

基于“互联网+”背景下大学体育教学改革研究 ——以街舞项目为例

宋琼

华北电力大学（保定）体育教学部，河北 保定 071000

DOI:10.61369/EST.20240800006

摘 要： 本研究旨在探索“互联网+”与大学体育街舞教学的融合模式，通过近两年的教学实践，构建线上线下结合的街舞教学体系，以提升教学质量、促进学生身心发展。研究采用文献资料法、问卷调查法、数据分析法和实验研究法，对教学过程及成效进行综合分析，提出相应教学改革建议，为大学体育教学改革提供有益参考。

关 键 词： 互联网+；街舞；教学

Research on the Reform of University Physical Education Teaching under the Background of "Internet +" — Take the Street Dance Project as an example

Song Qiong

Department of Physical Education, North China Electric Power University (Baoding), Baoding, Hebei 071000

Abstract： This study aims to explore the integration mode of "Internet +" and college sports hip-hop teaching. Through nearly two years of teaching practice, we have constructed an online-offline integrated hip-hop teaching system to improve teaching quality and promote students' physical and mental development. The research adopts methods of literature review, questionnaire survey, data analysis, and experimental research to comprehensively analyze the teaching process and effectiveness, and puts forward corresponding teaching reform suggestions, providing useful references for college physical education teaching reform.

Keywords： Internet +; hip-hop; teaching

引言

随着信息技术的飞速发展，“互联网+”理念深刻影响着教育领域。在大学体育教学中，如何有效利用“互联网+”技术创新教学模式、提升教学效果，成为亟待解决的问题。就当下街舞教学研究来看，“尽管‘互联网+’背景下的相关街舞教学研究较少，但是无论是从教学的角度还是从编创、排练的角度，互联网、多媒体技术的应用着实提高了教学的效率，从教、学、评、研、编等多个方面都发挥着不同程度的积极作用。”^[1]街舞作为大学体育课程中具有代表性的新兴项目，具有较强的趣味性和吸引力，但也面临着传统教学模式难以满足学生个性化学习需求、教学效果提升受限等挑战。因此，本研究以街舞项目为例，探索“互联网+”背景下大学体育教学改革路径。

一、研究背景与意义

（一）教育信息化发展趋势

党的十八大以来，我国教育信息化建设突飞猛进，硬性条件日新月异、教师在互联网方面的运用能力与日俱进。其后，党的十九大宣布启动实施教育信息化 2.0 行动计划的全新战略决策，我国加快教育现代化、建设教育强国的新征程就此开启，教育信息

化的发展未艾方兴，在其促进教育现代化过程中，互联网发挥着至关重要的作用，互联网+理念的提出掀起了一场新的教学改革热潮。合理运用互联网技术，探寻新的教学模式，培养创新型全面发展人才，是互联网+教学的主要目的。互联网+教学理念具有划时代意义，互联网技术为教育教学改革提供了强大支持，促使传统教学模式向线上线下混合式教学模式转变，有利于实现教育资源共享、优化教学过程、提升教学质量，而这一理念需要通过

课题信息：本文系 2022 年度华北电力大学课程教育教学改革研究项目《基于“互联网+”背景下大学体育教学改革研究——以街舞项目为例》研究成果。

作者简介：宋琼，（1981.01—），女，汉族，湖北鄂州人，硕士研究生，副教授，研究方向：体育教育训练学。

教学课堂活动才能得以实现,线上线下结合的教学模式具有其独特的优势。

（二）大学体育教学现状与需求

根据相关资料和调查研究结果显示,当前大学体育课程主要存在以下几个问题:

首先是在教学内容上,主要存在教学内容陈旧、同质化严重、内容更新滞后、技能培养与兴趣培养失衡等问题。如不同院校、不同专业的体育课程内容差异不大、缺乏针对不同专业学生特点的个性化设计、理论与实践结合不够紧密等。部分传统项目占据过多课时、新兴体育项目引入不足、健康理念和科学锻炼方法的传授不够系统。在技能上,则存在着过于注重运动技能的标准考核、忽视学生运动兴趣和习惯的培养以及缺乏对学生终身体育意识的引导等问题。

其次,在授课方法上,则存在教学方法单一、现代化手段运用不足和趣味性和参与度不足等问题。如很多课程仍以教师示范、学生模仿为主,缺乏个性化指导,难以针对不同学生的体能基础和兴趣进行差异化教学。信息化教学工具也很难被运用到体育课堂上,对学生体能数据、运动表现的跟踪分析不够系统等。

最后则是教学效果难以有效评估等。大学体育课程的评估系统重结果轻过程,过于关注最终成绩,忽视学习过程,评价维度也较为单一,主要以技术达标为评价标准。因此很难促成有效评估,对学生进步和努力程度的认可不足。

基于以上大学体育课程存在的普遍问题,街舞作为新兴体育项目虽受到学生欢迎,但仍旧面临很多挑战和难题。尤其是传统教学模式很难充分调动学生自主学习能力、满足学生个性化发展需求。鉴于此,通过“互联网+”技术与街舞教学深度融合,能够丰富教学资源与手段,为学生提供多元化学习途径,激发学生学习兴趣,促进学生体育素养全面发展。

二、研究内容与方法

（一）研究内容

本研究围绕“互联网+”与大学体育街舞教学融合展开,具体包括:

1. “互联网+”背景下大学体育街舞教学现状与问题。

据不完全统计,当前大学体育街舞教学课程在“互联网+”的背景下,努力在教学模式上进行创新,如采用线上线下融合的授课模式,利用视频平台、直播课程等开展街舞教学。借助运动传感器、动作捕捉等技术记录学生学习情况,建立街舞教学资源库,实现优质教学资源的广泛传播和资源共享等。在教学内容上也相对丰富,如 Breaking、Hip-hop、Jazz 等多种街舞风格的教学,理论与实践结合,在课堂上融入街舞文化、历史背景等理论知识的,努力实现个性化教学,根据学生基础和兴趣定制学习计划等。

但与此同时,也存在亟需解决和面对的问题,如在技术应用层面,则存在设备投入不足,部分高校缺乏专业的街舞教学设备等问题,只有简单的视频播放,缺乏深度的技术应用。相关网络

基础设施无法满足教学需要等问题。

2. 构建线上线下结合的街舞教学模式,涵盖课前、课中、课后教学环节。

首先是建立线上预习与复习模式。授课教师在上课前可以通过线上平台发布相关教学视频、教学大纲和学习资料等,让学生提前预习即将学习的街舞内容,了解基本的动作和概念。在课后,学生也可以利用这些线上资源进行复习巩固,加深对所学知识和技能的理解和记忆。

其次强化线下的实践教学与交流。在线下课堂上,教师可以组织学生进行实践练习,让学生将线上所学的动作运用到实际的舞蹈表演中。同时,还可以安排小组讨论、交流分享等环节,让学生分享学习心得和体会,提高学习效果。

最后则重视线上拓展与延伸。除了课前预习和课后复习,教师还可以利用线上平台为学生提供拓展学习资源,如街舞比赛视频、街舞文化讲座、街舞音乐推荐等,拓宽学生的视野,激发学生的学习兴趣 and 热情,进一步提升学生的街舞素养。

3. 探索教学过程中课程思政元素融入路径,实现体育教学与思想政治教育有机融合。

首先,在街舞理论课上积极融入思政元素,如街舞经过“近40年的发展,已成为一种全世界流行的生活方式,甚至是精神象征,代表了自由表达、张扬个性、享受生活、勇于挑战的生活观。”^[2]其中蕴含的创新精神、拼搏精神等,有助于学生理解街舞文化与社会主义核心价值观的契合点。

其次,探寻街舞文化中的积极元素与中华优秀传统文化的融合,如 Hip-hop 文化的自由、个性, Popping 文化的爆发力,街舞中的团队合作精神与中华民族的集体主义精神相契合,街舞中的创新精神与中华民族的创新精神相呼应等。

最后,结合具体街舞教学内容,融入爱国主义教育、民族精神教育、社会主义核心价值观教育、文化自信教育等思政元素。

4. 评价体系改革对学生身体素质、心理状态、学习效果等方面的影响。

首先是对学生身体素质的影响。通过对评价体系的改革,可以增强学生体育锻炼的积极性,促进学生增强体质,提高身体机能和素质,改善身体形态等。如街舞考评中,更关注学生的身体协调性、灵活性和节奏感等。

其次,在心理上,评价体系改革,则更容易激发学习兴趣。通过街舞,学生的自信心得到极大增强。同时还能缓解学生的学习压力,更加注重学生的体验和感受,能够帮助学生保持良好的心理状态。“通过参加流行舞社团的锻炼,能够有效缓解负面心理状态,尤其是在抑郁、焦虑和偏执这三个因子上”。^[3]

最后,就学习效果来说,主要促进学生在理论知识掌握上,更注重平时积累、观察和体验,提高理论认识。在实践训练上除了个人技能的提升外,则注重团队协作、沟通能力、创新思维等,最终使学生的综合素质得到全面提升。

（二）研究方法

1. 文献资料法:查阅国内外关于“互联网+”教育、体育教学改革、街舞教学等方面的文献资料,为研究提供理论基础与实

践参考。

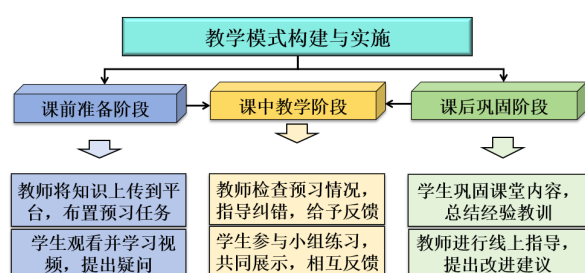
2. 问卷调查法：设计问卷对参与教学改革的学生进行调查，了解学生对教学模式的满意度、学习兴趣、自主学习能力等方面情况。

3. 数据分析法：运用统计软件对问卷调查数据及学生身体素质测试、学习成绩等数据进行分析，评估教学改革效果。

4. 实验研究法：选取两个班级分别作为实验组和对照组，实验组采用“互联网+线下教学”模式，对照组采用传统教学模式，对比分析两组学生在各方面的发展差异。

三、研究过程与成果

（一）教学模式构建与实施



1. 课前准备阶段

· 教师：将街舞课程相关教学视频、理论知识资料等上传至超星学习通平台，布置预习任务，明确学习目标与要求。

· 学生：通过学习通平台观看教学视频，进行理论知识学习与基础动作模仿练习，以小组或个人形式在微信群内交流讨论学习心得、分享练习视频，提出疑问。

2. 课中教学阶段

· 教师：通过抽查、提问等方式检测学生预习情况，对学生进行动作示范与指导纠错，组织小组互动学习，鼓励学生相互协作、交流经验，及时给予评价反馈，布置课后练习任务。

· 学生：积极参与小组学习，与同伴交流互动，共同完成动作练习与学习任务，以小组为单位进行动作展示，接受教师评价与同学反馈，明确课后练习方向。

3. 课后巩固阶段

· 学生：按照教师要求进行课后练习，巩固课堂所学动作，通过调整练习频率、时间、强度等形式提高动作规范性与表现力，将练习视频上传至微信群，参与讨论交流，总结经验教训。

· 教师：通过学生上传的练习视频了解学生学习情况，对学生存在的问题进行线上解答与指导，对小组和个人学习情况进行评价反馈，提出改进建议。

（二）思政元素融入

在街舞教学过程中，深入挖掘课程思政元素，如街舞文化中的团队协作精神、坚持不懈品质、积极向上态度等，将思政教育贯穿于教学全过程。在课前导入环节，通过讲述街舞发展历史中的励志故事激发学生学习兴趣与奋斗精神；在课中实践环节，强

调团队合作完成动作编排与展示，培养学生的集体荣誉感与责任感；在课后总结环节，引导学生反思学习过程中的收获与不足，树立正确价值观与人生观。

（三）舞动疗法的融入

在街舞教学中，舞动疗法被巧妙地融入各个环节，对学生的心理状态改善起到了积极作用。“健康街舞与时代同步，符合社会发展的需要，它多样化的表现形式，容易让人忘情地投入，能达‘以乐促情，以情带动，以动表心’的情感需求”^[4]。舞动疗法强调通过身体动作的表达和释放，帮助学生更好地认识和调节自己的情绪，缓解心理压力，增强心理素质。

（四）教学成果

1. 学生身体素质提升 通过对比实验组和对照组学生在体能测试项目（如耐力、力量、柔韧性等）上的成绩数据，发现实验组学生身体素质各项指标均有显著提高，表明“互联网+线下教学”模式能更好地激发学生运动兴趣，促使学生积极参与体育锻炼，有效提升学生身体素质。

2. 学生心理状态改善 问卷调查结果显示，实验组学生在学习街舞过程中自信心、心理韧性、团队协作能力等方面得分明显高于对照组学生。

· 自信心提升：线上线下结合的学习方式使学生对街舞动作的掌握更加熟练，从而更加自信地展示自己。在课堂展示和比赛中，学生能够获得更多的认可和鼓励，进一步增强了自信心。

· 心理韧性增强：舞动疗法中的情绪释放和身体放松技巧，帮助学生缓解了学习和生活中的压力。同时，在街舞学习过程中，学生需要不断挑战自我，克服困难，这种经历有助于培养学生坚韧不拔的心理品质。

· 团队协作能力提升：街舞教学中的小组合作学习和团队展示，要求学生之间密切协作、相互支持。在这个过程中，学生学会了如何与他人沟通、合作，共同完成任务，团队协作能力和集体荣誉感得到了显著提升。

线上线下的互动交流为学生提供了更多展示自我、相互鼓励的机会，有助于学生克服心理障碍，增强心理素质，培养积极乐观的心态。

3. 学生学习效果提高 在学习成绩方面，实验组学生对街舞理论知识掌握程度更深，动作技能水平更高，在期末考核中整体成绩优于对照组学生。同时，学生对街舞课程的满意度大幅提升，学习积极性与主动性显著增强，自主学习能力得到有效培养。

4. 课程建设与教师发展 通过本研究，初步构建了一套较为完善的“互联网+”背景下的大学体育街舞教学模式，丰富了课程资源，为体育部其他项目教学改革提供了有益借鉴。教师在教学实践中不断提升信息技术应用能力与课程设计能力，专业素养得到进一步发展。

四、结论与建议

（一）结论

本研究表明，“互联网+”与大学体育街舞教学的深度融合

能够取得显著成效。线上线下结合的教学模式为学生创造了更加丰富、灵活的学习环境，充分调动了学生学习积极性与主动性，有效促进了学生身体素质、心理素质和学习效果的全面提升，同时对课程建设和教师专业发展具有积极推动作用。

（二）建议

1. 持续优化教学资源 随着信息技术不断更新，应进一步完善教学视频、在线课程等教学资源建设，提高资源质量与多样性，满足学生日益增长的学习需求。

2. 加强教师培训 加大对体育教师“互联网+”教学能力培训力度，提升教师运用信息技术开展教学、设计课程、评价学生等方面的水平，打造高素质教学团队。

3. 完善教学评价体系 构建更加科学、全面的教学评价体系，注重过程性评价与终结性评价相结合，充分考虑学生线上学习参与度、学习进度、团队协作表现等多方面因素，全面客观评价学生学习效果。

4. 拓展教学应用范围 将“互联网+”体育教学模式逐步推广至大学体育其他项目课程中，不断探索创新教学方法与手段，推动大学体育教学整体改革与发展，为培养全面发展的人才奠定坚实基础。

综上所述，基于“互联网+”背景下的大学体育街舞教学改革具有重要的实践价值与推广意义，未来应不断总结经验、完善不足，持续推动体育教学创新发展。

参考文献

[1] 邓佑玲. 于港. 街舞理论在中国 [J]. 中国文艺评论, 2020, (9): 56-68.
[2] 金山. 街舞, 从美国到中国 [J]. 艺术评论, 2004, (11): 20-24.
[3] 沈小燕. 流行舞对女大学生身体素质和心理健康的影响 [D]. 苏州大学, 2017.
[4] 郑施晓. 把健康街舞引入学校体育教学的可行性研究 [J]. 福建教育学院学报, 2003, (03): 100-101.