

# 信息技术在中职学校体育教学中的应用

王卫东

伊犁中等职业技术学校 新疆 伊宁 835000

**摘要:**《关于推动现代职业教育高质量发展的意见》中明确表明“推动现代信息技术与教育教学深度融合是提升专业教育质量的关键手段”。为探索信息技术与中职教学的相互融合,本文针对信息技术在中职体育教学中的运用意义和运用对策进行了深入的分析。通过创新使用微课、利用线上和线下的信息化工具进行课前、课中、课后的指导,旨在帮助中职学生掌握更多的体育知识和体育技能,提升对体育学习的兴趣,养成体育锻炼的习惯,达到强身健体和促进学生德智体美劳全面发展的目的。

**关键词:**信息技术;中职学校;体育教学

## Application of information technology in physical education teaching in secondary vocational schools

Weidong Wang

Yili Secondary Vocational and Technical School, Yining 835000, China

**Abstract:** "Opinions on Promoting the high-quality development of modern vocational education" clearly states that "promoting the deep integration of modern information technology and education and teaching is a key means to improve the quality of professional education." In order to explore the integration of information technology and secondary vocational education, this paper analyzes the significance and countermeasures of the application of information technology in secondary vocational physical education. Through the innovative use of micro-lessons and online and offline information tools for pre-class, in-class and after-class guidance, the aim is to help secondary vocational students master more sports knowledge and skills, enhance their interest in sports learning, develop the habit of physical exercise, and achieve the purpose of strengthening their health and promoting the all-round development of students' morality, intelligence, physical fitness, the United States and labor.

**Key words:** Information technology; Secondary vocational school; Physical education teaching

### 引言:

信息技术融入中职体育教学中,促使体育教学内容、体育教学模式、体育教学评价模式均发生了较大的变化,这就为当前中职体育教学提出了新的挑战和机遇。体育教师如何借助信息技术布置教学任务和整合教学内容、如何开展趣味性的教学活动等,成为新时期体育教师亟需考虑的问题。结合当前体育教学的现状上看,部分中等职业院校信息化教学的效果并不明显,其主要与教师队伍信息化技术应用能力不足、各个教学环节中没有充分的利用信息化技术等直接关联。因此,中职体育教师需重新审视体育教学现状,灵活应用教育教学APP软件、网络教学平台和教育教学信息化工具等,不断改进当前教学的不足,从而通过信息化教学培养出更多社会所需的高素质、高技能人才。

### 一、信息技术在中职学校体育教学中应用的意义

#### (一) 成为激发学生学习动力的有效手段

体育教学中教师将主要的任务放在体育基础知识的讲授和体育基本技能、方法的讲授上。而在体育教学中运用信息技术,则为体育教师提供了便利,即教师通过将信息技术中的文字、图片、声音等功能与体育知识进行相互的融合,可帮助学生能够直观地了解到信息技术中所展示出的体育知识或者体育视频等,从而增加课堂教学的趣味性,引起学生们的注意<sup>[1]</sup>。同时,这一技术在为教师带来重大机遇的同时也在一定程度上满足了学生的需求。例如:学生可借助咕咚运动软件或者短

视频资源等,结合具体的教学任务、教学指导等调整短跑时的错误动作等,从而改进学生短跑的不足。

#### (二) 成为中职学生克服重点难点知识的主要支撑

课堂教学之前教师可利用信息技术将教学中的难点、重点等制作成为一个小视频,视频中主要是体育动作的整体展示、分解展示等。课中教师则会将课前准备的小视频进行播放,以此帮助学生们更全面地了解视频中的每一个动作。学生们在课中通过观察、模仿等,第一时间与学生、教师进行沟通和探讨,以加深自己对动作的理解。课后阶段教师则会组织开展实践活动,学生

们通过在课下借助信息技术开展视频的学习,完善动作的不足,然后学生们再自主组建队伍,进行体育技能的比赛,并将比赛的经过录制成一个完整的视频,一方面验证学习的效果,另一方面帮助学生找出不足、提出问题、解决问题,达到提高学习质量的目的。

### (三) 成为教师控制和监督学生锻炼有力工具

中职体育教学过程中可借助信息技术对学生学习的情况开展全过程的监督,帮助教师随时调整不当的教学方法。例如:在进行长跑锻炼时,教师可利用Keep运动软件设置体能打卡,然后对学生们打卡的情况进行监控。在进行三级跳的锻炼时,教师可让学生在课下将三级跳的视频上传到微信班级群中,然后再对学生们上传的视频进行监督,及时针对学生们的不规范动作进行线上的交流和互动。

## 二、信息技术在中职学校体育教学中的应用对策

信息技术的运用在为中职学校体育教学带来重要机遇的同时中职学校也面临着巨大的挑战,教学资源的单一、教学模式的陈旧、教学能力的不足等都会导致信息化技术与体育教学的融合存在较大的困难,所以中职学校体育教学想要全面实现信息化教学则需要很长的一段时间。本文针对这一问题提出了具体的解决对策,以此为信息技术在中职学校体育教学中运用,实现信息技术与体育教学的更好融合等提供重要参考。

### (一) 完善教育资源

教学资源的充足和匹配是信息化技术在体育教学中运用的先决条件。因此,在硬件设施上中职体育教学中可增加多媒体教室、电脑、摄像设备、网络设施等<sup>[2]</sup>。对于有条件的学校还可引入更多先进的多媒体一体机,帮助体育教师在开展体育教学时能够利用这一设备开展多角度、多方面的教学指导,及时找出学生体育锻炼的不足,并针对错误的动作进行完善,从而提升整体的体育教学质量。同时,在软件设施的完善方面,中职体育教学中教师还可根据学校条件、教学需求等适当配置APP软件、教学辅助工具、网络教学平台等。

一是,投入体能训练的软件、鼓动跑步软件等,通过运用这一软件监测学生的技术练习情况和身体锻炼的情况等。

二是,引进超星学习通软件或者人机交互软件包、健康管理软件等,以为中职学校开展体育教学提供一定的辅助。例如:超星软件之中具有海量体育学习方面的文件、视频、图片等,并且这一软件还有很多的学习练习功能、作业检查功能、学习反馈功能等,体育教学中运用这一软件可改进当前的体育教学模式,调动学生学习的积极性。

三是,网络教学资源中包含丰富的教学资源,如:体育知识讲说、体育卫生保健、田径和球类等运动讲解、形体和健康管理、竞技体育和休闲体育、竞技体育精神等。因此,当这些资源被上传到教学平台中,并开展分类管理,可为体育教学和学生课外学习提供更好

的服务。其中这些资源主要以图片、文档或者视频的方式出现,教师在上传这些资源时应结合当前的教育政策、学生学习的需求等进行灵活更新,从而满足实际教学需求<sup>[3]</sup>。

### (二) 创新教学模式

#### 1. 利用微视频开展体育教学

微视频的特点主要表现为:形式新颖、短小精悍、形象生动,在体育教学中应用微课可有效调动起中职生对于学习体育技能、学习健康知识等方面的兴趣,进而乐于参与课堂的探讨和互动,共同解决体育学习时遇到的难题,达到体育教学事半功倍的效果。课前,体育教师收集关于体育知识的相关视频、动作解析、技巧讲述等资料,并将其上传到多媒体之中。课中,体育教师在教学中利用电脑、大屏幕或者电子白板等设备将视频进行投放,并针对体育知识的重点、难点开展讲述。与此同时,教师安排学生进行示范,学生们针对示范的情况进行交流,完善自身的不足。例如:在学习篮球知识时,教师在课前收集关于篮球相关的视频、动作技巧、传球方法、投篮方法等,然后在课堂实践中学生们根据视频指导学习篮球动作,学生们通过模仿和互动,以对标准的投篮和传球动作予以掌握。并在课堂中学生们探讨投篮的技巧。这种方法的运用相对于直接讲述的方法无论是在教学质量提升,还是在调动学生学习积极性,增强学生体育技能方面均具有明显的优势。

#### 2. 利用信息化软件开展混合教学模式

混合教学模式应用于课前、课中、课后阶段中可供学生进行预习、练习和知识拓展。

##### (1) 线上课前的预习

体育教师可借助软件平台搭建交流互动的群,并对一些体育学困生开展针对性的指导。首先,体育教师邀请体育学困生进入该群,教师在该平台之中上传体育知识,以帮助学困生进行提前的预习。预习阶段教师还需要为学生制定学习的任务,以帮助学生更有针对性地学习。在完成任务的阶段学生们可在该平台之中进行讨论、分析<sup>[4]</sup>。例如:对于如何做好原地单手上投篮,教师在课前布置了相关的预习任务,即学生们可讨论上传视频中库里、乔丹等运动明星是如何进行的单手上投篮。学生们在课前利用手机、电脑等进入到该平台之后观看教师上传的视频,并完成教师布置的任务,讨论区中针对不同运动明星在单手投篮时的技巧和方法进行分析,以此给予学生更多的思考。

##### (2) 课中的学习阶段

学习阶段中教师主要针对学生预习阶段动作不了解、动作不规范等问题进行重点地解决。并指导学生进行体育学习和练习。期间,教师主要使用智能运动软件、智能录像机等对学生练习的情况进行回顾,找出学生体育锻炼时存在的不足,并及时给予相应的建议等。例如:学生在练习跳跃的这一动作时,教师可借助智能运动软件,对学生跳跃练习的动作进行数据收集、数据的对比、

数据的分析、数据的评估等,当该软件出现报警信息时,则表明学生在某一个动作完成时出现了错误。这时教师对错误的动作进行截屏,以帮助学生找出自身的不足,并及时进行改进和加强练习,因此体育教学中利用这一方法进行教学辅助,可有效提升教学质量。

课中阶段教师还可利用多媒体技术收集关于国内外体育竞赛的相关视频、省市体育竞赛的视频,对接当前体育教学的内容。为增强学生体育竞赛精神以及为体育竞赛项目打下坚实的基础,教师可在课堂中通过提问的方式以及任务布置的方式,创设虚拟的竞技体育赛场,学生们通过扮演选手、评委等,从而感受到竞赛带来的魅力以及亲身感受体育健儿们在为自己的学校争荣誉时表现出的勇往直前、奋发向上、努力攀登、不畏艰险。同时学生在完成项目任务过程中,学生、教师、实习单位等可建立网络沟通机制,以达到深化产教融合的效果,促使学生能够在之后的技能大赛中获取更多的优势,实现教学与技能大赛的相互融合,创新当前中职院校体育教学模式,使得中职体育教学发挥育人的功能。

### (3) 课后的拓展阶段

课后阶段体育教师可借助智能应用软件针对学生体育锻炼的情况开展过程性的监督、拓展训练,从而帮助学生掌握更为扎实的体育知识。例如:体育教学的课后阶段,教师可利用 Keep 软件或者钉钉软件等对学生篮球练习的情况进行监督,并指导学生开展专项的拓展训练。即学生们在学习单手上投篮的技巧后,虽然掌握了投篮的技巧,但是在其他方面的技能,如进攻的能力、配合的情况、跑动路线知识掌握的情况、防守的能力等相对较弱,这时学生们可借助 Keep 软件进行学习

和练习之后,将练习的视频上传到钉钉平台中,教师可针对每一个视频进行回顾,分析,找出不足等,从而在给予中肯的建议之后,促使学生体育技能的提升<sup>[5]</sup>。

课后阶段教师还可利用现代化信息技术开展教学评价。例如:在进行过程性评价时,教师可借助 keep 软件以及微信中上传的视频,对学生上传的技术动作视频、上课训练的视频、课下竞赛的视频等进行反复的播放和慢放,以准确评估学生技术动作是否标准、训练是否合格、比赛中是否使用了一定的战术。在得出相应的分数后,将学生分为优秀、良好和差等不同等级,分别给予相应的奖励和惩罚,提升体育教学的质量和效果。

### (三) 提升教师信息化教学能力

中职体育教师想要将信息技术与体育教学进行相互的融合,应以不断完善自身的信息化教学水平为基础保障,从而实现体育教学的革新和发展。一方面,中职学校应鼓励更多的体育教师积极参与信息化技术的学习,组织信息化教学能力竞赛活动,实现“以赛促学”,提升中职教师信息化教学的能力。例如:教师们参与竞赛过程中吸取更多专家的建议,不断更新自身的教学方法、教学方案等;竞赛过程中教师们通过相互交流,找出自身的不足,并借鉴其他教师的成功经验,在体育信息化教学方面提出新的想法和建议。另一方面,学校方面还可以组织教师开展外出学习和培训等,从而有目的的对体育教师进行信息化的培养,促使教师在学习和培训之中掌握更多信息化教学知识,提升信息化教学的能力。这一措施的开展为当前信息技术在体育教学中的应用提供了可能,成为体育教学改革的关键路径。

### 结束语:

中职学校信息技术与体育教学的融合,符合时代发展需求,满足中职体育教学改革需求,为中职学生学习体育知识注入了新的动力。因此,中职体育教学中应积极开展信息化技术教学,促使学生在学习过程中对于体育锻炼充满兴趣,提升体育学习的质量,养成体育锻炼的习惯。同时,中职学校和中职体育教师还应对信息化资源、信息化的教学模式、信息化教学能力等进行不断完善,以此挖掘出信息技术教学对中职体育教学带来的积极影响和价值,从而共同为实现“体育强国”目标的实现做出努力。

### 参考文献:

- [1] 毕建瀛. 信息化教学在中职体育教学中的应用研究[J]. 冰雪体育创新研究, 2023,(21):107-109.
- [2] 郑少烽, 吴深. 数字技术赋能体育教学提质增效的策略[J]. 天津教育, 2023,(31):111-113.
- [3] 贾利东. 探讨新时代背景下的中职体育实践教学优化[C]// 中国陶行知研究会. 2023年第八届生活教育学术论坛论文集. 大同市幼儿师范学校, 2023:3.
- [4] 郭吉良. 信息技术在中职体育与健康教学中的应用研究[J]. 吉林教育, 2023,(18):85-87.
- [5] 余艳辉. 运动类 APP 对赣州市中职学校学生体育锻炼行为的影响研究[D]. 广州体育学院, 2023.

作者简介:王卫东(1972.11-),男,汉族,新疆伊宁市人,体育专业本科毕业,伊犁中等职业技术学校讲师,主要研究方向为中职体育教育。