

# 移动网络媒体在大学健美操教学中的应用研究

汪珍

景德镇陶瓷大学

**摘要:**近些年来,随着新媒体、互联网的崛起,移动网络媒体被广泛地应用于办公、生活、教研等各个领域之中。其中,手机微信、QQ是较为常见的移动网络媒体平台,能够通过手机、电脑、iPad实现信息交流、资源共享,具有便捷性、即时互动等特点,在大学生群体中极为普遍。本文针对大学健美操教学现状,探究如何利用手机微信、手机QQ等搭建面向大学生构建移动网络教学平台,进而通过研究验证其应用效果。结果显示,移动网络媒体在激发学生对健美操学习兴趣、提升学生动作技能以及创编能力方面,具有显著的教学效果。

**关键词:**移动网络媒体; 大学; 健美操教学; 教学思考; 效果

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2024.04.101

## 引言

现阶段,大学基本上都开设了健美操教学,内容涉及多个方面、可变性以及健身功能较强。但大学健美操传统的教学随意性、单一性、刻板性明显,学生多处于被动学习状态,无论是基本动作、要领的掌握,还是健美操创编、改编与表演等,都难以实现个性化辅导无全面点评。这些问题的存在,导致健美操教学现状不太理想,无法满足大学生对健美操的需求。

## 一、移动网络媒体在大学健美操教学中的应用优势分析

CNNIC统计报告显示,当前我国网民规模超过10亿,手机网民更是超过8.5亿。在互联网的快速发展下,各项移动智能终端在人们生活中普及,如手机、IPAD、电脑等,还有各种新媒体软件的出现,更是极大地突破了时间、空间的限制,优化了信息传播途径与渠道等。利用移动多媒体技术,如手机微信、手机QQ等,不仅可以传输大文件、微课视频等,还能为学生制定锻炼计划、推送最新的健美操资讯等,帮助大学生科学健身运动,为大学健美操教学注入新的活力。

第一,数字化教学兴起,移动网络媒体与传统体育教育的结合,是现代体育教育的重要手段。电脑、手机、IPAD等移动设备,凭借携带方便、互动性强、覆盖广阔、渠道广泛的特点备受大学生喜爱,将移动网络媒体应用于大学健美操教学之中,基于手机微信、手机QQ等搭建移动网络媒体教学平台,有利于丰富课堂教学资源,满足学生个性化学习需求,实现线上线下混合式教学的同时,进一步推动传统健美操教学改革,促进大学生充分利用碎片化时间学习健美操、参与健美操健身锻炼。

第二,基于移动网络媒体的大学健美操教学更为契合大学体育教学改革要求,能够注重学生自主学习,促进学生身心健康发展。移动网络媒体在大学健美操教学

中的应用,秉承“线上线下一体化、突出学生主体地位”的原则,借助移动端、互联网等打破传统教学模式的限制,学生可以通过移动网络媒体教学平台,多元化、多样化地获取健美操学习资源,如健美操健身视频、健美操理论课件等,进而自由地选择学习课程,随时随地利用碎片化时间进行体育锻炼,丰富学生课余活动的同时,契合学生个体差异发展需求。例如,通过移动网络媒体教学平台,将分解动作教学视频传输到班级QQ群中,在微信公众号进行实时答疑解惑,发挥移动网络媒体的操作方便、信息交流功能强大和资源共享及时等优势,便于培养学生自主学习能力。

## 二、移动网络媒体在大学健美操教学中的应用途径与效果研究

### (一) 研究对象与方法

#### 1. 研究对象

本文以手机微信软件和手机QQ软件等移动媒体在校内健美操教学种的应用效果展开研究,比较移动网络媒体教学与传统教学方法中学生兴趣、创编能力差异。

#### 2. 研究方法

文献资料法:在中国知网等数据库中以“移动网络媒体”“健美操教学”为关键词检索相关的研究文献,在了解前人研究成果与内容的基础上制定研究计划与方案。

问卷调查法:面向校内大一、大二学生进行问卷调查,调查内容包括学生对健美操的学习兴趣、态度、能力等。为了确保调查的严谨性与真实性,采用重测法向实验组及对照组的学生(各班20人,间隔时间25天)各发放问卷进行信度检测,结果相关度 $R=0.85$ 、 $0.92$ 。

实验法:依据健美操教学大纲与教学计划,面向实验班与对照班展开长达一学期(18周,每周3课时)的实验研究。以教学方式为唯一因变量,对实验班采取移动网络媒体辅助教学法,对对照班实施传统教学法,两

个班均为50人，六教学前后学生学习兴趣、动作技能成绩等进行比较分析。

数理统计法：在MicrosoftExcel软件和SPSS19.0软件的平台，根据数理统计的原理统计和分析实验数据。

### 3. 实验设计

第一，面向实验班学生搭建移动网络媒体教学平台。教师先注册“景德镇陶瓷大学健美操课堂”微信公众号，同时加班级学生微信、QQ好友，建立班级群，将公众号推送给学生。等到学生都关注后，秉承以微信公众号为主、班级QQ群为辅的教学主线，按照课时、教学计划，通过微信公众号向班级学生推送健美操微课视频、课件等，并发布预习任务、训练要求，大的文件也是上传到班级QQ群中，便于学生随时随地获取健美操知识、参与健美操训练。由此，将线上线下、课内课外结合起来便于学生课前预习、课后总结、课间练习、课外答疑，以及教师监控学生学习进度与效果。

第二，遵循微信公众号发布预习任务、推送预习资料→教师上课集中讲解与示范教学内容→学生配合视频，分组练习，反馈问题→教师对学生集中纠错，拍摄分组练习视频→课后发布作业，学生录制运动视频并提交→移动平台总结相关知识，学生自查后面，教师在线答疑→平台拓展课外知识、推送相关资讯的程，展开长达一个学期的实验研究。

### 4. 考核指标

(1) 动作技能成绩分析。由非健美操教学的三名教师在实验前后对两个班学生的健美操动作技能熟练度进行评分。教师评分都是遵循同一套动作熟练判定标准，满分100份，取平均分维最终成绩。

(2) 健美操创编能力分析。创编能力评价主要是围绕队形、编操、领操、音乐等，由三名教师进行评分，取平均值为最终分。

(3) 健美操学习兴趣的比较。就学生对健美操的学习兴趣进行问卷调查，根据学生选题情况进行赋分，5分表示“非常感兴趣”，4分表示“比较感兴趣”，3分表示“一般感兴趣”，2分表示“不太感兴趣”，1分表示“完全不感兴趣”。

#### (二) 结果与分析

##### 1. 动作技能成绩分析

动作技能是健美操学习的核心，也是评价教学效果的重要指标。本研究中，针对动作技能熟练程度，由3名教师进行评判，进而对比传统教学模式和移动网络媒体辅助教学模式下的学生成绩，结果：实验前两组动作标准、动作熟练、动作一致这三个纬度的评分差异无

统计学意义 ( $t=0.1923、1.721、0.982, p>0.05$ )，实验后，两组各纬度评分均有提升（对照班平均分从62上升到72，实验班平均分从62上升到84），差异存在统计学意义 ( $t=9.425、9.293、15.394, p<0.05$ )。究其原因，主要体现在以下三个方面：

第一，成绩提升显著：在移动网络媒体辅助下，学生的动作技能成绩普遍有所提升。这种提升不仅体现在技术动作的准确性和规范性上，还体现在动作流畅度和节奏感上。

第二，个体差异减小：传统教学模式下，学生由于个人差异、学习基础等因素，成绩差异较大。而在移动网络媒体辅助下，个性化教学和及时反馈，使得不同基础的学生都能得到有针对性地指导，从而减小了个体差异。

第三，动力提升与保持：通过移动网络媒体，学生可以随时随地学习和练习，这种自主性的学习方式激发了学生的学习动力。同时，移动媒体提供的及时反馈，让学生能够及时了解自己的学习成果，从而保持学习的积极性和持续性。

##### 2. 健美操创编能力分析

健美操的创编能力是健美操教学中非常重要的一环，涉及教学内容的丰富性、创新性和个性化，直接关系到学生的学习兴趣和教学效果。在传统的教学模式中，健美操的创编往往依赖于教师的个人经验和教学技巧，缺乏足够的互动性和实时反馈，因此很难满足学生多样化的学习需求。然而，在移动网络媒体的应用下，健美操的创编能力得到了显著的提升，具体见表3。实验前，两个班的学生开始、结束动作、队列队形变化、音乐编辑、编操与领操等 (73.32VS73.89, 67.32VS 66.88, 63.52 VS 62.96, 65.65VS 66.01) 并不存在显著差异 ( $t=1.827、0.545、1.092、0.876, p>0.05$ )，实验后，实验班的学生开始、结束动作、队列队形变化、音乐编辑、编操与领操各项分值 (89.92 VS80.98, 84.43 VS73.12, 84.43 VS72.32, 86.54 VS79.55) 显著高于对照班，差异显著 ( $t=6.485、8.254、9.154、7.246, p<0.05$ )。

究其原因，主要有二，一是移动网络媒体提供了丰富的教学资源和信息，教师可以随时随地获取最新的健美操教学理念和技巧，从而不断更新和完善自己的教学内容。这种灵活的学习方式使得教师能够更好地适应学生的学习需求，提高教学效果。二是移动网络媒体的应用使得健美操创编更加具有互动性和实时反馈性。教师可以通过移动媒体与学生进行实时的互动和交流，了解学生的学习情况和反馈意见，从而及时调整和完善自己

的教学内容和方式。移动网络媒体平台的互动性和实时反馈性,切实提高了学生的学习兴趣和参与度,也使得健美操的创编更加具有针对性和实效性。

### 3. 健美操学习兴趣分析

兴趣是大学生学习健美操、参与健美操锻炼的动力,对健美操教学质量与效果影响重大。健美操学习兴趣的强弱,直接影响着整体教学质量与效果。本文在实验前、实验后两个阶段,对两个班的学生健美操学习兴趣展开了调查,结果:实验前,对照班非常感兴趣4人,比较感兴趣12人,一般感兴趣29人,不太感兴趣5人,完全不感兴趣0人,实验班非常感兴趣5人,比较感兴趣13人,一般感兴趣28人,不太感兴趣4人,完全不感兴趣0人,组间差异不存在统计学意义( $p>0.05$ );实验后,对照班非常感兴趣9人,比较感兴趣15人,一般感兴趣23人,不太感兴趣3人,完全不感兴趣0人,实验班非常感兴趣14人,比较感兴趣18人,一般感兴趣17人,不太感兴趣1人,完全不感兴趣0人,组间差异存在统计学意义( $p<0.05$ )。

由此可见,实验前后,两个班的学生学习兴趣有了明显变化,“非常感兴趣”和“比较感兴趣”的学生人数明显增加,对照班“非常感兴趣”从实验前的4人上升到实验后的8人,“比较感兴趣”从12上升15,实验班“非常感兴趣”从实验前的5人上升到14人,“比较感兴趣”从13人上升到18人。根据两个组样本的T检验结果发现,两个班的学生健美操兴趣平均分,在实验前无显著差异( $t=1.087, p>0.05$ ),在实验后差异显著( $t=4.205, p<0.05$ );对照班从实验前的(3.56±0.38)提升到实验后的(3.87±0.78),实验班从实验前的(3.66±0.41)提升到实验后的(4.34±0.54)。这就意味着,移动网络媒体教学平台的使用,大幅地提升了大学生对健美操的学习兴趣,让更多的学生积极参与到健美操学习与锻炼之中,对提高教学效果与质量具有积极的意义。

## 三、结论与建议

### (一) 结论

本研究对移动网络媒体在大学健美操教学中的应用进行了深入分析和研究,得出以下结论:

第一,技术提升与普及:移动网络媒体技术的快速发展和普及为大学健美操教学提供了新的可能性。通过移动设备、互联网和多媒体技术的结合,健美操教学更加灵活、多样和高效。

第二,教学效果优化:移动网络媒体的应用显著提高了健美操的教学效果。通过生动形象地演示、实时互动和个性化教学,学生的动作技能成绩和学习兴趣均得

到了显著提升。

第三,学习方式转变:移动网络媒体促使学生的学习方式从传统的被动接受转变为主动探索和实践。学生可以随时随地学习,根据自己的节奏和需求调整学习进度,增强了学习的自主性和灵活性。

第四,教学资源丰富:移动网络媒体为健美操教学提供了丰富的教学资源和信息,使得教师可以不断更新和完善教学内容,满足学生多样化的学习需求。

### (二) 建议

基于以上结论,对大学健美操教学提出了以下建议:

第一,加强技术培训:针对教师和学生开展移动网络媒体技术的培训,提高他们在教学中应用这些技术的能力,确保技术能够充分发挥其优势。

第二,完善教学资源库:建立和完善健美操教学资源库,整合优质的教学资源,为教师提供丰富的教学素材和案例,为学生提供多样化的学习资源和途径。

第三,加强互动与反馈:利用移动网络媒体的互动性特点,加强师生之间的沟通和交流,鼓励学生之间的合作学习,及时提供反馈和指导,促进学生的学习进步。

第四,关注个性化需求:根据每个学生的学习需求和兴趣爱好,提供个性化的教学内容和方式,满足不同学生的需求,提高教学效果和学习满意度。

综上所述,以手机、iPad等为使用终端,具有分众、定向、即时和互动等特点有机地融合在健美操专项课的教学中,增加了课堂趣味性与课堂体验感,促进学生对健美操课程的学习兴趣,提升教学的质量;提供即时通讯服务,具有操作方便、信息交流功能强大和资源共享及时等特点,给大学生的生活和学习带来极大的方便。

### 参考文献

[1]张瑞丽.新媒体时代高校健美操教学的创新改革探索[J].吉林工程技术师范学院学报,2023,39(07):79-82.

[2]常珍.新媒体环境下健美操教学模式的创新研究[J].佳木斯职业学院学报,2022,38(08):125-127.

作者简介:汪珍 1997年12月15日,女,汉族,江西景德镇,硕士研究生,助教,健美操教学理论与实践。

基金项目:本项目由江西省研究生创新资金资助项目名称:移动多媒体技术在健美操教学中的应用研究 YC2021-S540。