

健身气功在线课程学习模式研究

程娜

(吉林体育学院 吉林 长春 130022)

[摘要]“互联网+教育”已经成为势不可挡的趋势,健身气功教学要想得到持久、稳定的发展,也需要紧跟时代,故文章通过行动研究法、文献资料法、逻辑分析法研究健身气功在线课程学习模式,取得一定成绩。在此,结合研究结果以及在线课程学习特点,从开发课程资源、运用混合式教学方式、完善考核方式这三个方面简要阐述健身气功在线课程学习模式,即教师先通过“MOOC+SPOC”模式开发课程资源,再构建线上教学平台,学生根据资源自主学习并提出问题、疑惑,教师再在线为学生解答困惑并收集课程资源,并通过线下互动的方式帮助学生纠正和完善,实现在线课程学习高效化。

[关键词]健身气功;在线课程;学习模式

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.06.1989

前言:网络信息技术在近些年得到迅猛发展,教育信息化的趋势也势不可挡,在这样的背景下,SPOC、MOOC等新兴网络课程应运而生。借助互联网平台的在线课程资源从某种程度上说弥补了传统“一言堂”教学下学生被动接受、教学内容不可回看、上课时间不灵活等不足,为教育改革指出了新的方向。然而,就当下健身气功教学情况来看,仍以线下教学为主,故本文就健身气功在线课程学习模式进行探讨,旨在实现教育现代化,推动健身气功课程更快更好的发展。

一、开发符合本校学生的在线课堂教学资源

在线课程教学活动的有序开展需要丰富的、完善的教学资源作支撑,因此,教师首先要重视课程资源的开发,尽可能开发与本校学生相符合的在线课堂教学资源,比如现如今广受师生欢迎的慕课教学,它具有在线、开放、大规模这三个重要特征,能够有效解决学生学习健身气功空间和时间的限制,促进他们的个性化学习。只要有时间,只要感兴趣,学生随时随地可以进行慕课学习。健身气功课程内容比较复杂,包括但不限于新功法大舞、五禽戏、易筋经、老功法八段锦、马王堆引导术,尤其是大舞、八段锦等,有一定的技术难度,有复杂的理论内容如功法概述、健身机理等,还包含了各种技术动作^[1]。慕课教学适用于健身气功在线课程教学,它的优势是将技术动作或运动轨迹等分解成若干个截面,甚至细化到每一帧,接着以视频、图像等形式逐一显示出来,这样既形象又生动,可以让学生真切体验、直观理解。由于慕课教学是一种开放式教学,开课的教师不一定是本校的教师,所以基本只有线上教学而缺少线下教学活动。因此,教师可以采取“MOOC+SPOC”模式,SPOC模式是指在线上二次打造课程,用相对来说比较小的资金成本和人力成本打造出符合本校学生的在线课程,对教学内容进行特色化、个性化的改造创新。具体来说,本校教师可以对线上课程资源进行复制,包括题库、课件、拓展资料等,然后根据学生实际情况添加测验、作业、教学内容以及考核指标等,这样,教师不再是辅助教学,而是课程主体教师^[2]。

二、借助线上线下混合式教学完成教学目标

健身气功训练的根本目标是为了学生的健康成长,仅仅凭借在线课程资源很难发挥应有的效果。究其根源,单一的线上学习让学生缺乏针对性的、必要的科学指导,不利于他们的深度学习。因此,健身气功在线课程学习需要形成混合学习模式,即线上线下教学同时进行。首先,教师应根据健身气功训练需求构建在线教学平台,引导学生通过线上平台的网络资源进行自主在线学习,借助线上课程,学生可以反复观看健身气功中涉及到的各种动作和技巧,比如的上肢动作如何,下肢动作如何,包括运行的路线、身型的角度、动作的范围等。举个例子,在讲解“五禽戏”时,让学生线上认真观看猿钩、握固、自然掌三种手型,再观察上肢动作的运行路线,此外还要观察下肢一系列动作如退步、上步、后点步、丁步、虚步等线路与步型,最后合成练习。与线下教学相比,在线学习最大的

优势是学生可以根据自己的能力去调整学习进度,而且可以反复观看视频,这样既减轻了教师的负担又保证了学生的学习成效。在线上学习过程中,学生不可避免地会遇到一些问题、难题等,可以上传到互动交流平台上作为反馈,教师再通过平台了解学生的问题,对它们进行收集、归纳、分析、总结和梳理,然后在线上通过互动讨论、答疑解惑等方式给予学生针对性的指导,从而帮助他们有效完成线上学习^[3]。除了线上学习外,健身气功的一些动作技巧需要教师面对面指导学生,因此,教师不能忽视线下互动,在线下要针对学生的问题、疑惑给予解答,帮助他们纠正,实现线上线下有机融合,使健身气功教学取得理想的效果。

三、通过完善的考核方式满足学生学习需求

在传统的健身气功训练中,教学评价比较单一化,通常由教师单独评价,而且评价的标准往往以结果为主,这样的考核方式不具有全面性、客观性,不能将学生的学习情况以及教师教学成果全面反映出来。在线课程学习模式下,教师应遵循过程评价与结果评价相结合的原则,将线上互动与线下实操考核有机结合起来,考核的重心由之前的功法演练拓展到自主学习。现如今,大数据技术能够客观地反映出学生的学习情况,教师可以通过大数据技术了解学生的线上学习时间、错误率等进行量化评价,将学习空间和时间拓展延伸至课堂外,充分调动学生能动性,将练习常态化、生活化,帮助学生形成终身体育理念。除此之外,教师还可以让学生拍摄健身气功的训练视频,或者由教师在线下互动过程中亲自拍摄,然后将这些视频分享到家长群或者第三平台上,让更多的人参与评价,这样可以显著提升评价的客观性、全面性,让学生认识到自身的不足。为了进一步优化训练效果,教师还可以增设功法创编环节,让学生自主创编功法并拍摄视频,然后上传到互联网平台上,这不仅可以发挥健身功效,还能培养学生创新思维。

结论:健身气功在线课程建设情况直接影响其教学实效性,教师应予以重视,树立与时俱进的教育理念,深入研究在线课程教学特点,根据实际情况开发与本校学生相符合的在线课堂教学资源,同时采取线上线下混合式教学模式,最后还要建立健全教学评价,以此弥补传统健身气功教学的不足,使其取得更大的成就。

参考文献:

- [1]刘洁,吕蒙,曹庆华.疫情下苏伊士运河大学孔子学院健身气功线上教学的价值与担当[J].武术研究,2021(02):122-124.
- [2]祁文文.基于MOOC平台O2O教学模式在高校健身气功课程的实践研究[J].山西青年,2019(17):7-8.
- [3]秦立凯.高校健身气功MOOC教学的必要性分析[J].中华武术(研究),2016(11):77-81.

课题:2020年吉林省“十三五”教育科学规划课题+基于学生维度管窥健身气功在线课的“3C”学习模式研究+编号GH20374.