

互联网背景下高校体育教育改革与创新路径探索

高闻璐

吉林司法警官职业学院, 吉林 长春 130000

摘要: 在互联网技术快速发展的形势之下, 高校体育教育面临着重要的发展机遇和各项挑战。通过对互联网技术的应用, 可以实现对高校体育教育的改革与创新, 全面提升体育教育的整体质量与效果, 促进学生体育技能和综合素质的提高。本文主要分析了互联网对高校体育教育的重要意义, 并探讨了当前高校体育教育改革中存在的主要问题。文章最后主要围绕互联网背景下高校体育教育改革与创新的路径进行分析与探讨, 以供专业人士进行一定的参考与借鉴。

关键词: 互联网背景; 高校体育; 教育改革; 创新路径

Exploring the Reform and Innovation Path of Physical Education in Colleges under the Background of the Internet

Gao, Wenlu

Jilin Judicial Police Vocational College, Changchun, Jilin, 130000, China

Abstract: Under the situation of rapid development of Internet technology, physical education in colleges is facing important development opportunities and challenges. Through the application of Internet technology, the reform and innovation of physical education in colleges can be realized, and the overall quality and effect of physical education can be comprehensively improved to promote the improvement of students' sports skills and comprehensive quality. This article mainly analyzes the significance of the Internet to college physical education, and discusses the main problems existing in the current reform of college physical education. The last part of the article mainly focuses on the analysis and discussion of the path of reform and innovation of physical education in colleges under the background of the Internet, so that professionals can make certain references and draw lessons from it.

Keywords: Internet background; College sports; Educational reform; Innovative paths

DOI: 10.62639/sspsstr09.20250203

在现代化信息技术快速发展的形势之下, 互联网在社会各个领域的应用越来越广泛, 对教育领域有着深刻的影响, 特别是在高校体育教育中的表现更加突出。传统体育教育模式暴露出许多问题, 难以满足现代学生的需要, 特别是在教学内容、教学方式等方面存在着诸多的局限性^[1]。因此, 加强高校体育教育改革尤为迫切。如何在互联网时代背景下推进高校体育教育的改革与创新, 是当前高校面临的重要课题。

一、互联网对高校体育教育的意义

(一) 推动体育教育模式的创新与变革

在传统教育模式的影响下, 以往高校在开展体育教育活动中主要采用以教师讲述为主的“灌输式”教学方式, 学生仅仅处于被动接受的状态。而通过互联网技术的应用, 推进了体育教学模式的转变与创新。一方面, 学生通过互联网平台可以自主地获取相关的体育教育资源, 另一方面, 教师可以在线上提供学生个性化的指导。除此之外, 通过视频教程和线上课程的应用, 学生可以随时随地进行体育锻炼, 使体育教育摆脱了时空的局限性, 满足了学生个性化体育

学习需求。同时, 通过论坛、互动和直播等各项功能应用, 强化教师与学生之间的沟通与交流, 以便于教师解答学生在体育锻炼中的问题^[2]。除此之外, 通过虚拟现实技术和增强现实技术的应用, 可以为学生模拟体育训练的场景, 使学生在无场地的情况下可以进行虚拟跑步与投篮等训练活动, 使体育训练更加具有趣味性和实效性, 推进了体育教育朝着个性化和现代化方向发展。

(二) 提升学生的体育素养与参与度

在开展高校体育教育活动中, 通过互联网技术的应用, 促进学生体育素养的提升, 并调动学生参与到体育锻炼积极性与主动性。通过在线课程、运动 APP 以及各类社交平台的应用, 学生可以获取多方面的体育知识, 包括锻炼方式、健康饮食以及体育技巧提升等, 这样不仅可以帮助学生构建起丰富的体育知识体系, 还能够将学生的锻炼热情充分地激发出来。除此之外, 通过运动 APP 的应用, 不仅可以对学生的锻炼数据进行有效的记录, 还能够提供学生专业的训练视频以及线上挑战等, 促使学生主动地参与的活动之中, 激发了学生体育锻炼的

(稿件编号: SSTR-25-3-1009)

作者简介: 高闻璐 (1987-), 女, 汉族, 籍贯: 吉林长春, 硕士, 副教授, 研究方向: 高校体育教育, 运动训练, 警察体能训练, 大学生思想政治教育。

基金项目: 吉林省职业教育与成人教育教学改革研究课题: “吉林省职业院校学生社团建设实践研究” (2023ZCY154)。

动力。与此同时,通过跑步社区、运动之家等互联网平台的应用,学生之间可以相互分享体育锻炼的心得和体验,营造出良好的学习氛围。这样一来,不仅可以让学生更加主动地参与到体育锻炼活动中,还能够增加体育锻炼的趣味性和互动性,使体育锻炼不再局限在课堂之内,而成为学生一种健康的生活方式,对于促进学生体育素养提高有着重要意义。

(三) 促进体育教学的精准化与个性化

在互联网技术的助力之下,可以提升高校体育教育个性化和精准化水平。通过运动追踪器和智能设备的有效应用,能够对学生各项运动数据,包括心率、时间、步数以及卡路里消耗等展开实时的记录,以便于教师根据对各项数据的分析制定出科学有效的训练计划,满足不同层次学生的体育训练需要,突破了传统教学方式的局限性。除此之外,通过在线测评和反馈机制的有效应用,教师可以对学生们的表现展开定期的评价,并及时地向其提供个性化指导与帮助^[3]。同时通过平台的应用,学生可以更好地了解自己的体育训练情况,并在此基础上对运动策略做出优化调整。这样一来,不仅可以保障体育教育的科学性和高效性,还能够提高学生的体能水平,并将学生的体育锻炼动力激发出来。

二、高校体育教育改革中存在的问题

(一) 体育课程内容单一与缺乏创新

在传统教育模式的束缚下,高校在开展体育教育活动中更多的是围绕着基础性的运动项目,包括集体球类以及田径项目等,这些项目缺乏创新性和灵活性,难以引发学生的学习兴趣,更无法保证学生的课堂参与度,甚至不少的学生对体育活动产生了一种抵触情绪。在快速发展的形势之下,学生的兴趣呈现出多元化的特点,传统体育课程难以满足学生的需求,越来越多学生对传统的球类运动和跑步的兴趣不断减退,甚至觉得这些内容非常的枯燥乏味。同时,诸如瑜伽、健身、电子竞技等新型的体育项目不断出现,而这些体育新兴的体育项目并未在高校体育课程中得到有效体现。

(二) 体育教学资源不足与不均衡

在推进高校体育教育改革的过程当中,面临着教育资源不足以及不均衡等问题。比如,有的高校在资金和设施的限制之下,体育课程往往因缺乏足够的体育场地和器材而无法顺利地开展,这一问题在中小型高校表现得尤为明显。此外,由于体育设施的建设水平和维护水平较低,使得大规模的体育活动无法顺利开展,这样一来,不仅使得体育教学的质量大打折扣,同时也挫伤着学生参与体育锻炼的热情。除此之外,在体育资源方面,不同高校存在着显著的差距,重点高校的资源较为丰富,其体育教学设施相对来说较为完善,能够满足体育教学的各项需求,而对于地方院校和中等院校来说,

其因缺乏足够的资金而不能够及时地引进先进的体育设施,加上缺乏足够的专业化体育教师,很大程度上阻碍着体育教育活动的顺利进行。

(三) 教师教学方法单一与缺乏专业培训

当前,高校在开展体育教育活动过程当中,主要采用的是以讲述和示范为主的传统教学方式,忽视对体育教学方式的创新^[4]。目前来说,在实际开展体育教学活动中,绝大部分教师忽视对先进的教学技术和互联网平台的应用,既无法调动学生参与课堂的积极性与主动性,又难以点燃学生的体育锻炼兴趣。除此之外,很大一部分体育教师受到传统教育理念的束缚,在开展体育教学活动中不能够及时地创新教育理念和方式,使体育教学内容和形式严重滞后于时代发展的形势。此外,很多高校缺乏对体育教师足够的重视,未能够向其提供专业化与系统化的培训,使其教育理念和教育方式不能够得到及时的更新,影响着体育教师专业水平和综合能力的提高。

(四) 学生体育兴趣不足与参与度低

高校在推进体育教育改革过程当中,面临着学生对体育教育兴趣低下的问题,而之所以出现这样的问题,主要包括以下几点原因:第一,高校在开展体育教学活动中所采用的教学方式和教学内容过于单一,对于学生缺乏足够的吸引力,无法调动学生参与课堂的积极性与主动性^[5]。第二,高校针对学生兴趣低下这一问题并未采取有效的激发措施,难以调动学生参与课堂的积极性。第三,在沉重的学习压力的影响之下,学生更多的是把时间和精力用于学术课程学习方面,而在思想上缺乏对体育锻炼足够的重视,这样不仅对学生身体健康造成不利影响,同时给体育教育的发展造成了阻碍。

三、互联网背景下高校体育教育改革与创新路径

(一) 推动混合式教学模式的创新

在互联网技术的助力之下,高校在全面推进体育教育改革过程当中,关键点在于要运用混合式教学模式,这一教学模式将线上和线下教学的优势充分地结合起来,使体育教学摆脱了时空的限制。通过线上平台的应用,学生可以获得极为丰富的体育资源,包括了健身指导、视频课程以及健康饮食建议等方面内容,学生可以根据自己实际情况和需求开展自主学习,这样不仅可以提升学生学习的个性化和灵活性,同时通过线上平台的应用,教师可以对学生们的体育学习进度情况进行实时跟踪,并向学生提供个性化的指导。而从线下学习来看,主要是培养学生的实践技能,在课堂教学活动中,教师要引导学生开展实际锻炼项目,帮助学生更好地体验各种运动项目,并结合学生实际情况向其提供针对性指导。总之,通过混合式教学模式的应用,在课堂之外,学生可以先学习专业相关的理论知识,而在教学课堂上则重点提

高学生的实践技能水平,从而促进学生理论知识和实践技能共同提高,这样既可以保障高校体育教学质量与效率,还能够激发学生的学习动机,加快体育教育现代化发展的进程。

(二) 构建数字化体育教学平台

通过互联网技术的有效应用,可以推进高校体育教育朝着数字化平台的转型。通过数字化平台的有效应用,不仅可以实现对各种体育课程资源的有效整合,还能够借助于智能化技术和数据分析技术的应用,提升体育教育的互动性和有效性。通过数字化平台的应用,可以对学生的各项运动数据进行收集,包括步数、心率、卡路里消耗等,以便于教师根据对数据的分析制定具有个性化的教学方案。比如通过运动追踪器的运用,可以及时地向平台上传各项运动数据,以便于教师根据对数据的分析,优化调整训练内容和方式。同时,通过课程论坛、社交平台以及在线讨论区的应用,鼓励学生之间相互分享体育锻炼心得和经验,营造良好的体育学习氛围^[6]。除此之外,通过虚拟运动、在线课程以及比赛直播等各项功能的运用,可以为学生营造出一种轻松愉悦的体育训练氛围,让学生在体育锻炼中可以收获到无穷的乐趣,实现对传统教学模式的创新,将学生的体育锻炼兴趣充分地激发出来。

(三) 利用虚拟现实技术增强运动体验

在全面推进高校体育教育改革的过程当中,通过对虚拟现实技术的有效应用,可以使体育教育活动摆脱场地和气候状况等方面的限制,不仅可以带给学生一种沉浸式的运动体验,还能够虚拟的环境中让学生能够感受与实际运动相似的锻炼效果。通过虚拟现实技术的应用,可以使体育锻炼更加具有互动性和趣味性,以便于学生根据自己的实际情况和需求选择合适的体育项目。通过虚拟现实技术的应用,学生在缺乏体育训练场地的情况下,同样可以进行多项体育训练活动,如虚拟跑步、骑行和滑雪等。借助于设备的应用可以感知学生的动作,并能够实时地反馈学生的训练效果,这样使得学生的运动形式更加丰富。除此之外,在学生不熟悉体育训练项目的时候,通过虚拟现实技术的应用,可以为其创设安全性高的训练环境,降低学生在训练过程当中出现受伤的风险,这样不仅可以保障学生体育训练的高效性和安全性,还能够将学生体育训练的兴趣充分地激发出来。

(四) 推动体育社交平台与课程设计的结合

通过互联网社交平台的有效应用,可以为高校体育教育改革提供全新的发展路径。在体育教学活动过程当中,通过将各种社交元素融入其中,不仅可以调动学生参与体育训练活动的积极性与主动性,还能够强化师生和生生之间的互动。通过社交平台的应用,既可以满足学生在线学习的需要,还能够使师生、生生之间的互动更加密切。在平台上学生之间可以相互分享体育训练的经验心得,创造出良好的体育

学习氛围,不仅可以让学生收获更多的归属感,还能够将学生的合作精神和竞争意识充分地激发出来。

除此之外,通过体育社交平台的应用,可以向学生提供团体活动、赛事以及各种体育挑战活动,这样不仅可以让学生在体育学习过程当中收获到运动乐趣,还能够增进学生的社会交往。通过积分机制以及排行榜的运用,可以激发学生不断进行体育锻炼的热情,使其能够更加积极主动地参与到体育锻炼活动中。在课程设计过程当中,通过体育社交平台的应用,教师可以向学生及时地发布各项任务,同时学生可以向平台上传成果以及反馈,这样可以增加学生体育锻炼的参与感,在轻松愉悦的氛围中促进学生体育技能的提高。同时体育社交平台的应用可以及时地向学生提供支持与肯定,使其能够获得更多的鼓励,激发学生参与体育锻炼活动的热情,从而为促进体育教育的优化提供了重要保障。

四、结语

综上所述,在全面推进高校体育教育改革的进程当中,通过对互联网技术的有效应用,可以为体育教育改革提供全新的路径和动力。通过现代化信息技术的应用,使传统的体育教育摆脱局限性,既可以提高体育教学的质量,又能够调动学生参与课堂积极性。通过混合式教学模式、数字化平台以及虚拟现实技术以及体育社交平台的有效应用,既可以带给学生丰富的体育学习体验,还能够提升体育教育智能化和个性化水平。展望未来,高校应当加强对体育教育不断的创新与发展,加强对现代化互联网技术的充分利用,从而将学生培养成为身体素质和心理素质过硬的优秀人才。

参考文献:

- [1] 焦骄. “互联网+”背景下高校思政教育改革的新思路——评《高校思政理论创新实践研究》[J]. 热带作物学报, 2021, 42 (06): 1807.
- [2] 王艳, 张玉波. “互联网+”高校体育教学理论与实践新发展探析——评《“互联网+”背景下体育教育发展新思路》[J]. 中国科技论文, 2023, 18 (07): 822.
- [3] 何睦, 董杨. “互联网+”背景下高校思政教育改革的新思路——评《高校思政理论研究与教育方法》[J]. 热带作物学报, 2021, 42 (08): 2435.
- [4] 张婷婷. 互联网背景下高校心理健康教育改革创新研究——评《互联网视域下高校心理健康教育模式发展研究》[J]. 中国学校卫生, 2022, 43 (06): 965.
- [5] 曹望华. “互联网+”背景下高校教育改革的理论与实践——评《“互联网+”时代下高校教育的创新与发展研究》[J]. 中国科技论文, 2021, 16 (11): 1271.
- [6] 朱鸣. 互联网背景下高校教育改革的理论与实践探析——评《互联网时代教育改革与发展研究》[J]. 中国科技论文, 2021, 16 (10): 1159.