

微课在体育与健康课程中的实践运用研究

肖庆丰

(四川大学附属实验小学 四川 成都 610042)

[摘要] 随着教育信息化 2.0 时代的到来,教育信息化在体育与健康课程中也尤其重要。微课作为教育信息化的一个重要载体,在体育与健康课程中学习者可以在课前、课中、课后充分的利用微课来进行学习。教学者可以在备课、上课、说课等环节充分的利用微课来辅助开展教育教学工作。

[关键词] 微课;体育与健康课程;学习者;教学者

引言

体育与健康课程是一门以身体练习为主要手段,以增进中小学生健康为主要目的的必修课程是学校课程体系的重要组成部分,是实施素质教育和培养德智体美全面发展人才不可缺少的重要途径。它是对原有的体育课程进行深化改革,突出健康目标的一门课程。

微课是一种以短视频或 H5 等新媒体为载体,将知识点获技能点(重点、难点、疑点、热点等)按照一定结构组合并试听化呈现,并进行网络化传播的教学资源。

从体育与健康课程和微课的定义中我们可以看出体育与健康课程是一门以身体练习为主要手段的课程,而微课是一种以短视频或 H5 等新媒体为载体的教学资源。所以微课是做为体育与健康课程的教学资源存在,而不能替代体育与健康课程。如体育与健康课程使用传统的教学资源,那么就没有办法更好的体现体育与健康课程的身体练习内容,就不能更好的让学习者和教学者使用。所以微课才是体育与健康课程最合适的教学资源。那么微课在体育与健康课程中应该如何运用呢?接下来,本文将从学习者和教学者这两个角度来介绍微课在体育与健康课程中是如何运用的。

1 学习者

微课可以帮助学习者根据自身的能力,进行个性化学习,因为不同的学习者,学习的能力不同,同样的内容有些学习者所花的时间短,有些则需要长一点,如果把学习者都处于同一学习环境去,很有可能有些学习者很快就掌握了所需学习的知识点或技能,那么剩下的环节对于他来说就是浪费时间。但有些学习者可能整个学习环节已经结束了,他还没有掌握所需学习的知识点或技能。

因体育与健康课程是以身体练习为主的课程,故学习者靠传统的课程资源,如挂图、图片、文字等,没有办法直观的了解学习动作技术。但微课是以短视频或 H5 等新媒体为载体,是一种流媒体。那么只要学习者就可以直观了利用微课来了解学习课程的动作技术了。

1.1 课前

1.1.1 在传统课堂课前,学习者可以用微课来进行预习,如《立定跳远》一课,学习者可以利用微课在课前对立定跳远这一动作技术有个大概的了解,也便于在课堂进行学习。这样的微课特点就需要对动作技术有较详细的完整介绍。

1.1.2 在翻转课堂等新兴教学课堂上,学习者可以利用微课先进行自学,然后在正式课堂上进队技能内化。更有利于学习者学习。这样的微课特点就需要对动作技术有详细的分解教学,甚至还需加入一些辅助练习的内容。

1.2 课中

在课中学习者在练习时,可以随时利用微课来唤醒知识技能要点。如《健美操基本步法》一课,学生在分组或者集中练习时,如果对动作的要领有所忘记,可以立刻回看微课,从而唤醒知识技能要点。这样的微课特点就需要对动作技术有详细的分解教学。

特别是重点难点动作。

1.3 课后

在课后,学习者在完成课后练习时,更需要微课的帮助,根据遗忘规律,学习者在课后因为其他因素的影响,会对课堂上所学的技术动作有所遗忘。这时,学习者因为身边没有同伴和教师,就只有利用微课这一学习资源,进行复习获拓展。

微课这一出现必然要引起课堂的改革,课堂将大变样。原来的课堂师生需要花大量的时间在学习动作技术上,而运用的时间就少了,微课的出现让单纯的动作技术学习放在了课堂之外,课堂上大家聚焦在运用动作技术上。这样的课堂才是真正的己学生为主的课堂,学生不在是跟着教师一个动作一个动作的模仿学习,而且和同伴一起来研究如何运用好某种动作技术,将知识内化,拓展,升华。

2 教学者

微课可以帮助教学者更加直观的进行备课、上课、说课等,因传统的教学资源(如:挂图、教材、文稿等)不能更好的满足体育与健康课程身体练习这一特征,而微课是以短视频或 H5 等新媒体为载体,是一种流媒体。这样教学者就可以更好的进行教学工作。

2.1 备课

在教学者备课阶段,可以利用微课重温技术动作的重难点,从而准确地备课。还可以通过微课网络化传播这一特点,将微课发给学习者,让学习者在正式学习之前,做好学习的准备。

2.2 上课

体育与健康课程教学者的动作示范是十分关键的,但是有些项目,教学者不能单独的完成示范,如《绕八字跳长绳》。微课就可以解决这一问题。学习者通过观看微课能直观地了解绕八字跳长绳这一项目。

2.3 说课

说课就是教学者口头表述具体课题的教学设想及其理论依据,也就是授课教师在备课的基础上,面对同行或教研人员,讲述自己的教学设计,然后由听者评说,达到互相交流,共同提高的目的的一种教学研究和师资培训的活动。

如果教学者只靠口头表述,那么同行或教研人员就不能很好的直观地了解,教学者的教学设想。这时教学者就可以通过 PPT 等媒体来辅助,但类似 PPT 这种媒体是处于静止状态的,但体育与健康课程是以身体运动为主的课程,所以如果利用微课这种流媒体来进行辅助,那么同行或教研人员就能更好的直观了解教学者的教学设想了。

参考文献:

- [1] 赵木桥,韦苏育.新课标视角下体育微课在中学体育教学中应用的困境与对策[J].当代体育科技,2018,8(27):5-6.
- [2] 洪建光.微课在体育教学中的实践应用与研究[J].才智,2018(21):6.