

新时期高校体育线上教学模式的 常态化发展探究

陈天乐

上海交通大学，上海

摘要 | 在新冠肺炎疫情这一百年不遇的全球大背景下，其持续性与广泛影响促使教育领域迎来了前所未有的变革。后疫情时代，高校体育线上教学模式的常态化发展，不仅挑战了传统体育教学模式，更是对体育教育创新与适应能力的深刻检验。在此转型中，大规模体育线上教学的迅速兴起，不仅彰显了在线体育教育的应急响应能力与重要性，还极大地促进了体育教学模式的革新。高等院校作为核心推动者，需积极应对，不仅要在技术层面构建高效、互动的体育教学环境，更需在理念上实现根本转变，强调体育教育的全面性与深度。具体而言，高校应超越增强体质、锤炼意志的传统目标，通过线上平台融入德育元素与课程思政内容，旨在培养学生的道德情操、社会责任感及人文素养。为此，应将体育精神、团队协作、公平竞争等核心价值观融入线上课程设计，促进学生道德为本的人格塑造与综合素养的提升，确保体育教育在信息化教学时代继续发挥其独特的人才培养作用与价值。

关键词 | 新时期；高等体育；线上教学；教育改革；常态化发展

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



近年来，在经历新冠肺炎疫情的挑战后，全国高校积极响应，在多样化的平台上探索并实施了丰富多彩的线上体育教学模式。这些创新举措最初作为应对疫情危机的应急措施，在后疫情时代逐渐发展成为体育教学领域的常态化实践。在此转型过程中，各高校不仅深入探索与实践体育线上教学的方法与策略，还积累了大量针对性强、实效性高的宝贵经验^[1]。体育线上教学的常态化，不仅极大地丰富了体育教学的内容资源，使学生能够跨越时空限制，享受个性化的锻炼指导与课程体验；还促进了国际体育教育理念的交流与融合，为学生提供了更广阔的视野和学习机会。然而，当前，如何充分发挥体育线上教学的独特优势（如互动性、灵活性及数据追踪反馈等），同时有效克服其局限性（如缺乏直观面对面指导、学生自律性挑战等），成为高校体育教师与科研工作者必须正视并亟待解决的问题。因此，针对当前体育线上教学体系的现状，高校体育教师与科研工作者应持审慎态度，全面审视其优势与不足，

作者简介：陈天乐，上海交通大学，教师，硕士学历，研究方向：田径训练、体能训练。

文章引用：陈天乐. 新时期高校体育线上教学模式的常态化发展探究 [J]. 教育研讨, 2024, 6 (4): 1209-1216.

<https://doi.org/10.35534/es.0604159>

积极总结并提炼成功的教学案例与策略,针对实际问题提出切实可行的解决方案。这要求各高校不仅要建立长期、系统的线上体育教学机制,还需不断探索线下与线上体育教学的深度融合路径,创新教学模式,优化教学流程,力求将体育线上教学打造成为与传统线下教学相辅相成、相互促进的新常态化教学模式。通过这些努力,高校体育教师与科研工作者不仅能有效应对后疫情时代的教育挑战,还能推动高等院校体育教学模式向更高质量、更加多元化、更具创新性的方向发展。

1 高校体育线上教学整体现状情况

1.1 高校体育线上教学平台现状分析

在《关于在疫情防控期间做好普通高等学校在线教学组织与管理工作的指导意见》中,特别指出了22个与体育相关或兼容的在线教学平台^[2],本文旨在深入剖析我国体育领域在线教学平台的现状与特色。

(1) 平台创建背景分析:多数平台由高校与企业紧密合作,或在社会团体与商业力量的共同推动下成立,这彰显了体育教育向线上转型的多元驱动力。然而,盈利目标与个性化体育教育需求的并存,要求高校体育教师与科研工作者在平台设计与教学目标上寻找平衡,以减轻利益冲突对体育教学本质的潜在影响。

(2) 高校参与度考察:据《2022年全国教育事业统计公报》,全国共有3013所高校,其中不少高校正积极投身于体育线上教学的探索中。尽管直接合作于这些平台的高校数量有限,但这反映了高校在推动体育教育模式创新上的积极态度及选择性的合作战略^[3]。高校在扩大合作范围时,应警惕“重数量轻质量”的倾向,确保线上体育课程的质量与深度,以促进健康、可持续的线上体育教学环境。

(3) 资源融合现状:国家级、省级及校级体育线上教学资源库已初步形成体系,覆盖体育学科广泛领域。然而,资源冗余与同质化问题较为突出,这不仅在学科间和平台间造成了资源浪费,也限制了在线体育教学内容的多样性与差异化发展^[4]。因此,加强跨层级、跨平台的资源共享与整合,实现优势互补,是提升体育线上教学质量与效率的关键举措。

(4) 平台利用率观察:雨课堂、中国大学MOOC、学银在线等主流课程共享平台在体育教学领域表现出色,选课人数众多,访问频次高企^[5]。这不仅凸显了学生对高质量体育在线课程的强烈需求,也为平台功能的持续优化、课程内容的丰富以及用户体验的提升提供了明确方向。未来,应继续加大对高利用率平台的支持力度,并鼓励更多高校与平台开展创新合作,共同推动高校体育线上教学模式的常态化和高质量发展。

1.2 高校体育线上教学发展以来所取得的成效

在新时期高校体育教育的广阔蓝图中,线上教学模式的常态化发展不仅是疫情催生的应急之策,更是我国体育教育改革与信息技术深度融合的必然走向。早在新冠疫情席卷全球之前,我国就已前瞻性地启动了体育网络教育平台与课程体系的建设,并取得了初步成果。自2013年起,全国高校,特别是体育

领域，积极投身于利用如中国大学MOOC等线上平台，探索并实践新型体育教学模式。至2018年，国家层面首次权威认证并推出了覆盖体育学科的490门高质量线上开放课程，这标志着我国体育线上教育体系框架的初步建立。时至今日，我国高等教育机构已成功构建起一个庞大的体育慕课生态系统，课程总量已激增至约12500门，相比2017年实现了近三倍的增长。这一显著增长，生动反映了体育线上教学领域的蓬勃发展，彰显了我国在线体育教育资源的极大丰富与质量的显著提升^[6]。线上体育教学凭借其独特的灵活性、丰富的学习资源和无界限的互动平台，不仅极大地拓宽了体育教育的覆盖面，还有效降低了学习成本，使学生能跨越时空限制，随时随地享受个性化的体育学习体验，获取高质量的体育教学资源。尤为重要的是，2020年初新冠疫情的突发，加速了线上体育教学常态化的发展进程。全国高校迅速响应“停课不停学”的号召，体育教育工作者与学生携手共进，充分利用各类在线平台和技术工具，开展丰富多彩的体育在线教学活动，不仅确保了体育教学的连续性，更推动了体育教育向数字化、现代化的飞跃。在此过程中，传统体育教学模式经历了深刻的变革与重塑，线上教学以其开放、包容、灵活的特性，逐步构建起一个更加多元、互动、个性化的体育学习环境，为高校体育教学改革与创新开辟了前所未有的广阔天地。

综上所述，新时期高校体育线上教学模式的常态化发展，不仅是应对突发公共卫生事件的有效手段，更是推动体育教育改革、提升教育质量、促进教育公平的关键路径。随着信息技术的持续进步和互联网的日益普及，高校体育教师与科研工作者有理由坚信，未来高校体育线上教学将持续深化发展，为培养更多拥有健康体魄和终身体育意识的高素质人才贡献力量。

2 高校体育线上教学面临的挑战与反思

2.1 高校体育线上教学能否保证教学质量

随着全国高校积极拥抱并深化线上教学的常态化实践，体育领域的线上教学也面临着独特的挑战与瓶颈。首要挑战在于如何在虚拟的网络环境中保障体育教学的实效性。当传统体育场域转变为线上互动的虚拟空间时，尽管教师与学生能通过屏幕相连，却难以复刻面对面教学中即时的肢体反馈与情感交流。这无形中削弱了教师即时评估学生动作技能、调整教学策略的能力，同时也限制了课堂管理手段的有效实施，如维持运动纪律、促进个性化运动指导等，从而制约了体育教学的多样化和个性化发展进程。

此外，体育线上教学的另一大特殊性是对学生自主学习能力、自我约束能力及持续学习动机提出了更高的要求。体育学习强调实践参与与即时反馈，但在线上环境中，学生需具备更强的自我驱动力，以克服缺乏实体教练监督与同伴激励的困境，保持训练的连贯性和有效性。即便学生展现出高度的自律性和学习热情，线上体育教学在营造沉浸式学习体验、促进技能精准提升方面仍面临诸多限制，难以完全达到线下教学的直观效果与整体质量，进而影响了全体学生学习成果的普遍提升与体育素养的全面发展。

因此，为构建适应新时期的体育线上教学模式，需着重解决上述问题。具体策略包括：创新教学方法以增强师生互动性、利用智能技术提升个性化教学体验，以及建立有效的在线监督机制以保障学习效

果等。这些措施有望推动高校体育线上教学向更加高效、个性、常态化的方向迈进。

2.2 体育教师开展线上教学的能力与环境设备基础

尽管近年来线上教育领域取得了飞跃式的进步，但体育线上教学在技术应用深度和设备普及广度上仍面临显著挑战。体育，作为一门高度依赖身体实践与即时反馈的学科，其线上教学模式的常态化发展尤其依赖于教师对数字化教学工具的熟练掌握与创新应用。目前，部分体育教育工作者对新兴网络教学平台及专属体育教学软件的认知与应用能力尚显不足，亟需系统化的技术培训与支持，以跨越技术门槛，确保教学过程的流畅性与互动性，从而充分发掘线上体育教学的潜力，提升教学效果与吸引力^[7]。

此外，面对海量的网络教育资源，如何精准筛选并整合高质量的体育教学素材，特别是融合最新运动科学理论、技术创新与实战经验的资源，成为提升体育线上教学质量的关键。这要求教育者既要具备敏锐的资源甄别能力，又要不断探索将这些优质资源转化为生动、高效学习体验的方法，以增强学生的参与度和学习成效。更为紧迫的是，体育线上教学的核心在于通过数字媒介实现师生间及学生间的有效沟通与即时反馈。然而，这一过程高度依赖于稳定的技术设备与高速的网络连接。地域经济差异导致的“数字鸿沟”在体育领域尤为突出，偏远地区的学生可能因经济条件限制，难以获得足够的硬件设备或稳定的网络环境，进而影响其线上学习体验与成果。

因此，促进教育公平，确保每位学生都能无障碍地接入高质量体育线上教学资源，是推动该模式常态化发展过程中必须解决的难题。这需要政府、学校及社会各界的共同努力，通过政策扶持、资金投入、基础设施建设等多种途径，逐步缩小技术设备获取的差距，为体育线上教学的普及与深化奠定坚实基础。

2.3 高校体育线上教学的保障体系完善程度

深入探究调研进程后，高校体育教师与科研工作者发现一个显著现象：超过半数的体育教育工作者在推行线上教学时，普遍面临“学生体能训练任务的个性化布置与远程监督”“虚拟体育课堂互动研讨的组织”及“课后线上体能反馈与技能讨论的有效促进”等环节的显著挑战与难题。这些困境的根源可归结为当前高校在体育线上教学管理体系构建上的相对滞后，尤其是在教学资源优化配置与多元化评价体系的构建上存在显著瓶颈^[8]。具体而言，尽管国家及省级层面积极推动体育类精品课程、在线开放课程及资源共享平台的建设，极大地丰富了体育线上教学资源库，但这些资源往往难以精准满足高校体育专业的多样化教学需求及学生个体差异，从而限制了线上体育教学在增强灵活性、拓宽学习路径、促进个性化训练方案制定以及塑造学生体育特长与个性发展上的潜力。

此外，体育教师在参与线上教学的过程中，普遍面临激励机制不足的问题，这是阻碍线上体育教学常态化的另一重要因素。体育课程的线上化要求教师不仅在课程设计与技术操作上投入大量精力，还需不断创新教学方法以适应远程指导体能训练、技能演示与纠正的特殊性，这一过程显著增加了教师的工作负荷与创造力要求。然而，当前高校在评价与激励教师线上体育教学成果时，往往沿用传统评价体系，未能充分认可与补偿教师在融合线上线下教学、优化学生体育锻炼体验中所做的额外努力与创造性

贡献,导致教师参与线上体育教学的积极性受挫,进而影响了体育线上教学模式的深入探索与常态化进程^[9]。因此,构建更加科学合理的评价体系与激励机制,成为推动高校体育线上教学高质量发展的关键所在。

3 优化高校体育线上教学推进创新路径

3.1 强化体育教师群体在线上教学环境中的信息技术素养与专业能力

在构建高校体育线上教学的常态化进程中,教师作为教学引领者的角色显得尤为重要。为提升体育线上教学的质量与效果,必须强化教师在体育领域的线上教学能力建设。高等院校应积极为教师量身定制具有体育特色的线上教学技能培训方案,该方案不仅应涵盖通用的在线教学方法,还应深度融合体育特有的互动、演示与评估技巧,以及适应体育教学所需的智能设备使用技巧^[10]。通过系列化、专业化的培训与学习,旨在增强教师在不同体育教学场景与个性化需求下,灵活选择并高效运用各类体育在线教学平台与工具的能力,如虚拟现实(VR)、增强现实(AR)技术辅助的体育教学资源,以及能够精准记录运动数据的智能穿戴设备等。

尤其对于中青年体育教师,应重点培养其快速掌握并创新运用数字化体育教学工具的能力,鼓励他们在体育线上课程中融入更多元化、趣味性的教学元素,以激发学生的参与热情与运动兴趣。同时,针对老年体育教师群体,需采取更加细致入微的支持措施。这包括提供技术层面的耐心指导与实操训练,帮助他们逐步克服技术障碍;更要关注其心理调适,缓解因线上教学变革带来的技术恐惧与不适应感。通过成功案例分享、同伴互助等方式,树立其线上教学的自信心,促进其在体育线上教学领域的顺利转型与自我提升。

综上所述,通过构建全方位、多层次的培训与支持体系,全面提升高校体育教师的信息化专业素养与线上教学能力,是推动新时期高校体育线上教学模式常态化发展的关键所在,也是实现体育教育创新与现代科技深度融合的重要途径。

3.2 高校体育线上教学需重视学生学习动力的激发与参与度的提升

首要任务是深化授课教师与教学平台对网络技术工具的融合运用,以独特方式强化体育教学中的师生互动。具体而言,高校体育教师与科研工作者可以构建专属的体育交流社区,设立实时体育话题讨论区,并安排高频次的视频会议等互动渠道。这些措施旨在让学生深度参与线上体育课堂,同时在动态交流中激发他们的运动热情与兴趣,从而显著提升线上体育教学的参与度和吸引力,进一步激发学生的自主学习动力。

进一步地,教师应坚持“以学生为中心”的教学理念,根据学生的体能特点、兴趣偏好及学习需求,量身定制个性化的体育学习计划。计划中应融入最新的体育科研成果与训练理念,创造灵活多变的线上学习环境。这包括设计启发性强、实战性高的学习任务,如模拟赛事策略分析、体能挑战计划等,并提供丰富的线下练习资源与指导视频。这些措施旨在激发学生的探索欲望,使他们在自我挑战中保持高度专注,有效避免长时间观看直播导致的注意力分散。

同时,鼓励学生组建线上体育学习小组,利用平台的社交功能进行日常训练打卡、心得分享及相互监督。这种互助模式能够丰富学生的在线学习体验,增强团队协作能力、责任感和集体归属感,促进学生在体育学习中的全面发展。最终,本研究的核心在于引导学生实现从心理与行为层面的根本性转变。通过精心设计的教学策略与环境营造,使学生从传统的“被动接受”学习模式中解放出来,迈向更加积极主动的“自主学习”新时代。这一过程不仅是对体育教学模式的创新,更是对学生自我管理能力、创新能力以及终身体育意识培养的重要探索。

3.3 不断深化完善高校体育线上教学的评价制度与保障体系

体育线上教学模式的独特性要求高校体育教师与科研工作者在课程研发、设计、评审、学员互动、即时反馈、体能测评及综合评价体系等多个方面深度融合体育特色,构建一套既科学又具针对性的工作流程,以确保体育线上教学活动的高效、有序与趣味性^[11]。首先,高校需联合体育教研部门、信息技术中心及教学督导团队,集中关注体育线上教学的核心要素,如实战性课程内容与互动性设计,明确教学目标,并深入实施线上观摩、教学监督与课程效果评估,以动态掌握体育线上教学质量的变化情况。特别地,应利用虚拟现实(VR)、增强现实(AR)等前沿技术,增强体育教学的沉浸感与互动性,使学员即便在家也能获得接近真实的运动体验。其次,基于互联网平台,建立线上线下融合的体育教学反馈机制,广泛收集师生及家长对体育线上课程的多样化反馈,包括动作规范性、训练效果、互动体验等,并构建全方位、多维度的体育线上教学质量监控与评价体系。此举不仅能提升教学过程的透明度与参与度,还能精准定位问题,促进教学内容与方法的持续优化,确保体育线上教学活动的高质量与高成效。同时,建立健全线上体育教学的激励机制尤为重要。高校管理部门应深入体育教师群体,充分听取并整合他们关于线上教学薪酬体系的合理化建议,制定符合体育线上教学特点的绩效分配方案。该方案应充分体现“优劳优得”的原则,将教师在线上教学中的额外付出,如个性化训练计划的制定、详尽的在线辅导与答疑,以及创新教学资源开发等,合理计入教学工作量,并直接关联至教师的绩效考核与综合评价中^[12]。

此外,为激发体育教师的创新活力与教学热情,高校应设立专门的线上体育教学奖励基金,结合学员满意度调查、同行专家评价、教学案例展示等多重评价标准,对在体育线上教学领域表现卓越、贡献突出的教师给予表彰与奖励。这既是对教师个人努力的认可,也是对整个体育线上教学团队的正向激励,有助于营造积极向上的教学氛围,持续推动高校体育线上教学模式的常态化和高质量发展。

4 结语

在新时期的教育变革浪潮中,高校体育线上教学模式的兴起并非简单替代传统体育教学,而是致力于探索两者深度融合、互补共生的新路径,旨在优化体育教学资源配置,激发教学方法的创新活力。疫情的催化作用,使体育线上教学平台在高等教育领域迅速崭露头角,展现出前所未有的潜力和价值,为传统体育教学带来了颠覆性的变革与机遇。这些平台凭借高度的灵活性,打破了体育课堂的空间壁垒,为学生构建了随时随地可参与的体育学习空间,使个性化训练计划与自主学习成为可能。通过集成丰富多样的体育教学视频、在线教程及互动反馈机制,不仅极大地拓宽了学习内容与形式,还促进了体育知

识的广泛传播与技能的精准指导。尤为重要的是，线上教学平台跨越了地域界限，让不同地域、不同体能水平的学生能够共享优质体育资源，增强了体育学习的互动性、参与感，并拓宽了全球视野。

然而，体育线上教学也面临独特挑战，如如何有效监控与评估学生的运动表现、确保运动安全、提升师生的信息技术应用能力，以及如何构建适应体育特性的线上评价体系等。这些挑战促使高校体育教师与科研工作者在教学实践中不断探索与创新，强调师生互动，利用智能穿戴设备等新兴技术监测学生运动状态，同时注重对学生自主学习能力的培养，以确保线上体育教学的质量与效果。随着后疫情时代的到来，高校体育教学正步入线上线下深度融合的“新常态”。这一趋势不仅要求体育教育工作者具备更高的信息技术素养，还促使高校体育教师与科研工作者重新思考体育教学理念与目标，构建更加灵活、包容、高效的体育教学体系。高校体育教师与科研工作者需要携手教育服务供应商、技术创新者、政策制定者及学生群体，形成合力，共同探索体育线上教学的常态化发展之路，推动高等教育体育教学向更高层次迈进，让体育成为促进学生身心健康、提升综合素质的重要力量。

参考文献

- [1] 教育部. 2022年全国教育事业发展统计公报 [EB/OL]. [2023-07-05] (2024-06-05). http://www.moe.gov.cn/jyb_sjzl/sjzl_fztjgb/202307/t20230705_1067278.html.
- [2] 孙雪源. 后疫情时代教学型高校在线教学的困境及对策 [J]. 现代教育科学, 2022 (2): 100-104, 110.
- [3] 郝平. 疫情防控常态化下的大学担当 [N]. 人民日报, 2020-06-21 (05).
- [4] 梁潇. 在线教育在高等教育中的应用及挑战应对 [J]. 现代职业教育, 2024 (21): 141-144.
- [5] 杨程. 高校教师在线教学能力提升: 历程、困境及展望 [J]. 高等工程教育研究, 2021 (3): 152-157.
- [6] 尉耀元, 张志国, 任书霞. 疫情防控背景下在线教学存在的问题及对策 [J]. 石家庄铁道大学学报 (社会科学版), 2021 (2): 91-95, 102.
- [7] 赵巍. 后疫情时代的高校在线教学质量管理 [J]. 现代教育管理, 2021 (5): 107-112.
- [8] 张鹏华, 吴中元. 普通高校常态化在线教学构建研究 [J]. 创新人才教育, 2020 (4): 80-86.
- [9] 徐海峰. 线上教学在本科院校公共体育课中的应用——评《高校教学中的混合式学习: 框架、原则和指导》 [J]. 科技管理研究, 2023, 43 (16): 260.
- [10] 陈新华. 构建学校体育线上教学平台的价值和意义 [J]. 人民教育, 2021 (23): 80.
- [11] 曹宇. 普通高等体育院校专项体育课程在线教学设计理论与实践研究 [J]. 北京体育大学学报, 2021, 44 (8): 89-100.
- [12] 胡启林, 丁小博, 陈莉, 等. COVID-19疫情下线上大学体育课程体系建构研究 [J]. 成都体育学院学报, 2020, 46 (6): 48-52, 59.

Research on the Normalized Development of Online Teaching Mode of Physical Education in Colleges and Universities in the New Era

Chen Tianle

Shanghai Jiao Tong University, Shanghai

Abstract: In the global context of the new coronavirus pneumonia epidemic, its sustainability and extensive influence have led to unprecedented changes in the field of education. In the post-epidemic era, the normalized development of online teaching mode of physical education in colleges and universities not only challenges the traditional physical education teaching mode, but also profoundly tests the innovation and adaptability of physical education. In this transformation, the rapid rise of large-scale sports online teaching not only highlights the emergency response ability and importance of online physical education, but also greatly promotes the innovation of physical education teaching mode. As the core promoter, colleges and universities need to actively respond, not only to build an efficient and interactive physical education teaching environment at the technical level, but also to achieve a fundamental change in the concept, emphasizing the comprehensiveness and depth of physical education. Specifically, colleges and universities should go beyond the traditional goal of enhancing physical fitness and tempering will, and integrate moral education elements and curriculum ideological and political content through online platforms, aiming to cultivate students' moral sentiment, social responsibility and humanistic quality. Therefore, we should integrate core values such as sports spirit, teamwork and fair competition into online curriculum design, promote students' moral-oriented personality shaping and comprehensive quality improvement, and ensure that physical education continues to play its unique role and value of talent cultivation in the era of information-based teaching.

Key words: New period; Higher sports; Online teaching; Education reform; Normalized development