

# 翻转课堂教学模式在高中体育教学中的应用浅探

杨宝霞

朝阳师范高等专科学校 辽宁 朝阳 122600

[摘要]随着教育改革的深入,高中体育教学的重要性日益凸显,不仅关乎学生的身体素质,还影响其终身体育习惯的养成。然而,传统教学模式存在诸多问题,导致学生兴趣缺失,教学效果不佳。翻转课堂教学模式以其独特的优势,为高中体育教学提供了新的思路。本文在探讨翻转课堂教学模式在高中体育教学中的应用基础上,进一步分析其对学生学习兴趣、自主学习能力、体育素养等方面的积极影响,旨在为高中体育教学的改革提供理论支持和实践指导。

[关键词]体育教学;翻转课堂;学习兴趣;自主学习能力;体育素养

[中图分类号]G641 [文献标识码]A [文章编号]1687-9534(2025)-0088-83 [收稿日期]2025-01-08

## 一、引言

体育教学作为高中教育的重要组成部分,承担着提升学生身体素质、培养健康生活方式的重要使命。然而,在传统教学模式下,体育教师往往采用教师讲解、学生模仿的方式进行教学,这种方式虽然可以让学生较好地掌握知识要点,但却难以激发学生的学习兴趣 and 主动性,导致教学效果不佳。因此,探索新的教学模式,以提高学生体育学习的兴趣和效果,成为当前高中体育教学改革的迫切需求。翻转课堂教学模式作为一种新兴的教学模式,以其独特的优势在高中体育教学中逐渐得到应用和推广。

## 二、翻转课堂教学模式在高中体育教学中的应用

翻转课堂教学模式在高中体育教学中的应用,主要体现在以下几个方面:

(一)精选视频内容,激发学生学习兴

## 趣

在翻转课堂教学模式下,教师需要精心挑选和制作与体育教学相关的视频内容,以吸引学生的注意力,激发学生的学习兴趣。这些视频内容可以包括优秀运动员的比赛录像、体育技能的演示视频等。例如,在进行篮球教学时,教师可以选取 NBA 比赛中的精彩片段,展示运动员的精湛技艺和比赛中的精彩瞬间,以此激发学生的学习兴趣 and 热情。同时,教师还可以结合实际情况对视频进行改编和加工,使其更加符合教学需要和学生特点。

(二)明确教学目标,引导学生自主学习

在翻转课堂教学模式下,教师需要明确教学目标,并根据教学目标设计相应的教学活动。通过播放视频、提出问题等方式,引导学生自主学习和探究。例如,在进行跳远

教学时，教师可以先播放跳远技术的演示视频，然后提出一系列问题，如“跳远的基本姿势是什么？”“如何正确掌握起跳和落地的技巧？”等。这些问题可以帮助学生更好地理解跳远技术的要点和难点，并引导他们进行自主学习和探究。

（三）重视教学设计，让学生学有所获  
高中体育教学内容涉及的知识技能较为繁琐，很多学生在学习过程中会因为掌握不熟练而产生挫败感。因此，在翻转课堂教学模式下，教师需要更加重视教学设计，合理安排教学内容和教学活动。通过设计一系列循序渐进的练习任务，让学生在掌握体育技能的同时获得成功的喜悦。例如，在进行乒乓球教学时，教师可以设计从基本姿势、发球技巧到攻防战术等逐渐深入的练习任务，让学生在不断挑战和进步中感受成功的喜悦和成就感。

（四）合理设置问题，激发学生自主学习欲望

问题设置是激发学生自主学习欲望的重要手段。在翻转课堂教学模式下，教师需要合理设置问题，引导学生思考和探究。这些问题可以包括体育知识的提问、运动技能的疑问等。通过提出这些问题，可以激发学生的好奇心和求知欲，促使他们更加积极地参与到体育教学中来。同时，教师还可以鼓励学生自己提出问题并尝试解答问题，以培养他们的自主学习能力和解决问题的能力。

（五）重视课堂互动，增强课堂教学趣味性

翻转课堂教学模式下的体育教学需要重视课堂互动和交流。教师可以通过组织小组讨论、角色扮演等活动形式来增强课堂教学的趣味性。例如，在进行足球教学时，教师可以组织学生进行分组对抗赛或传球接力赛等活动形式来提高学生的参与度和积极性。这些活动形式不仅可以帮助学生更好地掌握足球技能还可以培养他们的团队合作精神和竞争意识。

（六）科学布置作业，巩固课堂教学内容

作业是巩固课堂教学内容的重要手段。在翻转课堂教学模式下，教师需要科学布置作业，让学生在课后巩固所学知识和技能。这些作业可以包括观看视频、完成练习册等形式的家庭作业以及参加课外体育活动等形式的实践性作业。通过布置这些作业，不仅可以帮助学生更好地理解和记忆所学内容还可以培养他们的自主学习能力和实践能力。

### 三、翻转课堂教学模式在高中体育教学中的效果分析

翻转课堂教学模式在高中体育教学中的应用取得了显著的效果。具体表现在以下几个方面：

（一）提高了学生的学习兴趣和积极性

翻转课堂教学模式通过丰富多样的教学手段和形式激发了学生的学习兴趣和积极性。在传统教学模式下，学生往往被动地接受知识缺乏主动探索和发现的乐趣。而在翻转课堂教学模式下，学生可以通过观看视频、参与讨论等方式主动获取知识和技能，从而感

受到学习的乐趣和成就感。这种主动学习和探索的过程不仅可以提高学生的学习兴趣 and 积极性还可以培养他们的自主学习能力和创新思维。

(二) 提升了学生的自主学习能力和团队协作能力

翻转课堂教学模式强调学生的自主学习和团队协作。在翻转课堂教学模式下, 学生需要通过观看视频、阅读资料等方式进行自主学习, 并在课堂上与教师和同学进行交流和讨论。这种自主学习和团队协作的过程不仅可以帮助学生更好地掌握知识和技能还可以培养他们的自主学习能力和团队协作能力。同时, 通过团队协作完成任务还可以培养学生的责任感和集体荣誉感。

(三) 促进了学生的身心健康发展

翻转课堂教学模式在高中体育教学中的应用促进了学生的身心健康发展。传统教学模式下, 学生往往被动接受知识缺乏身体锻炼和运动的机会。而在翻转课堂教学模式下, 学生可以通过观看视频、参与讨论和实践活动等方式进行身体锻炼和运动, 从而提高身体素质和免疫力。同时, 通过参与体育活动还可以培养学生的意志品质和心理素质帮助他们更好地应对学习和生活中的挑战。

(四) 提高了体育教学质量和效果

翻转课堂教学模式在高中体育教学中的应用提高了体育教学质量和效果。传统教学模式下, 教师往往采用灌输式的教学方式难以激发学生的学习兴趣 and 主动性。而在翻转课堂教学模式下, 教师可以通过丰富多样的

教学手段和形式激发学生的学习兴趣 and 主动性引导他们积极参与体育教学。同时, 通过科学布置作业和合理设计教学活动等方式还可以帮助学生更好地巩固所学知识和技能提高体育教学质量和效果。

#### 四、结论

综上所述, 翻转课堂教学模式在高中体育教学中的应用取得了显著的效果。它不仅可以提高学生的学习兴趣 and 积极性、提升学生的自主学习能力和团队协作能力、促进学生的身心健康发展, 还可以提高体育教学质量和效果。因此, 我们应该进一步推广和应用翻转课堂教学模式, 为高中体育教学的改革和发展提供新的思路 and 方向。

翻转课堂教学模式在高中体育教学中的应用具有重要的现实意义 and 学术价值。我们应该进一步加强对该模式的研究 and 实践探索, 为高中体育教学的改革和发展贡献更多的智慧和力量。

#### 参考文献:

- [1]孟宪雷."主线式"情境教学法在高中地理课堂上的应用路径探索[J].教学管理与教育研究.2022,7(18).DOI:10.3969/j.issn.2096-224X.2022.18.037.
- [2]肖婧莹,周良君.体育服务情境下的价值共创研究进展及展望[J].体育学刊.2021,(3).
- [3]王乐,熊明亮.高校公共体育复杂教学情境的内涵与应用[J].中国高等教育.2022,(13).
- [4]林加彬,柴娇.青少年体育课堂情境兴趣的产生机制及阶段差异研究[J].北京体育大学

学报.2021,(10).DOI:10.19582/j.cnki.11-

式[J].北京体育大学学

3785/g8.2021.10.004 .

报.2020,(7).DOI:10.19582/j.cnki.11-

[5]徐伟,姚蕾.核心素养导向的体育教学新范

3785/g8.2020.07.005 .

## A Preliminary Study on the Application of Flipped Classroom Teaching Mode in High School Physical Education Teaching

Yang Baoxia

Xuzhou Institute of Technology, Xuzhou, Jiangsu 221018

**Abstract:** With the deepening of education reform, the importance of high school physical education teaching is increasingly prominent, which not only concerns students' physical fitness, but also affects the cultivation of their lifelong sports habits. However, the traditional teaching model has many problems, leading to a lack of student interest and poor teaching effectiveness. The flipped classroom teaching model, with its unique advantages, provides new ideas for high school physical education teaching. On the basis of exploring the application of flipped classroom teaching mode in high school physical education teaching, this article further analyzes its positive impact on students' learning interest, self-learning ability, physical literacy and other aspects, aiming to provide theoretical support and practical guidance for the reform of high school physical education teaching.

**Keywords:** physical education teaching; Flipped classroom; Learning interest; Self-directed learning ability; sports attainment