

海南高校体育教学中自主学习模式的创新策略与实践评估

赵明辉

海南警察学院 海南海口 571100

摘要: 随着教育的不断深化,自主学习模式逐渐成为高校教学改革的重要方向。本文以海南高校体育教学为例,探讨自主学习模式的创新策略及其在实际教学中的应用效果。通过问卷调查、课堂观察和教师访谈等方式,评估了自主学习模式在提升学生学习主动性、自我管理能力以及体育技能方面的成效。研究表明,信息技术的运用和课堂外的自主实践活动显著提升了学生的学习兴趣和参与度。然而,教师角色转变和学生自主学习意识仍是实施中的主要挑战。本文提出了相关改进策略,为未来高校体育教学改革提供了实践指导。

关键词: 海南高校; 体育教学; 自主学习模式; 教学创新; 信息技术

随着现代教育理念的不断发展和自主学习模式的逐渐普及,自主学习模式逐渐成为提高教学质量的重要手段之一,尤其在高等教育中,其重要性愈加凸显。自主学习强调学生的主体地位,倡导通过学生自我探索、自我调节和自主实践的方式,提升其学习效果和实践能力。在体育教学领域,传统的教师主导模式虽然能够提供基本的知识传授,但却难以激发学生的学习积极性和参与热情。海南高校体育教学也面临这一问题,亟需探索新的教学模式以适应时代的需求。因此,本文将重点研究海南高校体育教学中自主学习模式的创新策略,并评估其在教学中的实际应用效果。通过深入分析自主学习模式的优势与挑战,旨在为海南高校体育教育改革提供理论支持和实践指导,推动学生综合体育素质提升,最终促进教学模式的创新与发展。

1 海南高校体育教学的现状分析

1.1 海南高校体育教学的现状

海南高校的体育教学体系虽然在近些年有所改进,但整体上仍然存在许多局限性。首先,教学内容较为单一,许多课程仅仅围绕基础运动技能的训练展开,忽视了学生体育素质的全面发展。其次,教学方式大多数仍依赖传统的以教师为主导的讲解和示范,学生在课堂中的主体地位未能得到充分体现。虽然一些高校在探索教学改革,尝试引入更多互动性和参与感强的体育课程,但这些探索仍然局限于少数学校,整体水平较为参差不齐。海南地理位置和气候条件的特殊性,也在一定程度上影响了体育教学的开展。由于气候较为炎热,一些学校的户外体育活动安排受到季节性限制,导

致学生的体育锻炼机会受限。而且,部分高校的体育设施较为简陋,缺乏专业的体育场地和器材,进一步制约了学生在体育活动中的参与度和兴趣。

1.2 自主学习模式的理论基础

自主学习模式是一种强调学生主动学习和自我管理的教育理念。根据这一理念,学生不仅要在课堂上接受教师的指导,还要具备独立思考、主动探索的能力,并能够根据自己的兴趣和需求自主选择学习内容和方式。这一模式的核心是让学生在过程中成为主体,通过自我调节和反馈,提升学习的效果和效率。在体育教学中,自主学习模式的应用能够让学生从被动接受知识转变为主动探索,培养其自我管理和独立解决问题的能力。通过提供个性化的学习内容、设定灵活的学习目标和鼓励自主实践,学生可以在教师的引导下,逐步掌握自我学习的技巧,从而提高其综合体育素质。

1.3 海南高校体育教学中自主学习的挑战

尽管自主学习模式在理论上具有显著的优势,但在海南高校的实际教学中仍然面临诸多挑战。部分教师习惯了传统的以讲解和示范为主的教学方式,忽视了学生主动参与的重要性。即便有部分教师尝试在课程中加入一些自主学习的元素,但由于缺乏有效的教学设计和策略,这些尝试往往效果有限。许多学生在体育课程中更倾向于依赖教师的指导,缺乏主动参与和自我调节的意识。在这种情况下,即使教师尝试引导学生进行自主学习,学生仍然难以适应这种新的学习方式。由于学校的体育设施不足,某些学校的体育活动安排受到了较大的限制。此外,由于学生对体育的兴趣不一,

部分学生对自主学习模式的兴趣不足,这使得自主学习模式的推行存在较大的困难。

2 自主学习模式在海南高校体育教学中的创新策略

2.1 增强学生自主学习意识的策略

在海南高校的体育教学中,学生的自主学习意识普遍较为薄弱,缺乏主动参与和自我调节的意识。为了提高学生的自主学习意识,首先需要在课堂之外提供更多的学习激励和支持。可以通过组织讲座、专题讨论会等活动,帮助学生了解自主学习的理念和重要性。例如,定期邀请成功的运动员或体育学者来校分享他们的自主学习经验,让学生从实际案例中感受到自主学习对其发展的重要性。同时,学校可以设立“自主学习激励奖”,对积极参与自主学习的学生进行表彰,进一步激发学生的学习兴趣和主动性。体育课程中的教学设计也需要注重引导学生从被动学习转变为主动学习。在课堂上,教师不仅要传授知识,更要鼓励学生思考并参与讨论。例如,教师可以设计一些互动环节,让学生分享他们对某一运动项目的看法或心得,这样能够有效提升学生的参与感和学习兴趣。

2.2 信息技术辅助的自主学习策略

信息技术的快速发展为自主学习模式的实施提供了强有力的支持。通过利用现代教育技术,海南高校可以为学生提供更为灵活、个性化的学习资源。在体育教学中,信息技术可以通过在线学习平台、虚拟运动实验室等手段,帮助学生根据个人兴趣和能力选择学习内容和节奏。例如,学生可以通过在线平台查看运动技能的视频教程,利用虚拟实验室进行动作分析,进行自我评估和反馈。这些在线资源不仅可以帮助学生在课外进行自主学习,还能为其提供更为精准的技能指导和评估。此外,学校可以开发一系列与体育教学相关的APP,学生通过这些APP可以随时随地进行自主学习。APP中可以包含运动项目的详细讲解、动作分析、技巧训练等内容,学生可以根据自己的需求进行选择和学习。

2.3 课堂外自主学习的实践策略

体育学习不仅限于课堂内的活动,课堂外的自主学习同样至关重要。海南高校可以鼓励学生参与体育课外活动,提供更多的实践机会,增强学生的自主学习动机。例如,学校可以设立体育兴趣小组、运动俱乐部等组织,为学生提供更多的课外锻炼和学习机会。在这些活动中,学生不仅可以锻炼身体,还能在实践中巩固和提升课堂上学到的技能。此

外,学校还可以定期组织校内外的体育比赛或活动,鼓励学生通过参与比赛来检验自己在自主学习中的成果。

为了更好地实现这一目标,学校可以与社区、社会体育机构合作,拓宽学生的实践平台。通过与社会体育组织合作,学生可以在更广泛的环境中进行实践,从而提升其实际运动能力和自主学习的动力。同时,学校应鼓励学生利用假期时间参与体育志愿者活动或实习机会,在实际工作中提升自我管理和自主学习的能力。

2.4 教师角色转变与支持策略

在自主学习模式下,教师的角色也发生了重要变化。从传统的知识传授者转变为学习引导者和支持者,教师不仅要提供知识,还要帮助学生规划学习路径,指导学生如何进行自我学习和自我评估。为了支持学生的自主学习,教师需要掌握更多的教学方法和策略。例如,教师可以为学生提供学习反馈,帮助学生分析他们在自主学习中的优势与不足,进而调整学习策略。此外,教师还应发挥激励和引导作用,帮助学生设定合理的学习目标,鼓励学生挑战自我。在课堂上,教师可以设计一些自主学习任务,要求学生在规定时间内完成,并根据完成情况进行评价。通过这种方式,学生能够感受到自主学习的成就感,激发其持续学习的兴趣。同时,教师还应提供情感支持,关心学生的学习进展,帮助学生解决在学习过程中遇到的困难,确保自主学习模式的顺利实施。

3 自主学习模式在海南高校体育教学中的实践评估

3.1 实践评估方法

为了评估自主学习模式在海南高校体育教学中的实际应用效果,本研究采用了多种实践评估方法,包括问卷调查、课堂观察和访谈。首先,设计了一份关于自主学习意识与能力的问卷,发放给海南省内5所高校的200名体育专业学生,目的是了解学生对自主学习模式的认知、参与度和自我评估。其次,通过对三所高校的体育课堂进行观察,记录学生在自主学习环境中的参与表现和互动情况。最后,针对部分教师和学生进行了深度访谈,收集他们对自主学习模式实施效果的反馈。

3.2 实践结果分析

通过对问卷调查结果的分析,发现学生在自主学习模式下的参与感和主动性有了显著提升。具体来说,约68%的学生表示,在引入自主学习模式后,他们的学习动力显著

增强。70% 的学生认为，信息技术（如在线教学平台和虚拟运动实验室）帮助他们更好地理解和掌握了运动技巧，并能够根据自己的进度进行个性化学习。在课堂观察中，教师发现学生在自主学习环节的积极性明显提高，大多数学生能够主动查找资料、进行自我评估，并且在实际操作中更加注重细节和自我修正。表 1 总结了问卷调查中学生对自主学习模式效果的自评情况：

表 1 学生对自主学习模式效果自评结果

项目	得分（满分 5 分）
学生主动学习意识的提升	4.3
学生对自主学习资源的依赖度	4.1
学生自我管理和自我评估能力	4.2
学生对体育技能掌握的信心提升	4.5
学生对体育课外活动的参与度	4

从表 1 中可以看出，学生对自主学习模式的整体评价较为积极，特别是在自我管理和体育技能掌握方面，得分较高，表明自主学习模式在提高学生的自我调节和技能提升方面发挥了显著作用。

3.3 实践中的挑战与改进

尽管自主学习模式在海南高校的体育教学中取得了初步成效，但在实践过程中仍然面临一些挑战。首先，部分学生在刚开始接受自主学习时，缺乏足够的学习自觉性和主动性。尤其是在没有教师实时指导的情况下，一些学生往往感到困惑，不知道如何进行有效的自主学习。为此，教师在教学中需要加强对学生的引导，帮助他们明确学习目标和自我评估的标准。其次，虽然信息技术在自主学习中起到了积极作用，但一些学校的网络设施和设备仍然不足，影响了学生的学习体验。因此，未来在推广自主学习模式时，应加强技术支持和资源建设。

另外，教师的转型也是一个关键因素。在本次实践中，部分教师未能充分发挥引导和支持的作用，仍然偏向于传统的教学方式，缺乏对自主学习模式的深入理解和应用。因此，在未来的实践中，学校应加强教师培训，帮助他们更好地掌握自主学习的教学理念和方法。

3.4 改进策略与实践建议

针对以上挑战，提出以下改进策略：

加强学生自主学习能力的培养：学校可以通过举办自我管理 and 学习策略工作坊，帮助学生提高自主学习的能力，

教会他们如何进行有效的学习规划和自我评估。

提升技术支持与资源建设：高校应加大对信息技术设施的投入，确保学生可以顺利使用在线平台和虚拟实验室等资源。同时，可以开发更多与体育教学相关的 APP 和在线课程，为学生提供更丰富的学习内容。

教师角色的转变与培训：学校需要定期对教师进行自主学习教学方法的培训，帮助教师转变教学观念，从单纯的知识传授者转变为学习引导者和支持者。教师应当学会根据学生的不同需求，设计个性化的学习任务，并提供有效的反馈。

4 结论

通过本研究对海南高校体育教学中自主学习模式的创新策略与实践评估，我们发现自主学习模式在提升学生的学习主动性、自我管理能力和体育技能掌握方面具有显著的效果。实践结果表明，大多数学生在自主学习模式下表现出较高的学习兴趣和参与度，并能够在较短时间内掌握运动技能。同时，信息技术的辅助应用为学生提供了个性化的学习资源，有效支持了自主学习的开展。然而，教师的教学转型和学生的自主学习能力仍需进一步提升。未来的研究和实践中，可以通过加强教师培训、完善技术支持、提升学生自主学习能力等方面的努力，进一步优化体育教学效果，推动海南高校体育教育的创新发展。

参考文献：

- [1] 蔡美玲. PBL 教学法在高校体育教育专业篮球普修课的实验研究 [D]. 广州体育学院, 2024.
- [2] 黑浩源. BOPPPS 模型在高校体育公共课在线教学的应用研究 [D]. 吉林大学, 2023.
- [3] 李兆元, 杨军, 陈丽冰. 数字化时代高校学生体育自主学习能力培养研究 [J]. 贺州学院学报, 2023, 39(02): 164-170.
- [4] 韩春生. 南宁市本科高校体育专业大学生学习适应性研究 [D]. 广西民族大学, 2023.
- [5] 郭宇轩. “互联网+”背景下湖南省高校体育教师角色困境与提升路径研究 [D]. 湖南工业大学, 2022.
- [6] 李瑞杰. 智慧教育视域下高校智慧体育构成要素的理论与实践研究 [D]. 北京体育大学, 2020.

基金项目：海南省高等学校教育教学改革研究项目：“体教融合背景下海南高校体育教学中自主学习模式创新研究”项目编号 :Hnigzc2023-93。