

“互联网+”背景下中职体育教学模式的创新与实践

梁雪林

桂林市第二技工学校, 广西 桂林 541002

DOI: 10.61369/SDME.2025100016

摘要：在信息时代背景下, 中职学校开始尝试信息化教育探索, 并取得一定的进展。中职体育学科与其他学科有所差异, 其能够引导学生进行身体锻炼, 同时还能拓宽学生的知识面, 提高学生的学习能力。在中职体育教学中引入互联网教育资源, 有助于解决教学中存在的问题, 进而创新教育思路, 推动教育事业的发展。基于此, 本文对“互联网+”背景下中职体育教学模式的创新与实践展开分析和研究, 以供参考。

关键词：互联网+; 中职体育; 教学模式

Innovation and Practice of Secondary Vocational Physical Education Teaching Mode under the Background of “Internet +”

Liang Xuelin

The Second technical school of Guilin, Guilin, Guangxi 541002

Abstract : In the context of the information age, secondary vocational schools have begun to explore information-based education and achieved certain progress. Secondary vocational physical education is different from other subjects. It can guide students to exercise physically, expand their knowledge and improve their learning ability. The introduction of Internet educational resources into secondary vocational physical education is conducive to solving the problems existing in teaching, thus innovating educational ideas and promoting the development of education. Based on this, this paper analyzes and studies the innovation and practice of secondary vocational physical education teaching mode under the background of "Internet +" for reference.

Keywords : Internet +; secondary vocational physical education; teaching mode

引言

对于中职学校而言, 体育学科尤为重要, 特别是在信息技术时代人们更加关注学生的身体素质的发展。现阶段, 互联网得到了全面地普及和应用, 并对人们的日常生活和生产产生较大的影响。在此背景下, 中职体育教学面临着新的发展机遇, 这就需要中职学校顺应时代发展趋势, 不断创新教学的方式和方法, 建立健全教育制度, 引入互联网、信息化教育资源, 不断进行创新教学, 进而推动教育事业的发展。

一、中职学校学生的特点

互联网的广泛应用对于个人的生活和思想具有重要的影响。与此同时, 在经济社会高速发展的背景下, 中职学校学生的特点有所变化。随着智能手机、平板等电子设备的逐步普及, 很多中职学生存在网络沉迷问题, 每天花费大量时间刷短视频、玩网络游戏, 难以保证每天至少一小时的运动时间, 这也导致他们的身体素质也比较差。另外, 中职生由于文化课程基础薄弱, 他们对文化课程学习的积极性不强, 内心相对脆弱和敏感^[1]。部分学生自我管理能力比较差、存在厌学情绪, 对职业教育缺乏科学认知, 缺乏运动积极性和学习积极性。部分学生把精力放在了专业课、职业技能大赛和职业技能等级证书学习上, 对体育课不够重视,

缺乏自主锻炼积极性, 不愿意参加到体育运动之中, 这一系列问题都会影响体育教学的开展, 不利于学生的综合素质能力发展。

二、“互联网+”与中职体育结合的重要价值

(一) 顺应智慧教育发展趋势

互联网技术与社会各行各业的结合, 能够更好地发挥技术上的优势, 进一步提升行业的竞争力, 推动行业的发展。随着人工智能、VR技术、大数据等新兴技术逐步普及, “互联网+教育”模式逐步成熟, 有效推进了中职体育智慧教育改革。中职学校要不断深化信息化教学改革, 加快“互联网+”和体育教学的融合, 既可以丰富体育课教学内容、创新训练方法和完善教学评价体

系，又可以提高体育课堂教学水准^[2]。

（二）创新体育教学方法

“互联网+”与中职体育教学融合是深化课堂教学改革的重要举措，更是激发学生运动积极性的重要动力，为打造智慧体育课堂奠定坚实的基础，进而不断完善教学的质量和效果。中职学校利用互联网+的教育方式，构建线上+线下的教育体系。中职体育教学还应利用互联网教育技术，进一步延伸教学的宽度和广度。

（三）调动学生体育学习兴趣

在中职体育教学工作中融入“互联网+”教育有助于激发学生运动热情，让他们主动参与体能训练、专项运动技能训练，从而提高他们身体素质、运动能力和心理素质。体育教师可以利用智能穿戴设备监测学生体能训练情况，根据学生心率、血氧量等数据调整训练强度；利用短视频讲解技术动作，加深学生对动作的记忆，提高他们运动能力^[3]。“互联网+”可以帮助中职体育教师拓展教育内容，进而不断优化和完善教学的手段，积极鼓励学生参与到体育实践项目学习过程中。除此之外，在中职体育教学中有效引入“互联网+”的教育手段，还有助于让学生形成正确用网的良好理念，设定相应的时间避免学生沉迷于设备之中。

三、“互联网+”背景下中职体育教学创新策略

（一）尊重学生身心健康，促进课堂互动

“互联网+”背景下，中职体育教师可以利用人工智能、大数据等新技术开展课堂互动，一方面可以让学生参与到课堂互动中，激发他们运动积极性；另一方面可以活跃运动氛围，提高课堂教学有效性。在课堂教学中，教师可以挑选动感十足、朝气蓬勃的音乐，在音乐声中带领学生热身，让他们充分拉伸肌肉和关节，避免他们在训练中受伤。在课后，教师还可以通过微信群、线上教学平台和学生沟通，及时解读他们关于健身、减脂和专项运动的相关问题，打造良好师生关系^[4]。体育课程都是在室外进行，教师需要充分了解学生的身体状况、体能情况，根据学生的情况设计教学任务。教师则需要在教学过程中以学生的学习为主，保障学生的安全性，进而提升学生的运动技能，促进学生的长足发展。

（二）引入虚拟现实技术，提升教学成效

在“互联网+”的背景下，虚拟现实技术为中职体育教学情境创设提供了新支持，便于体育教师创设不同训练场景，让学生在不同场景中进行训练、体验不同运动项目，有效提升了学生训练效果。首先，中职体育教师可以根据教学内容创设虚拟训练场景，指导学生佩戴VR眼镜或VR头盔进行训练，让他们在逼真的、沉浸式虚拟场景中训练，从而让他们获得良好的体验和感受。例如学生可以佩戴VR眼镜进行虚拟足球训练，练习不同位置射门、跑动传球、技战术演练，更好地掌握足球技能。这种技术的应用有助于学生参与到实践学习训练中，突破传统教学的场地限制，实现个性化的发展。其次，教师可以发布线上虚拟训练任务，让学生自主选择训练项目、训练强度，进而保障学习训练

的针对性。在此过程中，智能评估系统能够对学生的身体体能、技能进行客观地评估，从而形成相应的数据，为教师的教学工作提供数据支持^[5]。

（三）建立信息教学平台，记录训练情况

中职体育教师要积极构建信息化管理平台，借助大数据、人工智能技术记录课堂教学、学生训练过程，便于及时发现其中存在的问题，科学调整教学内容、教学方法和训练强度，提高体育课教学科学性、确保学生运动安全。第一，教师可以利用线上教学平台征集学生感兴趣的运动项目，把这些运动项目融入教学中，满足学生个性化学习需求，让他们主动参与到训练中，并根据他们身体素质、运动能力设计不同强度训练方案，实现科学训练的目标。第二，教师可以让学生佩戴运动手环进行运动，实时采集他们运动数据，并把这些数据上传到信息化管理平台，真实客观地反映学生体能、运动情况和训练质量，实时精准教学，从而制定更加科学完善的教学活动，设置分层教学活动，提高训练质量^[6]。

（四）革新教学实践方法，调动学生热情

在“互联网+”教育时代下，中职体育教师要科学应用信息技术，把备受学生喜爱的运动APP、可穿戴设备和线上教学软件融入教学中，提高体育教学趣味性，从而激发学生运动兴趣。教师可以利用“线上+线下”的教学模式，从而更好地实现教学工作的延伸，为学生的学习和发展提供更多的指导，进一步提高学生的综合素养^[7]。线上教学中，教师可以录制运动演示视频，详细展示每一个动作，进行连贯动作和分解动作讲解，并把视频发布在线上教学平台，便于学生参照视频进行练习，帮助他们掌握运动技能。教师可以帮助学生纠正学习过程中的问题，进而规范学生的动作，形成良好的教学效果。线上线下融合的教学模式，打破了时间与空间限制，学生可随时随地学习体育知识与技能，极大提升了学习的灵活性。借助大数据分析，教学能精准满足学生个性化需求，增强教学效果。同时，丰富的网络教学资源拓宽了学生视野，激发了学习兴趣^[8]。这样的教学实践活动能够更好地符合时代发展的要求，更重要的是还能调动学生对体育运动学习的积极性，让学生在运动的过程中获得乐趣，并实现自身的全面成长和发展。

（五）利用社交媒体平台，强化师生互动

在互联网时代背景下，中职体育教学模式的创新不仅应局限于课堂，还可以进行课下的讨论。教师可以通过社交媒体增强师生之间的互动与交流。第一，教师可以利用微信、微博和抖音等社交媒体开展教学，一方面可以搜集各大社交平台运动类热门短视频，例如帕梅拉健身操、八段锦等短视频，把这些运动短视频融入教学中，拓展训练项目，满足学生运动喜好，从而激发他们运动积极性。在社交平台上，体育教师可以和学生线上讨论帕梅拉健身动作、八段锦起源和武术精神，营造良好的互动氛围，从而促进师生、生生互动。这种线上互动的方式有助于调动学生的体育学习积极性，还有助于学生强化和其他同学的交流^[9]。第二，教师可以利用社交媒体平台开展教学评价，例如汇总学生线上发言次数、讨论热点、运动技能等数据，从中发现教学中存在的问

题, 进行线下针对性讲解, 还可以引导学生线上对体育课教学进行评价, 根据学生评价反馈优化体育教学方案, 从而提高中职体育教学质量。

(六) 提升教师信息素养, 丰富知识储备

“互联网+”时代对中职体育教师信息素养提出了更高要求。因此, 中职体育教师要与时俱进, 积极学习人工智能、大数据、VR技术、混合式教学等新理念, 不断提高自身信息素养, 更好地应对“互联网+”教育挑战, 为构建中职体育智慧课堂做好准备。首先, 教师应转变教学理念, 根据教学内容灵活选择信息技术, 在课堂教学中运用互联网技术, 进一步调动学生体育学习积极性, 提高体育教学成效。为此, 中职应强化对教师的培训工作, 组织开展各类培训强化教师对互联网技术的重视度, 让教师掌握关键的计算机操作技术和互联网应用能力。只有这样, 教师才能根据教学内容选择合适的教学技术, 充分调动学生的注意力。其次, 在中职体育教学中, 教师应有效利用智能设备开展教学, 呈现出更加直观、生动的知识, 进一步激发学生的学习积极性, 从

而提高学习成效^[10]。教师可以在教学中借助智能设备对学生的动作完成情况进行打分, 按照成绩排名记录, 进而激发学生的体育参与积极性, 达到良好的教学成效。

四、结束语

综上所述, 在“互联网+”的时代背景下, 中职体育教学模式的建设并不是短期内就能实现的, 它是一个持续探索、深化应用的过程。为此, 中职体育教学顺应“互联网+”的发展趋势, 紧跟教育信息化时代发展, 深化教学模式改革, 不断挖掘互联网技术在体育教学中的潜在价值, 从而培养出新时代的高素质人才。未来, 需进一步优化网络教学资源, 加强教师信息化培训, 保障网络教学环境。持续深化“互联网+体育教学”模式的创新发展, 推动中职体育教育迈向更高水平, 助力学生全面发展。

参考文献

- [1] 张帆. 人工智能技术赋能高校思政课教学改革创新研究 [J]. 学校党建与思想教育, 2025,(04):53-56+60.
- [2] 任海华, 朱亚林. 人工智能时代高校思政课教学模式创新研究 [N]. 江苏经济报, 2025-01-24(T03).
- [3] 上官文丹, 王黎斌. 人工智能驱动高校思政课教学模式创新的基本原则 [J]. 湘潭大学学报(哲学社会科学版), 2024, 48(06):187-192.
- [4] 谭笑. 智能时代高校思政课教学设计的难点与破解路径 [J]. 现代教育科学, 2024,(06):135-142.
- [5] 杨其文. 浅谈“互联网+”背景下中职体育教学的新思路 [J]. 冰雪体育创新研究, 2023,(04):100-103.
- [6] 文翔.“互联网+”背景下中职学校体育教学的创新与探索 [J]. 安徽教育科研, 2023,(03):101-103.
- [7] 顾金龙.“互联网+”背景下中职学校体育教学创新研究 [J]. 拳击与格斗, 2022,(02):55-57.
- [8] 张超.“互联网+”背景下中职学校体育教学创新与探索 [J]. 现代职业教育, 2021,(48):224-225.
- [9] 王俊.“互联网+”背景下中职体育教学团队建设分析 [J]. 中国新通信, 2021, 23(17):220.
- [10] 王俊. 互联网+背景下计算机在中职体育教学中的有效应用分析 [J]. 中国新通信, 2021, 23(10):130.