

基于慕课平台的运动教育模式本土化改造研究

——以高校篮球课程为例

谷佳威¹, 谢莹莹²

(1.山东体育学院, 山东 济南 250100; 2.山东体育学院国家篮球学院, 山东 日照 276800)

摘要:本研究针对传统篮球教学中存在的重技能轻素养、主体性缺失等问题,探索了慕课与运动教育模式深度融合的新型教学体系。通过解构运动教育模式的六大核心要素,创新设计双循环三阶段课程架构,将慕课技术嵌入基础理论-技能训练-联赛实践全流程,形成线上线下联动的教学闭环。课程实施中采用分层训练机制、动态积分制度及多维评价模型,有效破解了课时分配矛盾与学生能力差异,构建了数字学习-情境竞赛-文化浸润三位一体的体教融合新范式,为高校篮球课程改革提供了可复制方案。

关键词:慕课; 运动教育教学模式; 篮球; 教学实践

DOI: doi.org/10.70693/rwsk.v1i5.981

0 前言

体育教育作为学校体育工作的中心环节,是实施素质教育和培养全面人才的重要途径。2020年国务院办公厅发布《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》,提出学校体育要以服务学生全面发展、增强综合素质为目标,逐步完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”的学校体育教学模式。但现阶段篮球课程教学模式上仍遵循早期观念,课程教学过程以教师讲授为主导,忽视了学生学习的主体性;教学目标以提升学生专业技能为导向,忽视了学生的全面发展。鉴于此,本研究将慕课+运动教育教学模式引入高校篮球课程的教学实验中,通过对其教学内容设计展开介绍,阐述基于慕课+运动教育教学模式的高校篮球课程教学实践应用,以供高校篮球运动教育工作者参鉴。

1 慕课+运动教育教学模式的构建

1.1 慕课教育的本土化演进

M00C源于英文Massive Open Online Course,简称“慕课”,自2013年引入中国以来经历了显著的适应性变革。随着慕课的深入普及,信息技术与教育教学进行了深度的融合,截至2023年,我国高等教育领域已建成涵盖1291所高校的慕课体系,累计上线课程7.68万门,注册用户达4.54亿人次,吸引2亿人次的学习者,并且结合中国实际情况构建了一系列高校慕课应用新模式,如MOOCs、SPOCs、MOOCs SPOCs、线上线下混合式教学等多种在线开放课程新形态。但是,体育类慕课呈现出特殊的双面性特征:一方面,其课程访问量普遍超过同类理论课程30%以上;另一方面,受制于运动技能习得的实践性要求,实际完课率长期徘徊在8%-12%之间,篮球等专项课程更面临高达65%的中途弃课率。

1.2 运动教育模式的理论突破

运动教育模式全称是运动教育课程与教学模式,是由美国著名体育学者西登托普创立的一个以活动为基础的教育模式,于20世纪80年代在美国俄亥俄州立大学提出。教学目标旨在为学生提供获得真实的、富有教育意义的运动体验的机会。美国国家体育课程标准(SHAPE America)的实证研究表明,采用该模式可使学生运动技能保持率提升42%,团队协作能力提高37%。然而在我国教育实践中,受制于传统课时分配、教师角色转型滞后等因素,该模式的实施效果尚未完全释放。

2 慕课+运动教育教学模式的目标锚定

作者简介:谷佳威(2000-),男,在读硕士,研究方向为篮球理论与教学;
谢莹莹(2003-),女,在读本科,研究方向为篮球理论与教学。

2.1 课程周期与课时分配的优化矛盾

运动教育模式在实施过程中有六个主要的板块,即运动季、团队联盟、正式比赛、总决赛、成绩记录和庆祝,这六个板块在整个的课程中相辅相成、密切联系、缺一不可。传统运动教育教学模式要求持续 20 课时以上的完整赛季周期,在常规 16-18 周学期制下面临结构性矛盾。美国原版模式中季前赛(4 周)、常规赛(8 周)、季后赛(4 周)的三段式设计,与我国高校普遍 32-36 学时/学期的课程设置存在显著冲突。慕课+运动教育教学模式,充分保证了整个教学过程以竞赛周期为主导,将竞赛真正贯穿整个学期,基础技术学习、基础战术学习、裁判规则学习均可以在课上和课下的碎片时间使用移动终端在慕课上观看学习,极大地压缩了课上课下,更多的服务于竞赛。

2.2 学生运动能力差异化的教学挑战

我国高校学生多数没有十分扎实的篮球运动技能和体能基础,使得运动教育模式的主体环节,竞赛无法正常开展。传统竞赛模式下部分学生因技术短板沦为“赛场旁观者”。在运动教育模式框架下,慕课技术的引入形成了“观察-解析-模拟-反馈”的闭环学习链。学生可随时调取标准化动作模板进行对比分析,有效解决了传统教学中因集体授课导致的个性化指导缺失问题。特别是在复杂技能学习中,慢动作回放解析的视频讲解使体前变向的蹬地角度、运球的肢体协调等微观技术要素得以可视化呈现,显著提升技术迁移效率。慕课+运动教育教学模式一方面将基础技术教学迁移至弹性化的慕课空间,保障了课堂竞赛环节的完整性与连贯性;另一方面通过动作细节的讲解与指导实现差异化辅导,消解了学生技能基础参差带来的教学阻滞。

3 慕课+运动教育教学模式的高校篮球课程设计

3.1 慕课+运动教育教学模式的高校篮球课程教学进度安排

基于慕课+运动教育教学模式的篮球课程采用“双循环”教学架构,将 8 周(16 次课/32 学时)的课程分为基础构建期、能力提升期和竞赛整合期三阶段。基础构建期为两周,教学活动为通过课外 8 学时的慕课学习完成篮球基础理论掌握,课内 8 学时重点进行传、投、运等基本技能的分组循环训练。能力提升期为三周,教学活动为集中开展技战术组合训练与裁判规则实践,12 学时用于挡拆配合、快攻反击等战术的情景模拟教学,4 学时实施裁判角色轮换演练。竞赛整合期为两周,教学活动以单循环联赛为核心,12 学时完成 6 场主客场制比赛,最后 4 学时通过赛事复盘与技能展示进行课程总结。慕课学习贯穿全程,每周课外需完成 2 学时理论模块,内容涵盖规则解析、战术图解与运动科学知识。

课堂教学设计形成四阶段闭环体系。常规建立期在第一周,重点组建 4-6 人固定团队并制定《团队章程》,同步开展基础体能测试与篮球发展史学习。技能精进期为第二周到第三周,实施技术分层训练,要求近距离原地投篮命中率 $\geq 60\%$,限定运球过障时间 ≤ 25 秒,轻微干扰下上篮成功率需达 70%,同时通过战术板推演掌握 2-3 套基础配合。联赛实施期为第四周到第七周,设置单循环常规赛与交叉淘汰季后赛,每周完成 2 场比赛,要求每场轮换 3 名学生裁判,团队需提交战术预案,个人完成 200 字比赛日志。总结提升期在第八周,举办篮球文化周活动,包含最佳阵容评选、经典赛事复盘与友谊赛组织。

3.2 慕课+运动教育教学模式的高校篮球课程教学目标

课程目标体系涵盖三个维度。运动技能方面要求男生罚球命中率 $\geq 65\%$ 、女生 $\geq 50\%$,全场运球上篮完成时间 ≤ 35 秒,团队场均助攻 ≥ 6 次且快攻成功率 $\geq 40\%$ 。文化素养目标包括完成 2000 字篮球运动有关书籍读书报告,组织篮球规则科普活动,以及 100%践行团队制定的《文明竞赛公约》。行为发展目标设定课外自主训练打卡 ≥ 12 次,参与篮球公益活动 ≥ 1 项,并带动 3 名非选课学生参与篮球活动。

3.3 慕课+运动教育教学模式的高校篮球课程教学过程管理

教学实施强调过程管理,建立慕课学习和课堂学习双控机制,每周发布 2 个 15-20 分钟微课视频,设置章节测试完成度 $\geq 80\%$ 的参赛门槛,要求学生在线上讨论区人均发帖 ≥ 3 次。竞赛组织采用积分进阶制,常规赛胜场积 3 分、负场积 1 分,季后赛晋级队伍额外积 5 分,同时设立进步最快奖等非竞技奖项。实施差异化教学策略,按技术水平划分基础组与提高组,基础组侧重脚步移动与基本技术,提高组着重战术配合与临场应变,考核标准根据基线成绩提升幅度分级评定。

3.4 慕课+运动教育教学模式的高校篮球课程教学评价制度

评价体系构建五维综合评价模型,技能发展依据技术测试达标率进行评价,占比 30%;战术素养通过比赛录像分析执行效果,占比 20%;理论认知评价综合慕课测试与读书报告成绩进行评价,占比 15%;团队贡献主要考核裁判履职与学习日志的质量,占比 15%;行为参与参考训练打卡与活动组织数据进行评价,占比 15%。过程性评价占比 60%,终结性评价占比 40%,并将而这两进行组合评价,同时设立技术、战术、理论三条单项成绩 ≥ 60

分的达标线,引入团队捆绑评价机制(个人成绩×团队系数)。

4 慕课+运动教育教学模式的价值厘定

4.1 主体学习范式的重构

本研究中慕课+运动教育教学模式的“运动季-竞赛链-数字孪生”三维协同机制,以运动季为基本教学单元,以篮球竞赛为主线,促使学生从被动接受者转型为知识建构的主体,充分调动学生独立思考(解析慕课资源)以及自主锻炼(制定比赛策略)、的能力,切实实现运动技能发展与实践应用能力提升(参与裁判实践)的统一,从而深化学生对篮球运动理论的理解,并提高学生的实践操作能力。

4.2 情境教学的具身效应

篮球运动是一项对抗激烈、团结协作的对抗性体育活动,不仅考验参与者的体能和技巧,还要求他们具备强烈的合作精神。慕课+运动教育教学模式能够将篮球运动课程教学引入篮球竞赛中复杂情境,通过主客场制联赛还原竞技压力情境,要求学生在高速对抗中完成决策;通过构建战术沙盘系统,促使学生以第一视角推演各种攻防战术,这种具身化学习环境使运动认知从机械记忆转向情境理解,从而提高学生的团队协作效能。

5 结论

本研究针对高校篮球选修课程教学中的现实困境,通过本土化改造运动教育模式与慕课技术的融合应用,构建了一套创新性的教学体系,突破了传统教学模式在课时分配、学生差异和能力培养等方面的局限,设计了基础构建-能力提升-竞赛整合三阶段教学流程,实现了理论教学线上化与技能实践情境化的有机统一。在实施过程中,通过分层训练机制满足不同水平学生的学习需求,借助动态积分制度激发团队竞赛活力,运用五维评价模型全面考察学生发展。不仅验证了数字化教学资源与运动教育模式结合的可行性,更通过联赛实践和文化浸润的双重路径,有效提升了学生的专业技能、战术素养和团队协作能力,为高校体育课程改革提供了新范式,对推动体育教育数字化转型具有示范作用。

参考文献:

- [1] 刘占鲁,冯嘉诚,余佳俊,等.慕课融入运动教育模式课堂教学的研究[J].广州体育学院学报,2019,39(04):110-112.
- [2] 张帅,唐锦兰.教育数字化转型背景下我国外语类慕课研究现状与前瞻[J].外语教育研究前沿,2024,7(04):51-57+95.
- [3] 高航,章荣江,高嵘.当代运动教育模式研究[J].体育科学,2005,(06):79-83+86.DOI:10.16469/j.css.2005.06.019.
- [4] 李小刚.美国运动教育模式本土化研究[J].体育文化导刊,2017,(05):161-165.
- [5] 高航,高嵘.论运动教育模式的时代价值与发展[J].体育文化导刊,2020,(01):105-110.
- [6] 张李强,汪晓赞.运动教育模式的国际研究热点述评[J].武汉体育学院学报,2017,51(02):93-100.

Research on localization of sports education mode based on MOOC platform -- Taking College Basketball Course as an example

Gu Jiawei¹, Xie Yingying²

¹Shandong Sport University, Jinan 250100, Shandong; ²National Basketball Academy, Shandong Sport University, Rizhao 276800, Shandong

Abstract: This study explores a new teaching system that deeply integrates MOOC and sports education models to address the problems of emphasizing skills over literacy and lacking subjectivity in traditional basketball teaching. By deconstructing the six core elements of the sports education model and innovatively designing a dual cycle three-stage curriculum structure, MOOC technology is embedded into the entire process of basic theory, skill training, and league practice, forming an online and offline linked teaching loop. In the implementation of the curriculum, a hierarchical training mechanism, a dynamic integration system, and a five dimensional evaluation model were adopted, effectively resolving the contradictions in class hour allocation and differences in student abilities. A new paradigm of integrating digital learning, situational competition, and cultural immersion was constructed, providing a replicable solution for the reform of college basketball curriculum.

Keywords: MOOC; Sports education teaching mode; Basketball; practice