

当前形势下高校体育与健康课程“双线融合”教学优化路径的探究

前言

做好高校体育与健康课程双线融合教学工作，不仅可以加快高校体育与健康课程教学改革创新步伐，还能促进增强学生身体素质、引导学生树立积极健康的人生观等教学目标的更好达成。然而从实际来看，高校体育与健康课程双线融合教学还存在思想认识不足、课程内容有待优化、培养方式较为单一、不够重视教学评价等问题，这严重制约了高校体育与健康课程双线融合发展进程，也不利于学生健康全面发展。因此，急需对这些问题展开深入分析，并立足实际，采用有效措施，加强体育与健康课程的双线融合教学，促进学生获得更好的成长与发展。鉴于此，本文对高校体育与健康课程的双线融合教学优化路径进行分析和探讨。

关键词

高校体育；健康课程；双线融合；教学路径

《健康中国 2030 规划纲要》明确提出：“要将健康教育纳入国民教育体系当中，并把健康教育作为素质教育的重要内容”。而高校体育作为健康教育的重要组成部分，在开展教学活动时，将之与健康课程联系起来，并实施线上线下双线融合教学模式，不仅可以丰富体育教学内涵，还能提升体育教学效果，从这一点来看，加强高校体育与健康课程双线融合教学的研究也就显得很有必要^[1]。本文联系双线融合教学基本概述，对当前高校体育与健康课程双线融合教学中存在的问题进行细致分析，并尝试从提高思想认识、制定科学目标、完善课程内容、采用多种手段、优化教学评价等方面入手，提出几点教学优化策略以供参考。

1 双线融合教学基本概述

1.1 内涵

双线融合教学就是线上教学和线下教学的简称，在实际教学中对双线融合教学模式进行运用，就需要打破线上与线下教学之间的界限，并在线上线下教学相互支持和有效协同中，形成“线上线下教学一体化”这一新教学形态，在更好达成教学目标的同时，提高高等教育教学质量与水平。

1.2 优势

表 1 单纯线下课、线上课与双线融合的优劣对比

	优势	劣势
单纯线下课	学生学习情况易掌握；近距离沟通接触；利于学生形成集体观念	整体教学较为固定；个性化教学需求难以得到满足

续表

	优势	劣势
线上课	学习时间、空间、地域不受限制； 可重复学习训练；	对学生自控能力要求较高； 学生学习过程监督难度大
双线融合	弥补传统教学弊端；推动教学改革； 满足学生多样化学习需要	对课程内容分配融合要求较高； 需要线上线下教学有效衔接

通过对单纯线下课、线上课和双线融合教学的优劣进行对比，可以发现双线融合教学模式具有以下优势：一是弥补传统教学弊端，以往开展单纯线下课或线上课教学，容易受到课堂教学固定和线上线下教学内容衔接不当等影响，进而出现学生学习兴趣较低、整体教学质量不佳等状况，而运用双线融合教学模式以后，学生可以摆脱时间、空间的限制，通过线上学习平台获取相应课程资源，老师也能透过后台了解 and 评价学生的学习进度和任务完成情况；二是推动教学深化改革，双线融合教学是未来教育发展的主流趋势，通过线上线下教学相融合，使两者互为课程教学的重要补充，让学生在线上线下学习当中，更加牢固地掌握课程知识内容，并构建起完整的知识结构体系，相应的自主学习能力、实践操作能力、分析、解决问题能力等也能得到锻炼与提升，同时，可以促进学生通过双线融合教学获得更加全面综合的发展；三是满足学生学习需要。双线融合教学的开展，充分体现了以学生为本的教学要求，特别是在满足学生不同学习需要方面，通过线上线下教学相融合，学生在完成线下教学以后，可以根据自身实际情况和学习需求，通过线上学习平台对自己的学习进度、计划进行科学调整，在促进学生针对性学习和个性化发展的同时，实际的教学质量也能得到明显提高^[2]。

2 高校体育与健康课程双线融合教学存在问题分析

目前，高校开展体育与健康课程双线融合教学，显露出以下问题：第一，思想认识不够到位。在深刻意识到体育与健康课程双线融合教学的重要性以后，才能够在具体行动中体现出来，不过从实际来看，高校开展体育与健康课程教学，将线上线下教学相互连接起来的思想认识深度还不够，即便实际开展了也容易受到教学目标不明确、课程内容不完善等因素影响，导致最终教学效果不够理想；第二，课程内容有待完善。要促进体育与健康课程双线融合教学更加深入开展，就要结合实际深入了解体育与健康课程知识内容，并找准两者最佳契合点，优化完善线上线下课程教学内容，为

实际开展双线融合教学提供有力的支持。但是联系实际发现，高校体育与健康课程双线融合教学，涉及的课程体系和教学内容还有待进一步优化，特别是在体育与健康课程知识内容线上线下相互衔接方面，还要结合实际进行健全完善；第三，培养方式较为单一。高校开展体育与健康课程双线融合教学，要吸引学生积极主动参与，并在这一过程中实现身体素质锻炼、体育意识培养和形成积极人生态度的目标，仅靠老师在课堂上对相关知识内容和体育技能进行教授无法实现，还要结合实际采用多种手段，并依托线上学习平台，鼓励学生踊跃参与，并在这一过程中获得全面综合发展，不过从实际来看，老师培育学生的方式还较为落后和单一，这不仅对高校体育与健康课程双线融合发展带来不利影响，还无法激发学生的学习兴趣 and 参与教学活动的积极主动性，最终融合教学效果也会大打折扣；第四，教学评价亟需优化。在完成体育与健康课程融合教学以后，及时开展教学评价工作，可以更好地把握学生实际学习状况，也能及时发现和有针对性地解决体育与健康课程线上线下融合教学开展过程中存在的问题。然而，当前高校体育与健康课程融合教学评价工作还存在诸多问题，特别是在评价内容和评价方式方面，无法真实反映融合教学效果，教学评价辅助教学持续优化的作用也不能展现出来^[3]。

3 高校体育与健康课程双线融合教学优化措施探讨

3.1 提高思想认识

只有从思想上充分认识到高校体育与健康课程双线融合教学的重要性以后，才能够在实际行动中体现出来，具体措施包含以下几点：第一，加大宣传教育力度，一方面可以组织体育与健康课程双线融合教学动员大会，并在会议上向全体教职工细致阐述体育与健康课程融合的可行性和必要性，在深化参会人员思想认识以后，后续开展双线融合教学工作也能更加顺畅展开；另一方面则是依托校园媒体，对体育与健康课程双线融合教学进行广泛宣传，执行时也应采用

学生更加喜闻乐见的方式展现,比如生动的宣传图文、有趣的动态视频等,在吸引高校学生广泛关注后,后续开展体育与健康课程双线融合教学也能获得更多学生的支持和参与;第二,开展顶层设计工作,在深化全校师生体育与健康课程双线融合教学的思想认识以后,还要关注顶层设计工作,操作中也要将重心落在明确线上线下教学目标、完善线上线下课程内容、创新线上线下培养方式、优化课程教学评价等方面,为实际教学提供科学的指导,也能更好地达成所制定的双线融合教学目标^[4]。

3.2 制定科学目标

制定科学目标不仅是高校体育与健康课程双线融合教学的着力点,还是加强学生体育意识和体育技能培养的落脚点,并且开展体育与健康课程双线融合教学,其基本定位都是激发学生体育兴趣,并在增强学生体育文化欣赏能力、把握健身运动基本方法、保持积极乐观心态、增强心理疏导等过程中,达成高校体育与健康课程融合教学目标。实际操作中,就需要全面细致地了解高校的体育与健康课程教学情况,并围绕学生身心发展实质需要,将线上线下体育与健康课程融合教学的目标设定为激发学生运动兴趣、培养学生体育文化素养、掌握健康运动基本方法与技能、形成积极乐观的心态、体育锻炼与道德培养等内容,然后围绕所确定的教学目标,对体育与健康课程双线融合教学活动进行精心组织 and 优化设计,在满足高校学生实际学习需要的基础上,学生通过参与体育与健康课程融合教学活动,也能获得身心健康发展。

3.3 完善课程内容

完善课程内容是高校体育与健康课程双线融合教学的关键环节,并直接影响到最终融合教学的开展实效,这就需要对课程内容优化完善引起高度重视,相关措施包含:第一,仔细梳理现有课程,高校体育与健康课程涵盖的知识内容非常多,要促进两者密切融合,就需要对体育课程和健康课程涉及的知识内容进行全面细致梳理,并围绕双线融合教学目标,对这些课程内容进行重新整理,使之更加贴合双线融合教学实质需要;第二,构建崭新教学课程,从体育与健康两个维度入手,重新建立适合高校的体育与健康双线融合教学本土课程,执行时可以将课程体系划分为学生健康体质、体育运动技能、心理身体健康、社会适应力等多个模块,并选择合适内容融入到这些课程模块中,为体育与健康课程融合教学提供强有力的支持;第三,构建资源数据库,紧跟时代发展步伐,从网络中搜寻更多与体育和健康课程融合教学相

关的资源,比如最新体育健康资讯、体育运动教学视频、体育比赛、优秀体育人物等,然后将之纳入到资源数据库中进行分类保管,教学时也能根据实际需要选择运用,使体育与健康课程教学联系更为紧密,双线融合教学效果也能得到提升^[5]。

3.4 采用多种手段

要想吸引学生积极主动地参与到高校体育与健康课程双线融合教学当中,就需要老师在实际开展教学时,围绕课程教学内容和学生实际学习需求,运用现代多样化教学手段,在推动课堂教学活动更加顺利、高效展开的同时,学生的学习主观能动性也能得到充分发挥,进一步提升实际教学质量,这些教学手段包括:第一,多媒体教学,简单来说就是在教授学生体育与健康课程理论知识时,为激发学生学习兴趣和帮助学生更好地理解掌握所学知识,就可以围绕所教授的知识内容,利用多媒体的图文结合、音视频等功能,将这些知识内容以更加生动形象的方式展现出来,使课堂教学效率与质量得到提升;第二,微视频教学,这一教学手段在重难点知识教授中应用较多,比如在教授学生体育运动基本方法和技能时,就可以围绕体育运动项目制作微视频,然后让学生下载观看学习,这既能够培养学生自主学习的意识,又能够强化学生的体育运动能力;第三,小组合作教学,体育与健康课程融合教学,涉及到的知识内容非常多,在教授学生体育健康知识和引导学生掌握有效运动方法技能时,也需要学生之间展开密切合作,这时候将小组合作教学方法运用到其中,就可以为学生创造更多的合作体验机会,并在这一过程中实现体育道德品质的有效培养^[6]。

3.5 优化教学评价

教学评价可以帮助老师更好地把握体育与健康课程双线融合教学实际状况,也能及时发现学生学习和课程教学存在的不足,并在后续教学指导中采用有效措施进行解决,使体育与健康课程线上线下教学实现更好地融合与发展。实际操作中,老师要将教学评价的优化重点放在评价内容和评价方式上面,前者可以将学生体质、运动技能、运动参与、心理健康等纳入评价体系的范围,并设置定期体能、体质和健康检查制度,以更好把握学生体质与健康状况;后者则是针对课程理论知识教学和课外体育运动技能教学分别采用书面考试和能力考核办法,同时将出勤次数、提高幅度等融入其中,以通过教学评价全面综合把握学生体育与健康课程学习状况,透过评价结果所反映出的问题,也能在后续教学中采

用相对应措施进行优化改进,促使体育与健康课程融合教学获得更加深入的发展^[7]。

4 结语

高校开展体育与健康课程双线融合教学,要想取得理

想的教学效果,除了要遵循健康至上、科学育人等原则以外,还要围绕当前融合教学存在问题,采用提高思想认识、树立科学目标、完善课程内容、创新培养手段等措施进行应对优化,使高校体育与健康课程教学联系更加紧密,并在双线融合教学中促进学生身心更加健康发展。

文/黄晖(闽北职业技术学院,福建南平 353000)

基金项目:2022年闽北职业技术学院教育科研项目课题《基于疫情常态化视域下高校体育与健康课程“双线融合”教学优化路径的探究》(MJKA2202)

作者简介:黄晖,男,福建南平人,闽北职业技术学院讲师,研究方向:体育教育与运动训练。

参考文献:

- [1] 杨贵雄. 高校体育与健康课程教学策略[J]. 西部素质教育, 2019, 5(22): 93.
- [2] 温祝英. 高校体育与健康课程体系的构建与实践[J]. 湖北函授大学学报, 2017, 30(11): 29-30.
- [3] 曾颖泉. 高校体育与健康课程一体化教学的改革[J]. 内江科技, 2018, 33(1): 66+70.
- [4] 陈正江. 普通高校体育与健康课程教学改革思考[J]. 湖北广播电视大学学报, 2014, 34(10): 148-149.
- [5] 董华丽. 浅论发展体育核心素养的高校体育与健康课程体系构建分析[J]. 科技资讯, 2018, 16(35): 189+191.
- [6] 李丹. “健康中国”背景下吉林省高校体育与健康课程对大学生心理健康影响研究[J]. 理论观察, 2020(1): 155-157.
- [7] 高炳贤, 史红强. 云南省地州级高校体育与健康课程体系构建的难点与对策研究[J]. 大理学院学报, 2014, 13(6): 81-84.