

2022 教育行政與政策學術研討會

論文投稿基本資料表

| | |
|--------|----------------------------------------|
| 論文題目 | 新冠疫情中大學體育課網路教學現狀及對策 —以中國臨沂大學為例 |
| 作者姓名 | 蔡政 潘怡安 潘扶德 |
| 服務單位 | 泰國格樂大學教育碩士生 花蓮縣議會專員 泰國格樂大學國際學院教授 |
| 聯絡地址 | 新北市石門區老梅裡大丘田三十號 |
| 聯絡電話 | 0919355603 |
| E-mail | pan7632@yahoo.com.tw |

新冠疫情中大學體育課網路教學現狀及對策

—以中國臨沂大學為例

Current situation and countermeasures of online college

PE teaching in the context of COVID-19

— A case study of Linyi University in China

蔡政¹

泰國格樂大學教育碩士生

潘怡安²

花蓮縣議會專員

潘扶德³

泰國格樂大學國際學院客座教授

摘要

本研究目的為自 2019 年新冠疫情暴發以來，病毒不斷在全國各地蔓延。因而疫情對人民的生活造成巨大的改變，也對各大學的學生學習造成影響。因學生大都來自各地，為了不影響學生正常學習，網路教學已經成為大學生學習主要方式。尤其是體育課程，通過網路教學打破了傳統教學，但也存在很多的不足。因此，本研究以大學現況為例，採用文獻分析與調查方法，發現體育課網路教學中的狀況及缺失及對產生的問題，提出改善對策，期以體育課程中網路教學，建立有效教學模式，以促進大學體育教學績效。

關鍵字：新冠疫情、大學體育、網路教學

Abstract

The purpose of this study is that since the outbreak of the novel coronavirus in 2019, the novel coronavirus has continued to spread across the country. Therefore, the epidemic has caused huge changes in people's lives, and also affected the study of students in various universities. Since most of the students come from all over the world, in order not to affect the normal learning of students, online teaching has become the main way for college students to learn. Especially in physical education courses, the traditional teaching is broken through online teaching, but there are also many shortcomings. Therefore, this study takes the current situation of the university as an example, adopts the method of literature analysis and investigation, finds the current situation and deficiency in the online teaching of physical education courses, and proposes improvement countermeasures for the problems, in order to establish a school-based online teaching in physical education courses. Teaching models to promote college physical education teaching performance.

Keywords: new crown epidemic, college sports, online teaching

一、前言

自 2020 年初以來，新冠肺炎疫情突起，對整個公共衛生管理和經濟環境造成了巨大的衝擊。新冠肺炎疫情是百年來全球發生的最嚴重的傳染病大流行，是新中國成立以來我國遭遇的傳播速度最快、感染範圍最廣、防控難度最大的重大突發公共衛生事件（張海平，2020）。由於新冠肺炎疫情對人們的生命構成了極為嚴重的威脅，公部門為了阻止疫情的擴散，出臺了一系列防疫政策，包括疫情前期時的穿戴個人防護用品、保持社交距離、必要時大學提前放假，封校，課程由線下改為線上等形式（趙希甯、裴浩、王小煒、李一鳴，2021）。教育部還發佈了《防疫期間高校網路教學組織管理指導意見》以及《防疫期間停課不停學通知工作安排》，這對大學教學以線下為主的模式來說需要進行改革和完善。尤其是體育課程，相比較線下以集體活動為主的教學模式，帶來不小的挑戰（王玉珏、關清文，2021）。

網路教學在傳統教學的基礎，是以學生為中心的理念引領下，以規範化的教學目標為指向，充分考慮教學環境、學生狀況以及教學現場等各種因素的發展動態，搭建多媒體、互聯網等資訊技術與實際課堂教學內容相融合的橋樑（曲慧麗，2020）。在教學中應用資訊技術，能夠豐富教學內容，同時通過資料歸類分析等優勢，能夠與傳統的教學流程動態相配，包括線上準備相關教學資源，發佈課程通知，通過開放式的教學互動，實施精準化的教學評價，落實好監督管理工作，最終達成教學目標，有效地吸引學生的注意力，激發學生參與知識學習的興趣，使學生對知識點進行深入的學習及理解。提升課堂教學的效果及品質，打造高效課堂（董鵬、程傳銀、趙富學，2020）。

網路教學模式，隨著在防疫期間的探索，以及當下疫情已經得到一定的控制，

對於臨沂大學目前的體育課程教學模式來說，主要是將線上的網路教學與線下的課堂授課相融合，能夠將課程內容通過形象、具體的方式展現給學生。在傳統的教學模式中融入資訊化的形式，能夠有效地促進學生對知識獲取的更具體和形象，並且有效促進與教師的互動。有效通過線上對需要學習的體育課程進行預習，以及學過的體育內容合理複習，有效促使大學生對所學體育知識的掌握更加牢固。

網路教學利用資訊技術開展資料分析，對每一位元大學生的體育學習情況以進行充分的掌握，瞭解學生的在體育課程中的優勢和不足，有利於教師開展針對性的教學模式，能夠真正實現因材施教的教育策略，並能合理的根據學生的個體差異發展不同的教學模式。

二、疫情對大學體育教學的影響

（一）對高校體育教學內容的影響

在傳統大學體育教學中，多是集體性的室內或者室外活動，但隨著防疫政策的推行，我國大學院校引發疫情感染、隔離的案例也屢有發生，為了確保學生的身體健康以及符合我國的防疫政策，在新冠疫情的影響下，將集體性的體育活動變為線上個體性的活動，或者更加傾向於理論化，實踐性的體育課程多放在課後學生自己進行完成（楊松，2020），但考慮到學生在體育運動時需要教師進行科學引導，避免學生出現運動損傷，因此各高校體育教師也在不斷完善線上教學內容，盡力達到體育教學的目標。

（二）對高校體育教學方法的影響

大學的體育課程最主要的是讓學生掌握運動技能，因多數體育活動是集體性的，如排球、足球、籃球等，並且一些運動技能需要特定的環境，如游泳、攀岩等（龔新芳，2021）。但在新冠疫情的影響下，通過網路隔空教學，游泳等課程

則無法在網路進行開展，只能練習相關技巧，而一些集體性的體育活動也無法在網路進行開展，從而需要順應體育教學的變化來革新傳統教學模式，開發適應網路教學的體育課程，來保障教學效果。

三、臨沂大學體育教學現況概述

臨沂大學不僅重視學生的專業知識的學習，對於學生的體育教育也較為重視，一直以來以塑造“陽光體育運動”的教學理念，貼合學生個體發展和對體育課程的興趣愛好來開展教學。

依據《國家學生體質健康標準》要求和學生身心發育特點，臨沂大學面向全校學生以運動項目形式開設了 20 多門課程，不僅包括傳統運動課程，還包括瑜伽、拉丁舞等符合當代大學生興趣特點的課程內容，同時還包括了我國傳統運動專案，包括太極拳、武術、舞龍舞獅等，也深受學生的喜愛，其中太極拳已經作為臨沂大學“一校一品”的體育特色項目，武術也成立了國家 2A 級大學生武術協會。總體來說臨沂大學對大學生的體育運動極為重視，在學校全師生運動的氛圍裡，營造了積極參與體育鍛煉的濃厚氛圍和青春健康的校園風尚（閔士展，2020）。

四、臨沂大學體育課程網路教學分析

（一）面對網路教學改革的趨勢

隨著新冠疫情的到來，為了防止聚集性的感染事件發生，在體育教學中臨沂大學也做了一系列的改革，如啟用步道樂跑 APP，讓學生錯峰進行運動，防止人員較多。將《公共體育》理論課程通過線上教學的模式進行，而運動課程則通過臨沂大學選課平臺，戶外運動一節課不超過三十人，並十人為一組分散開展，而

室內運動不超過十人，讓學生合理安排時間來完成課程內容（張得保、秦春波、張輝等，2020）。這樣既能夠確保課程品質，同時也可避免上課人數較多，引發感染風險。另外教師利用網路教學中可以上傳錄影的優勢，讓沒有約上課程的學生可提前對照視頻的講解進行預習，便於課程掌握，而在課程中對一些動作要領並沒有掌握的學生，也可通過課後重播課件來進行複習。還可通過利用網路視頻共用的形式，將自己的練習作品發在平臺上，供教師和學生查看。在疫情的影響下，網路教學發揮自身不受時間、空間以及環境的限制的優勢，有效促進了體育課程的順利開展。

（二）臨沂大學體育課程網路教學存在的問題

1.無法進行科學有效體育教學

由於臨沂大學的體育課程大多都採用大班制的集體教學模式，這種模式可起到互促互進的作用，並根據學生自身的特點來開展練習和運動，教師則根據學生之間活動的情況，進行及時指導。但是網路教學，教師無法利用狹小的螢幕來觀察到所有學生。而學生大多也是一人線上上學習，當多人同時練習時，不僅學生之間沒有辦法起到促進作用，教師也無法對每一位學生開展合理的因材施教，只能進行一個粗略的觀察（單思聰，2020）。由於線上教學僅局限於課堂時間，教師無法深入瞭解每一位學生的性格、運動喜好、接受能力和身體素質，從而導致無法科學的進行因材施教。

另外通過網路教學的模式，體育教師在授課過程中，只能照顧到大多數學生，對於運動能力較弱的學生，缺少更多的關注和輔導，不利於培養學生對體育運動的熱情。但是有的體育教師對網路教學這種模式也在適應過程中，導致自身的教學壓力較大，無法對所有學生個體制定不同的教學形式。由此可見在網路教學中，

雖然有一定的優勢，但是很難在短時間內就能夠發現學生的不足，為了彌補這方面的欠缺，多數體育教師採用隨堂佈置作業的形式，讓學生線上下完成，上傳到網路學習平台，但這種模式大多是由學生進行自主練習，教師參與度不高，這就容易導致學生一些運動方法和動作不夠科學和標準的弊端，一旦養成習慣，再進行糾正就較為困難。

2、運動時段明顯不足或缺乏

在新冠疫情的背景下，鼓勵人們非必要儘量不要出門，無論是往日熙熙攘攘的馬路還是曾經揮汗如雨的運動場，都不見往日身影，學生不是受疫情管控在家中，就是在宿舍裡，課程也都改成了網上教學，目的就是少聚集，最大限度降低感染風險。而這就造成學生的運動時間明顯不足。

在網路教學之前，臨沂大學具有較好的運動氛圍，隨處可見跑步、打球的師生在操場上盡情揮灑汗水。據統計，臨沂大學的師生中，有超過 50%都較為熱愛運動，並每天都會參與到體育活動中。而體育運動大多屬於集體性活動，如常見的籃球、足球。而跑步等活動受部分學生、教師的影響，也讓很多學生參與其中。但是受疫情的影響，要求學生盡可能的少聚集，導致體育活動也逐漸減少，尤其是在宿舍或者個人居家隔離，由於人都有一定的惰性，加之缺乏運動環境，導致學生的體育運動時間明顯降低。

3、缺乏實踐終身體育學習

在疫情防控期間，缺少運動氛圍和運動環境，單靠學生積極主動的進行運動難度較高，而且體育課程在臨沂大學基本是一周兩次，加上公共體育等理論知識，網路課堂讓學生運動的時間並不多，這就需要教師加強引導學生樹立終身體育鍛煉意識。但是在網路教學中，教師對這一教育理念重視度不高，導致在網路教學

中，教師不能進行及時監管和引導，同時網路教學無法通過螢幕給學生營造良好的運動氛圍，加之缺少終身體育理念的作為學生運動積極性的催化劑，導致學生體育鍛煉的積極性明顯降低（李湘雲，2020）。

五、疫情下體育課網路教學革新對策

（一）採取資料分析，優質施教

大學體育課程採用網路教學模式，是在新冠疫情影響下所開展的教學內容，在傳統教學中，雖然也與網路教學相融合，但是依然以線下教學為主。而受疫情影響，教學從線下轉為以線上為主的形式，為了規避無法合理開展因材施教的弊端，可合理利用網路資訊技術的資料分析的模式，不僅能夠促進教師更加瞭解學生，同時對於教學計畫、進度的安排，從學生個性特點開展優質因材施教具有較好的效果。

首先是科學應用資料分析，能夠通過資料平臺充分、系統記錄學生的身高、年齡、性別、以及喜愛的體育運動等資訊，通過對這些資料的充分整合，體育教師可以根據學生的興趣愛好來進行合理的課程安排和計畫（禹永愛，2021）。進而將傳統的體育教學，轉為以學生興趣愛好為主導，能夠充分發揮學生的主觀能动性。

其次是通過對體育課堂的資料統計，可以根據不同學生的身體素質，將相同課程，設計成不同的教學模式。如對於跳遠能力較好的學生，可讓學生每天在宿舍或者家中進行立定跳遠測試，記錄最差成績和最好成績，然後錄入平臺，形成成績曲線圖，這樣能夠讓學生看到自身的進步。也可根據成績曲線圖分析學生個體差異，從而制定不同的訓練強度。將網路資料與體育線上教學相整合，可及時

分析出學生在體育運動中的優勢和不足，教師可根據學生差異制定個性化的教學策略，有針對性地因材施教，提高體育的網路課堂教學效果（毛焱穎、張羽、焦柳丹，2021）。

（二）利用網路互動共用，以增進運動時長

在體育課程網路教學中，可以充分地採用相關資訊化的教學內容，在通過大資料資訊化的分析之後，根據學生特點進行合理干預來提升學生運動時長。如在網路平臺中教師開展太極拳的學習課程，當學生掌握之後，讓學生輪流做領教員，利用網路直播的形式讓學生集體開展練習，而領教員放在螢幕的中央，因此學生們為了讓自己在全班同學的表現中較好，會積極主動的進行練習，另外為了提升學生運動時長，領教員會在課前一天公佈，促進學生練習時間。還可設置獎評機制，將每一位領教員的動作都進行錄屏，上傳到體育網路課程平臺上，讓學生都可以進行觀看和點贊，點贊最高的給予一定的獎勵，這樣即便是學生獨自在家或者在宿舍，為了在同學面前有一個較好的表現和獲得較多的點贊，學生會主動增加運動時間（段愛明，2021）。

同時還可利用網路平臺直播的形式，使得體育系學生定時定點進行直播，帶領全校學生開展網路集體運動。教師可設計有利於在室內開展的運動內容，通過體育系學生的專業性以及同學之間更易於溝通和學習，促進網路運動氛圍的建立，從而有效提升學生的運動時長效果。

（三）推展終身體育，提高自主能力

從實踐的角度來看，線下教學主要具有課堂學習氛圍濃厚、互動交流自然、體育實踐活動豐富、監督管理嚴格等優勢（王立新，2021），但在相關理念滲透中，由於受體育運動、教學時長的限制，存在一定的不足。而網路教學因不受課時的限制，體育教師可通過設計有關終身體育理念滲透的視頻、動畫等，讓學生

進行觀看，從而持續性的滲透終身體育理念。

如在理念滲透中，要讓學生自己認可體育運動的重要性，因此可採用線上辯論會的形式，設計相關的辯題，如終身體育理念是學生自己萌生還是需要環境的影響，終身體育對當代大學生有積極的影響，還是能延伸到最後老年時期。這樣既能讓學生提高樹立相關體育理念的積極性，同時在辯論中學生也瞭解了終身體育的重要性的優勢，有利於培養學生形成終身體育意識，從而促進學生的綜合素質全面發展。這樣網路教學的辯論互動，既能夠提高學生積極性，同時可進行即時錄屏，有利於學生在事後進行反復觀看，不斷提升學生對終身體育的看法，從理論上瞭解體育運動的優勢和重要性，學生自身自主鍛煉的積極性也會提升，改善過往網路教學中，學生因無人監督，懶惰等因素而不願進行體育運動的弊端。

六、結語

由於新冠疫情的衝擊，網路教學成為大學生獲取知識的主要過程。綜合以上研究，瞭解臨沂大學在體育網路課程教學中不斷探索，逐步形成了自己的教學模式，雖然仍然存在許多困難，然而隨著課程的不斷的優化和改善，在充分發揮網路教學的優勢的基礎上。本研就通過資料分析，結合傳統的教學模式進行改進和革新，瞭解學生體育運動傾向，合理分配體育教學資源。在加深體育資訊化的投入，以加強培養體育教師的資訊運用、轉變學生觀念，從而激發學生的運動活力，提升臨沂大學體育教學的綜合水準。

參考文獻

- 王立新（2021）。高校體育教學評價的現狀及改進方法[J]。冰雪體育創新研究。2021(01):81-82。
- 王玉珏、關清文（2021）。後疫情時代高校體育工作的挑戰與走向[J]。文體用品與科技。2021(01):105-106。
- 毛焱穎、張羽、焦柳丹（2021）。高校微課教學的現狀分析及發展對策研究[J]。無線互聯科技。2021,18(13):122-123。
- 曲慧麗（2020）。基於混合教學模式構建網路教學資源的研究[J]。中外企業家。
- 李湘雲（2020）。線上體育教學的探索與實踐[J]。中國學校體育。2020,39(05):31-32。
- 段愛明（2021）。我國高校體育社會學研究的反思[J]。湖南工程學院學報(社會科學版)。2018,28(03):113-116。
- 禹永愛（2021）。基於線上線下混合式教學的高校體育課程思政建設與探索——以四川工商學院“陽光體育”課程為例[J]。體育文化導刊，2021，33（06）：59-62。
- 閻士展（2020）。新冠疫情背景下體育線上教學的理論審視、現實反思與實踐進路——“疫情下的學校體育”雲訪談述評[J]。體育與科學。2020(03):9-16。
- 單思聰（2020）。吉林省大學生體育鍛煉參與現狀的調查與分析[J]。體育科技文獻通報。2020,28(10):23—26。
- 張得保、秦春波、張輝等（2020）。新冠肺炎疫情下普通高校體育課線上教學的實施與思考[J]。瀋陽體育學院學報，2020，39(03):10-17。

張海平（2020）。疫情時期學校開展體育活動措施分析[J]。體育教學, 2020, 40 (04): 9。

楊松（2020）。疫情下的體育教學探究[J]。速讀（中旬）,2019,(12):34。

董鵬，程傳銀，趙富學（2020）。新型冠狀病毒肺炎疫情下學校體育的價值、使命與擔當[J]。體育學研究，2020，34（2）：59-64。

趙希甯、裴浩、王小煒、李一鳴（2021）。後疫情時代學校教育的挑戰與變革[J]。淮南職業技術學院學報。2021,21(01):111-114。

蒲繼濤（2019）。新媒體時代新聞傳播對高校體育學生的影響研究[J]。延邊教育學院學報。2019, 33(04):39-41。

龔新芳（2021）。淺析高校體育教學對學生終身體育意識的培養[J]。當代體育科技。2021,11(26):99-101。