

运动技能迁移理论在游泳跨年级教学中的应用研究

雷耿华, 侯少东

西安培华学院, 陕西 西安 710125

DOI:10.61369/ETI.2025110034

摘要 :《运动技能学习与控制》与大一《游泳》的跨年级联动, 是体育教育专业理论落地的重要路径, 也是提升学生教学实践能力的关键载体。运动技能迁移理论为该教学模式提供核心支撑, 能有效推动高年级理论向低年级游泳技能转化。文章结合教学实践, 提出构建阶梯式迁移支架、打造双向赋能场景、建立动态迁移评价三大策略, 助力衔接理论与实践、激活跨层效能、迭代教学路径, 提升跨年级教学质量与学生综合能力。

关键词 :运动技能迁移理论; 游泳跨年级教学; 教学应用

Research on The Application of Motor Skills Transfer Theory in Cross-Grade Swimming Teaching

Lei Genghua, Hou Shaodong

Xi 'an Peihua University, Xi 'an, Shaanxi 710125

Abstract : The cross-grade collaboration between "Motor Skills Learning and Control" and the freshman course "Swimming" is an important path for the implementation of theoretical knowledge in physical education and a key carrier for enhancing students' practical teaching abilities. The theory of motor skills transfer provides core support for this teaching model and can effectively promote the transformation of upper-grade theories into lower-grade swimming skills. Based on teaching practice, this article proposes three major strategies: constructing a stepped transfer framework, creating a two-way empowerment scenario, and establishing a dynamic transfer evaluation system. These strategies aim to facilitate the connection between theory and practice, activate cross-level efficiency, iterate teaching paths, and enhance the quality of cross-grade teaching and students' comprehensive abilities.

Keywords : theory of motor skills transfer; cross-grade teaching of swimming; teaching application

体育教育专业教学中, 《运动技能学习与控制》的理论抽象性与《游泳》课程的实践具象性常存在脱节, 制约学生理论应用与教学实践能力的协同发展; 运动技能迁移理论作为连接二者的科学纽带, 为跨年级教学提供了新思路。西安培华学院以校级教改项目(PHJG2515)为依托, 构建两课程联动模式。本文聚焦该模式, 探究运动技能迁移理论的应用策略, 旨在破解理论落地难题, 为体育教育专业教学改革提供实证参考。

一、运动技能迁移理论在游泳跨年级教学中的意义

(一) 构建阶梯式技能认知体系, 强化理论与实践的深度耦合

多年从事游泳教学工作发现: 体育教育专业中不同运动专项学生的游泳学习表现和游泳技能形成特点存在差异, 且运动专项能力要素在一定程度上影响着学生的游泳技能习得^[1]。运动技能迁移理论为游泳跨年级教学提供了系统化的认知框架, 打破了不同年级学生技能学习的孤立状态, 推动形成阶梯式递进的认知体

系。高年级学生已掌握的运动技能学习与控制理论, 通过迁移可转化为指导低年级游泳技能学习的方法论工具, 实现理论知识向实践指导能力的有效过渡。这种迁移并非简单的知识套用, 而是促使高年级学生主动解构理论内核, 结合游泳技能的习得规律重构认知逻辑, 在输出知识的过程中深化对理论适用性的理解。同时, 低年级学生在接受指导时, 能间接接触到高阶理论视角, 形成对游泳技能背后规律的初步认知, 为后续系统学习理论知识奠定基础。这种双向的认知迁移, 让理论学习与技能实践形成闭环, 既避免了高年级理论学习的抽象化困境, 也解决了低年级技

项目基金: 西安培华学院2025年度校级教育教学改革研究项目, 项目名称: 《运动技能学习与控制》和《游泳》课程跨年级项目合作式教学模式在体育教育专业教学中的创新与实践(项目编号 PHJG2515)。

作者简介: 雷耿华(1978—), 女, 广西南宁人, 硕士, 西安培华学院体育学院教师, 教授, 研究方向: 体育教学、运动健康促进。

能练习的盲目性问题，推动不同年级学生在认知层面实现互补共进，强化了理论与实践的深度耦合，提升了体育教育专业教学的整体连贯性与系统性。

（二）激活跨层互动学习生态，培育高阶教学实践能力

运动技能迁移理论为跨年级师生互动提供了核心纽带，激活了多层级、多维度的互动学习生态，成为培育学生高阶教学实践能力的关键载体。在传统教学模式中，不同年级学生缺乏有效的学习互动场景，技能学习多局限于同侪之间的平行交流，难以实现能力的跨层提升。而基于技能迁移理论的跨年级教学，要求高年级学生将自身习得的技能学习策略、动作纠正方法等，通过迁移应用于低年级游泳教学指导下，这一过程需要其精准把握技能迁移的条件与规律，灵活调整指导方式与节奏。这种迁移实践不仅锻炼了高年级学生的教学组织、沟通协调与问题解决能力，还促使其从“学习者”向“指导者”角色转变，形成对技能教学的系统性认知。对于低年级学生而言，在接受迁移而来的优质指导资源时，也会潜移默化地学习科学的技能学习方法，培养自主学习能力。这种以技能迁移为核心的互动模式，打破了年级壁垒，构建了互助共进的学习共同体，为学生未来从事体育教学工作积累了宝贵实践经验，实现了教学实践能力的跨层培育与提升。

（三）优化课程教学资源配置，推动教学模式的创新迭代

运动技能迁移理论为游泳跨年级教学资源的高效利用与优化配置提供了新路径，助力教学模式从传统单一式向创新联动式迭代升级。在体育教育专业教学中，课程资源分散、利用效率不足是常见问题，不同年级的课程内容与教学资源往往缺乏有效联动，造成资源浪费与教学重复。技能迁移理论的引入，使得高年级的理论知识资源、技能经验资源与低年级的实践训练资源形成有机衔接，通过迁移效应实现资源的互补与共享。高年级学生的理论储备与教学指导能力成为可迁移的优质教学资源，有效弥补了低年级教学中理论指导不足的短板；而低年级的游泳实践场景则为高年级的理论应用提供了真实载体，实现教学资源的高效流转与深度开发。这种基于迁移理论的资源整合方式，不仅降低了教学资源的投入成本，还推动教学模式从“单向传授”向“双向联动”转变，形成了跨年级协同教学的创新模式。同时，在资源迁移与整合的过程中，教学流程、评价体系等会不断优化调整，推动整个教学模式持续创新迭代，提升体育教育专业教学的质量与效率，为课程教学改革提供可持续发展的动力^[2]。

二、基于运动技能迁移理论下的游泳跨年级教学中应用策略

（一）构建阶梯式迁移支架，衔接理论与技能实践

教师在《运动技能学习与控制》课程与大一《游泳》课程的跨年级联动教学中，运动技能迁移理论的有效落地需依托系统性支撑体系。其中构建阶梯式迁移支架作为核心抓手，其本质在于搭建“理论拆解一分层转化一实践落地”的三级衔接框架，引导体育教育2023级学生将课程中的抽象理论知识，按认知与实践的递进逻辑梯度转化为游泳教学实操能力，最终实现跨年级技能迁移的有序化、高效化落地^[3]。

教师需要先搭建理论拆解子支架，引导2023级学生以运动技能迁移理论为核心，将课程中的动作控制原理、技能形成规律、反馈调节机制等抽象知识，拆解为“核心概念—适用场景—操作要点”的模块化内容；并通过绘制理论拆解图谱，明确不同理论知识点与游泳技能学习的对应关系，比如将技能迁移中的顺向迁移原理拆解为“已有运动基础—游泳技能关联—迁移应用路径”三个维度，为后续技能迁移提供清晰的理论支撑框架，避免理论应用的盲目性。接着教师需构建分层转化子支架，并结合大一与大三学生的知识技能差异，设计“理论—方法—动作”的分层转化路径。高年级学生先基于拆解后的理论模块，转化为针对游泳技能训练的具体方法，如将技能形成阶段理论转化为“认知阶段—联结阶段—自动化阶段”的分阶段训练方法；再进一步细化为可直接指导低年级学生的动作训练细则，形成“理论要点—教学方法—动作指令”的阶梯式转化链条。同时，为低年级学生搭建“动作实践—方法感知—理论认知”的反向迁移支架，通过接受高年级指导，逐步感知理论在技能学习中的应用逻辑，为后续理论学习埋下认知伏笔。最后教师可依托游泳教学场景，建立“理论应用—动作反馈—调整优化”的闭环实践机制。高年级学生在指导过程中，对照理论拆解图谱与分层转化路径，将理论迁移应用于游泳动作指导、错误纠正等实践环节；通过课堂观察、动作记录等方式收集低年级学生的技能反馈，结合迁移理论调整教学方法，形成“应用—反馈—优化”的动态循环；另外，教师还可借助“问题—理论对应表”工具，将低年级学生的游泳技能问题与迁移理论精准匹配，让理论对实践的指导更具针对性，推动阶梯式迁移支架的持续完善，实现理论与技能实践的深度融合。

（二）打造双向赋能场景，激活跨层迁移效能

跨年级教学的核心价值，传统的年级界限，让不同年级的学生在项目中相互学习、相互促进。而运动技能迁移理论的实践效能，教师需依托“高年级理论输出—低年级实践反馈”的双向赋能场景得以释放。这种场景并非简单的教学互动叠加，而是以技能迁移为纽带，让体育教育2023级学生的理论应用能力与大一学生的游泳技能提升形成相互促进的闭环，使跨层迁移从“单向输出”转向“双向增益”。

教师要做的首要任务是搭建“问题导向型”互动场景，依托《运动技能学习与控制》课程的逆向课堂模块，构建“低年级提问—高年级解题”的精准对接机制。大一学生结合游泳练习中的实际困惑，如蛙泳蹬夹动作发力不协调、换气与划水节奏紊乱等，以问题清单形式提交；2023级学生以小组为单位认领问题，结合运动技能迁移中的相似性原理、干扰抑制理论等，设计包含“理论依据—解决步骤—实践验证”的完整方案；并借助微课程制作任务，让高年级学生将解题思路转化为可视化教学内容，低年级学生通过观看微课程提出补充建议，形成“问题提出—理论解构—方案输出—反馈优化”的首轮互动闭环，使迁移理论在问题解决中完成初步应用。其次是构建“角色互换式”实践场景，强化赋能实效。结合游泳教学的陆上模拟与水中实操环节，设计

“高年级指导—低年级体验—双向互评”的场景模式。在陆上模拟训练中，2023级学生运用FMS评估理论指导大一学生进行核心稳定性训练，在期间承担起“学习者”角色，接受低年级学生对教学表达、示范动作的反馈；在水中实操环节，低年级学生作为“实践主体”展示技能提升效果，高年级学生则以“指导者”身份进行动作纠错，同步记录理论应用中的适配性问题。这种角色互换让高年级学生在反馈中优化教学方法，深化对迁移理论应用边界的认知；低年级学生在主动参与中强化技能感知，为理论向技能的迁移积累实践经验，实现教与学的双向成长^[4]。

教师最终可搭建“成果共创型”延伸场景，以对比实验模块为载体，构建跨年级成果共创机制。2023级学生将分段式反馈训练法等迁移理论应用成果，与大一学生的游泳技能提升数据结合，共同完成“理论应用效果分析报告”；借助课程的反思升级模块，双方共同梳理“理论应用—技能变化”的对应关系，如反馈频率调整对动作标准度的影响、迁移训练方案对成绩提升的贡献率等。同时，鼓励跨年级小组合作参与教学改革项目成果展示，让高年级的理论应用能力与低年级的实践体验相互支撑，使运动技能迁移的效能从个体能力提升延伸至教学成果共创，为跨年级教学模式的完善提供鲜活实践依据。

（三）建立动态迁移评价，迭代教学实施路径

在教学中，运动技能迁移理论在跨年级教学中的应用并非静态过程，其效果需通过贯穿教学全过程的动态评价得以精准捕捉，而评价结果又将反哺教学实施路径的优化迭代，形成“评价—反馈—调整”的良性循环；此类动态迁移评价既能突破传统教学评价“重结果轻过程”的局限，以《运动技能学习与控制》课程的实践模块为依托，聚焦理论向游泳技能迁移的全链条，为跨年级教学模式的持续完善提供数据支撑与方向指引^[5]。

教学中教师还需构建“双维度四层次”评价体系，以明确迁移评价核心指向。其中，双维度分别为“高年级理论迁移应用维度”与“低年级技能迁移成效维度”，四层次则按教学推进节奏分为“准备层—实践层—效果层—反思层”。在准备层，针对2023级学生的微课程制作任务，从“理论融入深度，技能迁移逻辑，教学方案可行性”三个指标进行评价，确保迁移准备的科学性；实践层依托陆上模拟与水中实操环节，采用“观察记录表+视频分析”方式，评价高年级学生理论应用的灵活性（如FMS评估工具的使用精准度）与低年级学生动作改进的即时性；效果层结合对比实验模块数据，以“25米成绩提升率，动作标准度评

分，理论应用匹配度”为核心指标，量化迁移理论的实践效果；反思层则围绕反思升级模块，评价师生对迁移过程的总结深度与教学调整建议的合理性，实现评价对迁移全流程的覆盖。

教师可搭建“即时反馈+阶段复盘”的评价实施机制；保障教学效果动态性落地。在教学即时反馈层面，依托课堂教学场景建立“评价—调整”快速通道：高年级学生指导过程中，教师通过现场巡视对其理论迁移应用情况进行即时点评，如指出“分段式反馈训练法应用中反馈时机把控不准”的问题并给出调整建议；低年级学生完成动作练习后，采用“高年级互评+教师点评”方式，即时反馈技能迁移效果，同步更新“问题—理论对应表”。在阶段复盘层面，结合各教学模块节点开展集中评价：理论移植模块结束后，教师通过小组汇报互评总结理论拆解与转化的不足；在逆向课堂模块完成后，聚焦“问题解决方案的理论适配性”进行专题复盘；对比实验模块收尾时，联合跨年级师生分析实验数据，明确迁移理论应用的优势与短板，确保评价贯穿教学始终并实时响应迁移过程中的问题。此外，教师还可建立“评价结果—教学优化”的转化机制，推动实施路径迭代。将动态评价中收集的核心数据进行分类梳理，形成“理论应用问题清单，技能迁移难点图谱，教学调整建议汇总”三大成果，并针对“高年级学生对迁移理论应用场景把握模糊”的问题，优化理论移植模块内容，增加“理论与场景匹配案例分析”学时；针对“低年级学生技能迁移中动作衔接不畅”的难点，在逆向课堂模块中强化陆上模拟与水中实操的衔接训练；结合对比实验中“分段式反馈训练法在技能自动化阶段效果提升显著”的结论，调整训练计划制定逻辑，在高年级课程中增加“迁移理论分阶段应用策略”教学内容；为跨年级教学模式的完善提供实证依据，推动教学实施路径从“经验驱动”向“数据驱动”迭代，提升运动技能迁移理论应用的精准性与实效性。

三、结语

本文探究运动技能迁移理论在游泳跨年级教学中的应用，经三大策略而有效衔接《运动技能学习与控制》理论与游泳实践，既提升了高年级学生的理论应用能力，又促进了低年级学生的技能进阶，研究成果为体育教育专业课程融合提供了实证支撑，彰显了迁移理论的教学实践价值与跨年级教学模式的可行性。

参考文献

- [1] 李会明,杨金.运动专项能力要素对游泳技能习得的影响[J].体育科学研究,2023,27(05):33-40.
- [2] 侯雨婷.游泳课堂教学学生技能提升策略[J].当代体育科技,2023,13(16):34-38.
- [3] 吕忠林,文小军.运动技能迁移在体育教育训练中应用思考[J].体育世界,2023,(03):53-55.
- [4] 周冰.合作学习法在游泳教学中的运用[J].中国体育教练员,2023,31(01):68-70.
- [5] 刘贝,夏馨雨,黄晓晓.现代科技在蛙泳技术教学中的应用研究[J].文体用品与科技,2022,(04):180-182.