

# Research on the reform and development of physical education in higher vocational colleges under the new media environment

Na Shen Lei Yang

Hunan Golf and Tourism College, Changde, Hunan, 415900, China

## Abstract

With the rapid development of information technology, new media has become an indispensable tool for modern education. In the physical education of higher vocational colleges, paying attention to the application of new media technology not only helps to improve students' sports participation and practical ability, but also plays an important role in the development of their physical and mental health, sports cultural identity and comprehensive literacy. This paper adopts the methods of literature research. Firstly, it analyzes the reform path of physical education in higher vocational colleges under the new media environment, then explores the development strategy of physical education in higher vocational colleges under the new media environment, and puts forward strategies such as creating a healthy campus sports culture atmosphere, so as to improve the overall quality of physical education in higher vocational colleges and provide reference for the follow-up reform and development of physical education.

## Keywords

higher vocational colleges; new media; physical education

# 新媒体环境下高职院校体育教育的改革与发展探究

沈娜 杨蕾

湖南高尔夫旅游职业学院, 中国·湖南 常德 415900

## 摘要

随着信息技术的飞速发展,新媒体已成为现代教育不可或缺的重要工具。在高职院校体育教育中,注重新媒体技术的应用不仅有助于提升学生的体育参与度和实践能力,而且对其身心健康发展、体育文化认同及综合素养的培养起到重要作用。本文采用文献研究法等方法,首先,分析新媒体环境下高职院校体育教育改革路径,随后探究新媒体环境下高职院校体育教育的发展策略,提出营造健康校园体育文化氛围等策略,以期提升高职院校体育教育的整体质量,为后续体育教学改革与发展提供参考。

## 关键词

高职院校; 新媒体; 体育教育

## 1 引言

高职院校体育教育作为培养学生身体素质、健康意识和综合素养的重要环节,同样受到新媒体技术的深刻影响。在传统体育教育模式中,教学方法单一、内容更新缓慢、评价体系滞后等问题长期存在,导致学生参与积极性不足、教学效果难以达到预期。而在新媒体环境下,体育教育不仅可以突破时空限制,将课堂教学与课外活动有机结合,还能通过大数据、人工智能等技术精准掌握学生的身体素质和学

情况,从而实现个性化教学。

## 2 新媒体环境下高职院校体育教师的改革路径

### 2.1 构建多元化的新媒体体育教学资源平台

在新媒体环境下,高职院校体育教师改革的重要路径之一是构建多元化的新媒体体育教学资源平台,这一平台不仅仅是资源的堆积,更需要从资源的内容、技术支持、交互方式和推广应用等方面进行全方位设计,以实现教学模式的创新和学生学习效果的最大化。具体而言,构建多元化平台首先需要整合多种形式的资源。通过引入网络课程、在线直播等新媒体技术,教师可以打造兼具理论与实践的体育教学资源。例如,利用虚拟现实技术模拟真实的运动场景,让学生在沉浸式的体验中学习篮球、足球、网球等运动技能,既能避免场地限制,又能提供全方位、多角度的技术讲解。同

【课题项目】市厅级课题:“可持续发展”视域下职业院校体育类专业特色培育策略研究(项目编号:24C0785)。

【作者简介】沈娜(1989-),女,中国湖南株洲人,本科,讲师,从事体育教育类高尔夫研究。

时,AR技术可用于动态分解体育动作,为学生提供视觉化的技术解析,从而帮助他们更快掌握复杂的动作要领。其次,资源平台需要兼顾内容的广度与深度。广度方面,平台应涵盖多类型的体育项目,包括竞技类、健身类和趣味类等,满足学生的多样化学习需求;深度方面,则需提供从入门到专业的分层资源,如初学者可以通过基础教程掌握基本技能,而有运动特长的学生则可以学习专业竞技技术和比赛策略。此外,资源平台的设计需紧密结合高职学生的特点,例如增加与职业健康相关的运动课程,帮助学生了解如何通过运动增强体质、改善生活方式,为未来职业发展奠定基础。再次,构建互动性强的资源平台是关键。传统体育教学中,学生和教师的互动多集中在课堂场景中,而新媒体技术可以突破这一限制。例如,平台可以设有在线讨论区和实时答疑功能,学生在观看视频课程后,可以随时向教师提出疑问,教师则能通过在线答疑或视频反馈的形式及时回应。同时,平台可加入学习打卡、在线比赛等激励机制,增强学生参与的积极性。为进一步提升平台的交互性,还可引入智能体能测试与反馈系统,学生通过上传运动数据,系统会根据数据生成个性化的训练计划并提供建议。

## 2.2 推动线上与线下相结合的混合式教学模式

高职院校体育教师推动线上与线下相结合的混合式教学模式,不仅整合了线上资源的优势,还强化了线下实践的深度。一方面,线上教学部分可以通过新媒体技术提供丰富的理论与技能资源,例如运动解剖学、健身计划制定、运动营养等知识点可以通过录制微课视频、互动PPT等形式进行展示,学生可以随时随地进行学习。这种自主学习模式能够打破课堂时间与空间的限制,满足不同学生的学习节奏和需求。另一方面,线下教学则注重学生的实践应用,教师通过面对面的教学活动对学生的动作进行纠正和优化。例如,在体能训练课程中,教师可以结合学生线上学习的理论知识,让学生进行实际操作,并通过即时反馈的方式帮助其改进。此外,混合式教学模式还支持通过线上平台对学生的学习过程进行动态追踪,比如利用学生课前预习视频的观看数据分析其学习状况,进而在线下课堂中安排针对性的练习环节,提高课堂的效率和针对性。混合式教学的另一个核心在于互动性,教师可以通过线上讨论区或即时通讯工具,与学生进行体育知识答疑、运动心得分享等,弥补传统课堂中时间不足的问题,从而增强师生之间的互动频率。更重要的是,线上线下相结合的教学模式能够通过数据化评估体系,记录学生的运动表现和学习成效,比如通过在线测评工具收集学生的理论测试成绩,并结合线下课堂中的技能评估,进行多维度的教学反馈。这种模式不仅提升了体育课程的灵活性与适配性,还能激发学生对体育学习的兴趣,使学生在理论知识、技能操作和学习习惯养成方面实现全面发展。

## 2.3 借助数据分析技术实现个性化体育学习

在新媒体环境下,通过数据分析技术,教师能够实现

对学生体育学习全过程的动态跟踪和精确分析,从而根据学生的具体情况设计差异化的教学方案。例如,通过可穿戴设备和智能监控设备,教师可以实时获取学生的身体数据,包括心率、血氧饱和度、运动轨迹、运动时长以及卡路里消耗等具体指标。利用这些数据,教师不仅可以掌握学生的体能状态和运动表现,还能评估学生在不同运动项目中的适应性。针对身体素质不同的学生,教师可以合理调整运动强度和教学内容,例如对体能较差的学生设置基础性运动目标,对体能较好的学生增加技术性 or 竞技性的内容,从而让每位学生都能获得适合自身的运动体验。其次,借助在线学习平台和大数据技术,教师能够深入分析学生的运动习惯和学习偏好,发现学生在参与体育活动中的兴趣点。例如,通过分析学生对不同运动项目的参与频率和表现数据,教师可以识别哪些项目能够更好地激发学生的学习兴趣,从而针对性地推荐适合学生的运动项目。这种个性化的推荐机制不仅能够提升学生的运动参与感,还能帮助学生在长期学习中培养良好的运动习惯。同时,数据分析技术还可以为学生制定清晰的成长路径。通过对学生身体素质和技能发展的长期数据分析,教师能够为学生设置阶段性目标,帮助学生明确提升方向。例如,对心肺功能较弱的学生,教师可以设置持续性耐力训练计划,并定期通过数据反馈调整计划的执行方案。针对技能学习,教师还可以通过分析学生技术动作中的具体问题,使用教学视频、动作分解图等资源进行精准指导,帮助学生高效纠正问题动作。最重要的是,数据分析技术能够优化评价体系,实现对学生学习效果的客观评价。与传统以“完成度”为导向的单一评价方式不同,数据分析技术支持多维度的学习效果评估,包括技能进步情况、体能提升幅度、运动参与度以及个性化目标完成度等。这不仅能够更全面地反映学生的学习成果,还能够激励学生持续优化自身的运动表现。

## 2.4 创新体育课程评价体系,注重学习过程评价

在新媒体环境下,高职院校体育教师在制定体育课程评价体系时,需要着重引入学习过程评价的理念,通过多维度的综合评价体系全面衡量学生的学习表现和体育能力发展。传统的体育课程评价主要聚焦于单一的结果指标,如期末的体能测试、竞赛成绩等,这种评价模式忽视了学生学习过程中的努力、参与度及综合能力的发展,难以全面反映学生的实际进步与潜力。学习过程评价则不同,强调对学生学习全过程的关注,不仅关注最终的学习结果,还重视学生在课程中的行为表现、技术进步、合作能力、学习态度及思维变化。通过动态、连续的评价,过程评价能够更准确地反映学生的学习投入与成长轨迹。在具体实践中,教师可以利用智能化平台记录学生的学习行为数据,例如通过智能穿戴设备监测学生的运动时间、运动强度、心率变化等生理指标<sup>[1]</sup>;通过在线教学管理系统记录学生的课堂出勤、互动参与、任务完成情况等行为数据。这些数据可以实时上传并生成详细

的个性化学习档案,为教师和学生提供具体的学习反馈。其次,新媒体环境下的视频分析技术也可以为学习过程评价赋能。通过课堂录像或运动技能展示的实时录制,教师和学生可以借助视频回放和人工智能辅助分析工具,精准评估学生的技术动作表现,并根据其技术细节的改进需求制定个性化的训练计划。这样的评价方式不仅提高了评价的客观性和科学性,还能帮助学生直观了解自身的优点与不足。此外,教师可以借助智能分析工具生成学习报告,报告中可以呈现学生在不同阶段的运动表现、进步趋势及改进建议。这种实时反馈能够激励学生持续参与体育活动,提高其对学习的主动性和责任感,同时也便于教师根据反馈结果调整教学策略,从而实现个性化指导与精准教学。

### 3 新媒体环境下高职院校体育教育的发展策略

#### 3.1 培养学生的体育媒介素养

随着新媒体技术的普及,学生能够接触到海量的体育信息,例如健康健身教程、赛事直播分析和运动科学研究等,但如果缺乏正确的媒介素养,学生可能会受到虚假信息、过度商业化内容甚至是错误健身观念的误导,不仅影响学习效果,还可能对身心健康造成负面影响。因此,通过系统的媒介素养教育,可以帮助学生在信息筛选、分析与传播中具备科学判断力和批判性思维,提升其体育学习效率和健康管理能力<sup>[2]</sup>。具体而言,高职院校体育教师可以通过以下方式强化学生的体育媒介素养。首先,强化学生的信息辨别能力是关键。教师可以引导学生从权威的体育媒体、学术资源和专业平台获取信息,教师也可以设置专题教学模块,探讨新媒体在体育传播中的正面与负面作用,剖析经典案例。在教学过程中,教师可通过分组讨论、角色扮演等方式,激发学生对体育信息真实性的思考和探索,进而提升其分析能力和价值判断能力。此外,实践活动是培养学生媒介素养的重要环节。

#### 3.2 营造健康的校园体育文化氛围

在新媒体环境下,高职院校体育教育的发展注重营造健康的校园体育文化氛围,通过构建全员参与、全方位覆盖的体育文化生态,激发学生对体育活动的兴趣和热情,有助于实现“育体与育心”相结合的教育目标。健康的校园体育文化不仅体现在丰富多彩的体育活动和赛事上,更需要通过

新媒体手段的融入来形成体育精神的传播路径,打造一种积极向上、充满活力的校园环境。首先,利用新媒体技术可以创新校园体育活动的组织形式,通过线上线下相结合的方式,营造全员参与的体育文化氛围。学校可以设计线上运动打卡活动,利用运动 App 或小程序记录学生的运动数据,例如步数、跑步里程或消耗热量,并通过排行榜、虚拟勋章等方式进行鼓励,激励学生坚持参与日常锻炼。同时,学校还可以组织线上体育挑战赛,如“居家健身视频征集”“一分钟跳绳挑战”等,增强学生在碎片化时间内参与体育活动的积极性<sup>[3]</sup>。这些活动形式不仅降低了参与门槛,也能通过新媒体传播扩大影响力,带动更多学生参与其中。其次,新媒体技术还能通过建设虚拟体育社团,增强学生之间的体育文化交流。学校可以依托社交平台建立线上体育兴趣小组,例如篮球、足球、羽毛球等,学生可以在小组中分享训练经验、比赛心得以及运动装备推荐等内容,形成浓厚的体育讨论氛围。这种基于共同兴趣的线上互动不仅促进了学生之间的情感交流,也增强了体育文化的渗透力。同时,学校还可以定期举办线上线下结合的体育沙龙、主题讲座等活动,邀请优秀运动员或体育领域专家与学生互动交流,激励学生树立健康生活的理念。

### 4 结语

新媒体环境下,高职院校体育教育注重通过技术的引入和创新,不仅有助于提升学生的体育实践能力和健康素养,同时对高职院校体育教学模式提出了新的发展要求。全文通过对新媒体技术在体育教育中的改革路径及策略分析,提出在新媒体技术推进过程中,教师需围绕培养学生核心素养的目标,通过构建多元化的新媒体体育教学资源平台、推动线上与线下相结合的混合式教学模式等策略,落实体育教育的全面改革,推动高职院校体育教学模式的优化与发展,促进学生综合素养和健康水平的全面提升。

#### 参考文献

- [1] 金铂鹏.新媒体环境下高校体育教学优化策略研究[J].郑州师范教育,2023,12(01):31-34.
- [2] 雷文静.新媒体赋能高校体育教学资源开发的策略研究[J].新闻研究导刊,2024,15(10):116-118.
- [3] 周灵.新媒体信息时代下新型高校体育教学改革方法探索[J].产业与科技论坛,2022,21(22):134-135.