

当代体育

期刊名称	当代体育
主管	黑龙江文化产业投资控股集团有限公司
主办	黑龙江文化产业投资控股集团有限公司
出版	黑龙江当代体育杂志社有限公司
国内统一连续出版物号	CN: 23-1015/G8
国际标准连续出版物号	ISSN: 1002-6169
总编辑	栾晓峰
编委会	李宝才 冉令华 代瑞锋 金勇 穆迪
主编	李立敏
编辑部主任	张志强
编辑	张娟 王鑫同
网络部主任	侯睿松
通联部	宋悦 王艳辉 王利强 王波
社址	哈尔滨市南岗区宣化街 451-6 号
邮政编码	150008
电话	(0451)57752108
投稿邮箱	ddyzzs@126.com
邮发代号	14-298
国内发行	哈尔滨市邮政局
国外发行	中国国际图书贸易总公司
广告许可证	哈南市监广字 (2017) 第 031 号
印刷	哈尔滨超群印务有限公司
2023 年 04 月 第 01 期	2023 年 04 月 15 日出版
定价	15.00 元

■ 特别说明, 本刊部分图片来自网络, 如有疑问请联系我们。

■ 本刊声明, 本刊图文未经同意不得转载。投稿者保证所投稿件内容真实性, 文责自负。向本刊投稿不得一稿多投。本刊对来稿有删节权, 不同意删改者请注明。作者自留底稿, 来稿一律不退。来稿必须保证是作者原创作品, 不得有抄袭剽窃等侵权问题, 否则本刊将追究其法律责任。



扫描全能王 创建

当代体育

2023年04月第01期

目录

CONTENTS

体育资讯

- 1 / KD 攻防调教雷霆少主做回杀神 太阳生涯前 6 场保持全胜
- 2 / 勇士不敌掘金, 是因为缺少维金斯? 他的问题, 远比你想象的多
- 3 / 火箭不敌湖人 詹姆斯砍下三双彰显超巨实力 火箭防守出现大问题
- 5 / 快船勇士先后输球另有深意? 恐惧太阳西部第 5 变噩梦
- 7 / 无核掘金再造勇士客场魔咒 水花哑火克莱末节回魂晚矣

体育文化

- 8 / 中国传统功法与现代西方体育的差异比较
陈伟民, 宋清, 张晓文, 王飞
- 11 / 我国体育教学方法文献述评
韩赛操
- 14 / 冰雪运动“南展西扩东进”战略背景下江苏省轮转冰开展的社会效应、影响因素与推进策略
刘江山, 张佐红, 王金花, 屈加瑞, 瞿杰, 盛新新
- 17 / 中华传统文化融入体育高职院校体育文化建设研究
杨静

体育教育

- 20 / 浅析“问学”理念在体育课中实践的策略
李成南, 宋洁华
- 23 / 公共突发事件背景下高职体育专业篮球课程混合式教学模式研究
覃琳
- 26 / 初中体育多样化教学改革的实践探索
安身成
- 29 / 大健康背景下大学体育与健康教育课程改革与内涵建设
曹艳杰
- 32 / 基于核心素养的“初中体育多样化”教学体系构建
陈祥
- 35 / 核心素养下初中体育教学中应用游戏教学法的探讨
高建锋
- 38 / 高中腰旗橄榄球的校本课程研究
梁绍源
- 41 / 情境教学法在小学体育教学中的实践路径分析
刘百红
- 44 / 立德树人视野下高中体育教学策略研究
刘坚
- 47 / 高校体育舞蹈通识课程混合式教学实践研究——基于全民健身视角的分析
罗梅纳
- 50 / 立德树人背景下高职院校体育教学改革创新研究
王柯
- 53 / 核心素养下高中体育教学情景化、游戏化设计策略探究
温浩飞
- 56 / 基于行知教育理念的小学体育课堂教学策略分析
吴红桃
- 59 / 构建高中体育街舞选项教学体系的研究
吴妙园
- 62 / 在中学体育教学中利用信息技术构建高效课堂的策略分析
颜义
- 65 / 关于初中体育课堂有效教学策略探究
杨剑
- 68 / 体育教育专业羽毛球公共课教学实施“生生互动”模式的实践研究
遇雁平
- 71 / “课内课外——线上线下”双轨道教学模式在高校公共体育教学中的应用研究
袁军
- 74 / 开展高职院校特色体育课教学研究的依据
张东
- 77 / 基于“学会”谈体育课堂教学质量提升的途径与策略
赵斌

体育融合

- 80 / 体教融合背景下四川省高校高水平跳绳队的发展现状与对策研究
刘权锋, 李欣, 徐银
- 83 / 立德树人视域下女排精神融入高校排球课程路径研究
赵双迎, 田军, 李振
- 86 / 高中体育教学与信息技术融合的策略
许泓佳, 赖淑梅
- 89 / 体教融合背景下高校体育教学的有效开展路径分析
杰恩斯·赛提汗
- 92 / 体育游戏在小学体育教学中的运用与创新
李鹏飞



扫描全能王 创建

- 95 / 探究体育游戏在高校篮球训练中的应用策略
 98 / 文化育人视角下武术课堂融入思政教育的路径研究
 101 / 女排精神融入排球公共体育课课程思政的研究
 104 / 新课标视域下以“体”育“德”的策略研究

刘延宁
 尚尧
 肖宇淳, 郭博
 卓志超

体育产业

- 107 / 浙江高校大学生跑步 APP 锻炼失范行为的影响
 111 / “十四五”时期河北省社会体育指导员队伍建设的几点思考

李秀琪, 欧阳航宇, 潘晨煜, 吴雪旒

张甲, 宋秋喜, 王颖纳, 刘丹华, 李晓艳, 文雪莲

运动科学

- 114 / 视障学生运动技能形成的实践研究
 117 / 高校体育运动中的运动康复的重要性研究
 120 / 如何提高青少年乒乓球训练质量的探讨

黄俊, 熊朝华
 李盖
 万亮

校园体育

- 123 / 核心素养下的小学体育课堂体能训练策略
 126 / 家庭体育对高中生体育行为影响的研究
 129 / 浅议合作学习在中职体育篮球教学中的应用
 132 / 体育游戏在小学体育教学中的运用初探
 135 / 初中体育教学提升学生主动参与策略研究
 138 / “教会、勤练、常赛”视域下体育教学的新思考
 141 / 从互助导向走向行动自觉——初中体育自主游戏活动有效实施的实践与思考
 144 / 初三年级学生体质健康与心理健康相关性研究
 147 / 诱趣教学法在中学体育教学创新路径中应用价值探究
 150 / 培智学校开展特奥运动的有效性策略浅谈
 153 / 小学体育的创新目标与实践之路探究
 156 / 对新疆高校网球选修课利用快易网球教学法的思考
 159 / 小学体育教学中学生健康行为的培养措施分析
 162 / 高职体育教学对学生社会适应能力的培养
 165 / 中职体育教学中学生终身体育意识的培养
 168 / 浅谈中学体育教学学生体育兴趣的培养
 171 / 中职体育教学重要性及策略研究

陈鹏飞
 杜德琴
 高艳红
 郭改燕
 黄旺银
 兰峰云, 丁元江
 李绍
 刘欣雨, 徐元玉
 罗兴福
 石文科
 覃仕跃
 王国兴
 谢巍鼎
 杨倩倩, 赵慧萍, 任婷婷
 张学林
 周朝爽
 周正琴

大众体育

- 174 / 浅谈如何打造自行车专项竞赛制胜所需要的体能素质
 177 / 2022 年全国体操锦标赛男子吊环单项决赛动作编排及成绩分析
 180 / 幼儿园武术推广策论研究
 183 / 浅谈如何加强水球运动项目守门员的力量训练
 186 / 中国田径中长跑项目竞技实力现状分析
 189 / 玩转花样篮球激活体育兴趣

鲍杰
 陈思杰, 余文禄, 廖文高, 吴国辉
 李红玉, 韦新永, 贺鹏飞
 梁念祥
 屈森林, 罗小红, 刘秀
 张元勤

当代体育

2023 年 04 月第 01 期

目录

CONTENTS



扫描全能王 创建

高中体育教学与信息技术融合的策略

■ 许泓佳 赖淑梅

引言:随着信息技术的发展,在各个领域以及行业中应用信息技术已经成为了常态,例如现在的移动支付、vr虚拟现实之类。在高中体育教学中引入信息技术,加强当下高中体育教育的改革,以全新的教学情境以及环节,促进当下体育教学智慧化、多样化、丰富化,让学生在课堂身体素质以及基本的体育技能能够得到增加,引导学生学习体育知识,直接克服现实环境、器材、人力等束缚因素,开展全新的线上线下体育课堂教学,让学生在体育课程中得到更好的发展,以此来达到综合培养的教学目的。于是,基于当下高中体育教学情况,结合信息技术来分析当下教学,有效地利用信息技术在体育教学上的优势,改进当下教学,提高学生对体育知识的学习,提高体育课堂教学的质量,锻炼学生的身体素质,培养学生的体育精神,以此来促进学生的健康成长。

信息技术是一种利用计算机强大的统计能力将文本、图形、声音、动画、视频等信息从视觉、听觉等方面全面展示给学生,把具体的体育知识形象化和生动化,让体育教学具有活力和生命力。在高中信息技术教学中有效地结合体育知识来开展教学,将多样的体育活动以及内容展示给学生,使学生的基础能力能够得到培养,促使学生见识到更多的体育内容,让学生的体育技能以及文化素养得到培养;同时,在体育教学中结合信息技术,能够促进学生对体育技能以及知识的进一步探究以及学习,能极大地拓展学生的眼界,让学生在高中体育教学课堂中取得更大的进步和发展。

1 当下体育教学的现状

实际上,将信息技术运用到体育教学中的改革和创新。但从总体的教学上来说,线下体育教学具有一定的局限性,例如像场地以及器材的因素。目前在体育教学应用在线上教学仍处于探索阶段,还缺少教学方法以及策略,不利于信息技术的全面结合。同时,相比于传统的体育教学,在线上进行体育教学更加复杂,都给体育的教学带来一定的麻烦。同时,很多

学生认为高中体育中多媒体教学没有线下体育教学方便,无法做到面对面交流,老师没有办法亲自指导,影响了体育教学的效率,这就导致学生体育学习效果参差不齐,进而高中体育教学的进度。不仅如此,如何在体育教学中结合体育文化知识也是当下面临的巨大难题。线下的体育教学过于重视理论知识的讲解,忽略了实际的训练以及操作,导致具体的操作以及训练无法进行,很多学生的体育技能得不到强化,进而影响学生自身的发展以及成长。目前来说,高中体育教学在高中体育教学中应用没有普及,学生的适应情况不同,教学效果不佳,不利于学生的发展以及体育教学的进展。

2 高中体育教学相对于传统体育教学的优势

在体育教学中应用信息技术来进行教学,是当下体育教学的发展方向以及改革趋势,能极大地改变体育教学现状,促进高中体育教学的进展,培养学生的学习兴趣,促进学生深入地探究体育知识文化。不仅如此,在体育教学中应用虚拟现实技术能有效地减少高中体育投资,克服场地的限制,能有效地推进高中体育的发展以及进步。并且在体育教学中应用信息技术,能够降低体育活动的门槛,例如像学校缺少的网球、手球、游泳等运动,就能通过信息技术直接模拟出实际的情景,让学生在体育课堂中感受这些体育运动,以此来让学生接触多样的体育活动,深入感受体育运动的文化魅力,让学生在课堂中积极参与活动,以此来提高学生的学习兴趣。不仅如此,将体育教学搬到线上,能够有效地提高体育课堂教学的质量和学生的学习效率,调动学生的积极性和主动性,让体育的教学更加有效,同时,还能拓展学生的视野,像针对于一些专业的体育技能以及知识的视频教学,以此来达到规范学生体育动作的教学目的。

3 高中体育存在的问题

3.1 高中体育文化不够浓厚

将信息技术应用到体育教学中,既是体育教学的改革,又



是当下信息技术与教学的实践运用。但线上的体育教学相对于传统的体育教学来说,存在明显文化氛围建立的问题,使高中体育课堂缺少一定的学习氛围,无法面对面和同学一起进行运动,让学生觉得体育课堂教学过于枯燥和无味,进而影响了高中体育的教学。同时,体育老师在进行体育教学中注重知识教学以及体育技能的训练,并没有结合学生的心理以及体育课堂的优势建立起一定文化学习氛围,进而让体育课堂的教学缺少沟通以及竞争,让学生感受不到高中体育的文化魅力,进而影响了体育课堂的教学质量和学生的学习效率,不利于学生的成长以及课程的进行。

3.2 学生缺少体育学习兴趣

在当下信息时代,网络游戏、电视剧、电影层出不穷,让学生受到极大的诱惑,从一定程度上吸引了学生的兴趣,影响了体育课堂教学的进展。同时,部分高中生在进行高中体育教学时,利用电脑平台来做与课堂教学无关的事情,进而影响了体育课堂的教学工作。其根本原因在于学生对体育运动没有兴趣,进而导致学生在体育教学中不主动,不积极,影响了体育课堂的进展。同时,老师注重于体育技能以及知识的教学,忽略学生体育文化兴趣的培养,让学生不积极配合老师进行教学,影响了高中体育课堂的进展。

3.3 线上教学质量无法保证

线上教育相对于线下教学来说,老师无法在课堂对学生面对面指导和教学,降低了学生的学习效率。同时,在进行线上教学时,让体育的教学有了网络的距离,进而导致很多学生在体育课堂虚假学习,只顾着线上打卡以及应付老师的教学,不利于高中体育教学工作的进行,进而导致高中体育教学的质量无法得到保障,进而影响了高中体育课堂的教学质量。

3.4 老师对多媒体应用不够熟练

在进行高中体育教学时,就必须让体育老师合理运用多媒体及其设备,让整个体育课堂的教学更加贴近学生的学习。从教学方式来说,线上教学是体育教学的创新,是需要体育老师不断去摸索和实践。很多体育老师在进行高中体育教学时,对多媒体以及设备不熟悉,进而导致老师在线上教学时手忙脚乱,影响了体育课堂教学的质量和学生的学习效率。同时,还存在部分老师沉迷于体育教学,忘记了开声音的情况,进而让老师在进行教学时自娱自乐,影响了学生的体育学习进度,不利于学生的身心健康以及综合体育文化素养的培养。

3.5 教学方式没有突破创新

在进行线上教学时,很多老师仍旧是在高中体育教学中采用传统的教学方式,将老一套教学方式照搬教学,丝毫没有体现出体育教学的改革以及创新。然而,这就说明很多老师在进行体育教学时,没有深入研究信息技术的特点,合理利用信息技术资源来开展体育教学,进而导致体育课堂的教学没有创新,让学生仍旧局限于传统的体育教学中。不仅如此,老师没有深入探究体育教学策略,对其加以改革,进而体育课堂的教学。

3.6 老师以及学生的教学理念传统

很多老师认为,体育的教学对于学生的意义不大,进而把体育教学当作教学任务,对学生的体育学习不加以约束,进而影响了教学质量。同时,很多学生认为体育运动量较大,训练过于辛苦,不愿意跟随老师的脚步来进行学习,导致整个体育课堂的教学效果不佳,也影响了高中体育课堂的教学。

4 有效改进高中体育教学的策略以及方式

4.1 营造浓烈的体育文化氛围

线上的体育教学和线下的体育教学存在共通性,就是激发学生的学习兴趣,引导学生进行体育知识以及技能的学习。这也就从侧面说明了营造体育文化氛围的重要性,让学生在氛围中来进行学习,以此来促进学生的体育学习进步,让学生的体育学习更加有动力,以此来促进学生配合线上的教学,让学生在体育课堂中学到更多的体育文化知识,进而在学生在高中体育课堂中取得更大的进步和发展。同时,老师可以在线上课堂中成立体育学习小组,让学生在体育课堂中互相竞争,以此来促进学生体育学习的进步和发展,让学生在体育氛围中感受体育精神,综合发展和培养学生。

4.2 培养学生的体育学习兴趣

相对于传统的体育教学,体育线上教学在培养学生的学习兴趣上更加具有优势,能给学生更加丰富以及形象的视觉、听觉等感觉冲击,能够加深学生对体育文化知识的学习以及理解,促使学生主动了解体育文化知识,进而调动学生对体育文化的好奇心,以此来培养学生的综合文化以及自主学习能力。不仅如此,老师还可以在线上设置一些趣味知识或模拟一些真实情境,让学生切实感受信息技术和体育文化知识的结合,让学生想要深入探究和学习体育知识文化。比如,在足球射门教学中,以正脚背射门教学为例,我们课前在网络收集大量的世界杯射门集锦及世界百大精彩进球视频,通过视频编辑软件进



行有针对性剪辑优化,慢动作回放技术动作,用于体育理论课以及室外新授课导入部分,学生通过观看这些视频,见识高水平的专业动作,从而激发学习的兴趣,提高学习体育的主动性。

4.3 结合家长保证体育课堂的质量

相对于那些应付打卡的学生,老师应该在实际教学中结合家长来进行教学,让家长成为线上教学有力的监督者,以此来保证学生体育学习的进度和课堂的教学质量。同时,结合家长的高中体育教学,能够有利于高中体育教学的创新以及改革,让老师的教育方式更加贴近学生,以此来促进学生体育学习的进步和发展,让学生在高中体育教学中学到知识,锻炼学生的身体素质,促进学生的健康成长。

4.4 提高老师的专业技能以及文化修养

线上和线下教学存在明显的不同,无论是教学的方式,还是教学的场地。因此,老师应该在体育教学中创新体育教学方式,让高中体育的教学更加有效和安全。同时,老学校还组织老师来进行教学培训,引导体育老师学习先进的教学设备,改进教学质量。同时,改变老师的传统教学理念,让体育的教学从学生出发,而不是从体育教学出发,让体育的教学更加贴近学生,以此来综合发展和培养学生。对此,老师应该在实际教学中让学生成为课堂的主人,让老师成为教学的辅导者,让学生自主学习能力和体育技能,老师再根据学生的实际学习情况进行指导,以此来让学生的体育技能更加规范,进而来达到综合教学的目的。

4.5 结合互联网来创新体育课堂教学

结合互联网进行教学,让线上的体育教学更加有效率和质量。因此,老师应该深入挖掘互联网的特点,再结合学生的实际学习情况进行创新,培养学生的个性化学习方式,以此来促进学生体育学习的进步和发展。同时,老师还可以结合VR虚拟现实技术、相关仪器设备,让学生在线上去感受学生感兴趣的体育运动,既能实现学生的心愿,又让学生积极配合老师的体育教学,以此来创新体育课堂教学。例如:一节45分钟优质的专项化体育课运动密度应达到65%左右,运动强度达到140~160次/分钟,运动有效时间达35分钟左右。那么教师如何检测一节课是否达到这些目标呢?在传统教学中,教师一般根据学生的生理反应,如观察学生的脸色、出汗的情况,或指导学生自测即时心率来判断练习的强度和密度,教师的判断标准是根据已有的教学经验,这些检测方式的科学性和严谨

性还是有所欠缺。为了弥补这些欠缺,我们通过佩戴心率臂带进行实时心率监测,由相应的配套软件进行有效运动时间、运动步数以及学生的心率变化等数据的统计,同时可以监测到每个学生整节课各个时段的有效运动情况。比如,在羽毛球教学中,教师在课前将每条心率臂带与学生姓名匹配,课开始的时候学生的心率就能即时显示。通过对专项热身、单个技术练习、组合练习、实战练习、专项身体素质练习和放松练习的教学全过程监测,配套软件在后台进行数据处理。45分钟全课的班级平均心率为144次/分,有效运动时间36分13秒,运动密度0%。从整节课的数据统计情况可以发现:学生在课的准备部分和专项热身心率在120~150次/分;在课的基本部分中,如球性练习、单个技术练习、组合练习、实战练习,心率保持在135~160次/分;在专项身体素质练习中,心率为145~160次/分;结束练习后,心率恢复至124次/分左右。整节课学生的运动心率可视化,用数据说话,实证教研。课后,数据可以及时呈现,学生能够清晰地观看自己在课中的心率变化过程,了解课中自己的平均心率、最高心率、有效的运动时间、平均步数和消耗的卡路里的情况,对自己的学习态度、课堂表现进行自我评价和相互评价。教师也能更加直观地了解教学内容的安排是否科学合理、适合学生的实际情况,也能通过数据来检测是否达到预期的目标。

5 总结

信息技术的发展极大地改变了各大行业运行的方式,使自媒体成为为对各大行业实用的工具。对此,研究当下信息技术的作用,是当下体育教学的重点内容。为促进体育教学与信息技术教学的融合,提高线上线下体育教学的质量和学生的学习效率,老师应加强对信息技术的研究,整合教育资源,有效地利用信息技术来开展教学,发挥信息技术在体育教学的优势与作用,锻炼学生的身体素质,让学生在体育课堂中感受到体育精神,促进学生体育知识以及文化的学习,进而达到综合锻炼和发展学生的教学目的。

本文系2021年度福州教育督导研究课题“‘提升工程2.0’视域下福州市中学体育教师信息技术应用评估机制研究”(课题编号:FZJYDD202105)的阶段性成果。

(作者单位:福州金山中学)

