮球等常规运动项目为主，缺乏新颖体育训练项目的引入。此外，在培养学生的运动习惯和体育精神特别是职业道德等方面，也缺乏深入的实践，无法体现出高职院校体育课程的特色。

2 翻转课堂的特点分析

“翻转课堂”这一概念来自于美国，最先在我国重庆聚奎中学的语文学科中得以实践。随着翻转课堂的应用价值日渐得到人们的认可，其特点也为人们所认识，因为学生在一定程度上成为了教学方案的设计者、教学内容的组织者、教学资源的收集者、教学效果的评价者、课余时间的利用者，所以学生在体育课堂中的参与性、主动性和创造性都得到了显著的提升。学生不再是传统课堂中的学生，教师也不再是传统课堂中的教师。翻转课堂，顾名思义，就是师生角色“翻转”的新课堂，在这种课堂中，最明显的变化是教师不再是教学的具体执行者，学生也不再是知识和技能的接受者，而是成为学习的主人，有着作为鲜活生命个体的感知、思考和决断。

3 翻转课堂在高职院校体育教学中的运用策略

3.1 转变教学理念, 适应新时代高职体育教学需要

高职院校的体育教学, 需要教师转变教学理念, 增强师生平等观念, 切实尊重学生的独立学习能力和自主发展诉求, 以发展人、塑造人、成就人为己任, 改变旧有教学模式, 为翻转课堂的深入实践创造良好的教学条件。例如, 在足球教学中, 教师可以让学生借助互联网自主搜集和学习足球规则和技能的视频课件, 然后, 师生在课堂上围绕足球规则和技能难点互相切磋和讨论, 这样既锻炼了学生的学习能力, 也促进了学生对足球的深入了解, 增强了学生学习足球的信心, 同时提升了教学效率。转变教学理念是彰显翻转课堂教学优势的重要前提, 高职院校要尊重学生的发展意愿, 定期培训和考核本校体育教师, 使之能够与时俱进, 心怀教学理想, 勇于淘汰旧有教学思维, 通过提升师资水平, 切实满足学生对新型体育课堂的心理期待。

3.2 注重心理激励, 做好后勤保障

翻转课堂对习惯了被动学习的学生是一种考验。因此, 高职院校的体育教师有必要加强心理激励, 鼓励学生在课堂上大胆发言, 展示自己的体育技能, 让学生逐渐适应和接受翻转课堂。例如, 有的学生足球技术好, 教师可以鼓励他们在课堂上向大家表演足球技巧, 给大家讲解足球技能的提升方法; 对于体育技能不佳的学生, 教师更需要加强激励, 让学生不要害怕出丑, 使其意识到只有秉持谦虚好学的精神才能进步。

教师要做好翻转课堂的组织工作, 必要时为担当“体育老师”的学生设计教学方案, 让学生按照教学步骤稳步推进。同时, 教师要密切关注学生的心理变化, 及时化解学生的畏难、好胜、消极等心理, 通过心理辅导做好翻转课堂的后勤保障。

3.3 创新师生交流渠道, 化解体育学习难点

翻转课堂中, 师生互动有了更大的空间。在当前的信息化环境下, 高职院校的体育教师可以通过建立微信群向学生发送教学计划、课前要点和相关自学资料, 学生通过打卡来完成教师布置的预习任务, 围绕难点知识(足球中的过人和越位、篮球中的转身和滑步等)在群里向老师和同学请教。教师为学生营造和谐有序的交流环境, 必要时让学生轮流做群主, 回答大家的问题, 评价大家的体育运动成果。例如, 学生可以把自己每天的运动情况以图片和视频的方式传送到群里, 如keep软件的跑步路线截图, 校园健身馆的运动场

景等, 营造竞赛氛围。翻转课堂中, 学生需要成为难点的突破者, 因此, 教师在讲解体育难点时应该给学生实践和反思的机会, 让学生通过自己的训练和摸索、同伴的帮扶和指导, 增强学习的自信。

3.4 创新教学内容, 满足体育学习的个性化需要

要想实现翻转课堂目标, 创新教学内容至为关键。除了常规运动项目, 学校还应大力引进健美操、武术、滑板、攀岩等体育训练内容, 满足学生的个性化需要, 激发学生的运动热情, 使翻转课堂中学生的参与性更强、师生之间的互动频次和深度更好。例如, 通过引入健美操和瑜伽项目, 激发学生自主学习的动力, 学生可以主动向老师请教运动中的问题, 教师也可以让有一定基础的学生在课堂上给大家示范讲解技术和动作要领, 这对学生也是一种多方面的锻炼。男生较为喜欢有一定对抗性的运动, 如武术和跆拳道等, 教师可以发送一些图片和视频资料到学生的电子邮箱或者网盘之中, 让学生在课下完成自学内容, 然后在课堂上师生一起对打, 或通过举办武术和跆拳道竞赛活动, 为学生搭建切磋平台, 教师作为裁判参与其中, 鼓励每一位男生积极参与, 同时维护好竞赛秩序, 对每一位学生的技术要领进行科学合理的分析和点评。

3.5 评价教学成果, 促进学生的自我反思

课堂评价是促进学生自我反思的重要手段。翻转课堂中, 学生是主要评价者。在体育课快结束时, 教师有必要让每一位学生讲一讲自己的学习心得, 或者以小组为单位, 组长对组员的综合运动情况进行点评, 汇总成评价表格反馈给老师, 促进老师对学生自身情况的掌握。组员之间也可以互相评价, 进行成果展示、彼此之间技能切磋等, 达到分享经验的目的。以排球上手发球教学为例, 教师可以提前把《排球上手发球自评表》发送到群里, 学生完成体育课程之后, 自己填写《自评表》, 教师对学生的自评情况进行点评, 提出指导意见, 对进步较快的学生给予加分, 计入期末总分。

3.6 尊重学生差异, 提升体育教学的针对性

不同学生在翻转课堂中的适应性是不同的, 比如有的学生依赖心理较强, 自主学习意识较差, 更喜欢从教师那里获取知识和技能, 在翻转课堂上, 他们的参与性不高, 反倒影响到他们的体育学习和训练, 而有的学生活泼好动、喜欢探索、对新鲜事物的接纳力较好, 他们在翻转课堂上能够积极主动地和教师交流, 进而能获得较大的进步和成长。面对

学生差异,高职体育教师在翻转教学中需要结合学生的个体特点进行针对性的指导。对于依赖心理较强的学生,教师要循序渐进地激发学生的自主发展动力,让学生多练多问,使学生慢慢适应翻转课堂;对于喜欢体育且主动性较强的学生,教师要多给他们一些表现的机会。差异化教学和翻转课堂的关系十分紧密,需要体育教师从本校学生的基本体育素养出发,契合每一位学生的体育发展诉求。

3.7 体现职业院校体育教学特点

高职院校是培养技能型人才的摇篮,因此,体育教学也需要体现职业院校的特点,结合学生的专业技能和就业方向,对学生的运动素养和习惯进行必要的培育。在翻转课堂中,教师需要为不同专业的学生安排和设计个性化的预习及学习资料,比如铁道通信与信息化技术专业、电信服务与管理专业、现代通信技术专业、智能物流技术专业、大数据技术专业以及智能互联网络技术专业的学生,因为其职业特点是在电脑面前久坐,所以学生需要自学护眼保健知识和技能,掌握预防颈肩和腰部常见疾病的运动方法,比如游泳和小燕飞等,教师在课堂上纠正学生错误的动作,同时向学生传授一些科学有效的运动方法,促进学生的职业发展。作为体育教师,可以引导学生在课余时间多搜集一些公司的真实工作场景资料,多了解一些职业病的产生原因和预防方法,使学生自主规划职业前景和人生路径。

3.8 增强教师的全面素养,树立良好教师形象

翻转课堂“以学定教”,需要体育教师具备全面的素养。一方面,高职院校的体育教师需要掌握多方面的体育技能,熟悉多种体育运动项目的训练方法,才有资格成为学生的“导师”,化解学生的疑问和难点,特别是要努力接纳和适应翻转课堂模式,做好教学内容的准备特别是教学视频的录制工

作;另一方面,翻转课堂中,教师尽管不再向学生灌输知识和技能,但是教师和学生的互动并没有减少,反倒加深,因此,教师的一言一行都会给学生留下深刻的印象,教师积极乐观、阳光向上、耐心帮扶、真诚友善,能够促进学生对老师的认可,激发学生和老师对话的动力,这对翻转课堂的可持续发展是十分重要的。基于这样的认识,高职体育教师要努力完善自己,给学生树立良好的教师形象,以高度负责的教学精神投入到高职体育教学工作之中。

4 高职院校体育教学翻转课堂面临的现实挑战

高职院校的学生,自觉性较差,缺乏自主学习和发展的动力,课余时间喜欢玩网游、看小说,对体育运动没有兴趣,不能深入细致地观看和学习教师发送的资料和视频,而学生的自主性是翻转课堂实践的重要前提和保障,这就给高职体育教学带来了一定的挑战。此外,对体育教师来说,由于时间和精力有限,不可能全面系统地掌握每一种体育运动项目的技术要领,教师自身技能局限,这往往成为学生学习的阻碍。因此,除了要加强对本校教师综合技能的培训之外,是否还有必要聘请专业体育运动员来校指导学生和教师,需要高职院校作出现实性思考。

5 结语

总而言之,随着信息技术的发展,翻转课堂对于传统课堂的冲击和启示愈加明显,这需要高职院校的体育教师立足本职,基于人本理念,适应时代发展需要,不断思考和总结翻转课堂的基本教学思路,提升对翻转课堂的驾驭水平,使高职学生通过体育教学的培育,更好地实现自身价值,成为对党和国家有用的人才。

文/尹纯仙(昆明铁道职业技术学院,云南昆明 650208)

作者简介:尹纯仙,男,云南鹤庆人,昆明铁道职业技术学院副教授,研究方向:体育教育。

参考文献:

- [1] 魏金龙,陶海荣.翻转课堂模式在高职院校体育教学中的应用研究[J].作家天地,2020(23):96+98.
- [2] 郝萍.翻转课堂在体育高职院校教学中的应用研究[J].知识文库,2020(15):103+105.
- [3] 肖军.翻转课堂在高职院校体育教学中的应用价值研究[J].湖北开放职业学院学报,2019,32(19):136-137.