

跨年级合作学习在游泳技能形成中的促进作用研究

雷耿华, 张战涛

西安培华学院, 陕西 西安 710125

DOI:10.61369/EDTR.2025100030

摘要 : 游泳教学中技能学习的重要性不仅体现在提升个体身体素质和生存技能上, 还在于促进心理健康和社会适应能力。跨年级合作学习不仅是学生提升游泳技能、深化运动理论认知的重要途径, 也是培育团队协作与自主学习能力的关键载体。将其应用于游泳技能教学, 能够打破年级壁垒, 实现理论与实践的精准对接, 助力学生系统掌握游泳技能形成规律。文章通过研究提出三大促进策略, 分别从构建阶梯式技能传导机制、打造理论实践互哺闭环、搭建社会化协作场景入手, 推动高低年级学生双向赋能, 优化技能习得过程, 为游泳技能教学模式创新提供实践参考。

关键词 : 跨年级合作学习; 游泳技能; 学习技能促进

Research on The Promoting Effect of Cross-grade Cooperative Learning in The Formation of Swimming Skills

Lei Genghua, Zhang Zhantao

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

Abstract : The significance of skill learning in swimming teaching is not only reflected in enhancing individual physical fitness and survival skills, but also in promoting mental health and social adaptability. Cross-grade cooperative learning is not only an important way for students to improve their swimming skills and deepen their understanding of sports theory, but also a key carrier for cultivating teamwork and autonomous learning abilities. Applying it to swimming skills teaching can break down grade barriers, achieve a precise connection between theory and practice, and help students systematically master the formation rules of swimming skills. The article proposes three major promotion strategies through research, starting from building a stepwise skill transmission mechanism, creating a closed loop of mutual support between theory and practice, and establishing a socialized collaboration scenario, to promote the two-way empowerment of students in different grades, optimize the skill acquisition process, and provide practical references for the innovation of swimming skill teaching models.

Keywords : cross-grade cooperative learning; swimming skills; learning skills promotion

游泳技能形成是理论认知与实践训练协同推进的过程, 跨年级合作学习以高低年级认知差异与能力互补为核心优势, 为游泳技能教学改革提供新路径。本文立足体育教育专业课程联动实践, 探究跨年级合作学习在游泳技能形成中的应用价值, 通过构建科学有效的促进策略, 优化技能习得过程, 为提升游泳教学实效、推动体育课程教学模式创新提供理论参考。

一、跨年级合作学习在游泳技能形成中的意义

(一) 构建技能习得双向赋能生态, 激励学生认知内驱力

青少年学习者在进入更具挑战性的技术学习阶段时, 需要更系统的评估和具体的反馈^[1]。跨年级合作学习打破了游泳技能学习中单一化的“教师-学生”单向传授模式, 构建起“高年级引导者-低年级实践者”的双向赋能生态, 为游泳技能形成注入持续的认知内驱力。高年级学生在转化运动技能控制理论、设计训

练方案的过程中, 需主动解构游泳技能的动作逻辑与形成规律, 实现理论知识向实践指导能力的深度转化, 这种“输出式学习”倒逼其对游泳技能的认知从“被动接受”转向“主动建构”。低年级学生则在与高年级同伴的互动中, 摆脱传统课堂的被动服从状态, 通过即时反馈、问题探讨获得更具针对性的指导, 增强技能学习的主体性与归属感, 让双方都成为技能学习的主动参与者, 而非被动接受者, 有效激活了内在学习动机, 使游泳技能学习从“任务式完成”转变为“自主式探索”, 为技能的长效形成提供了

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PHJC2515)

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;
张战涛(1979—), 男, 汉族, 陕西渭南人, 硕士学位, 西安培华学院体育学院教师, 副教授, 研究方向: 体育教育。

核心动力支撑。

（二）搭建理论与实践深度融合桥梁，提升技能习得系统性

跨年级合作学习为游泳技能形成搭建了理论与实践深度融合的专属桥梁，彻底改变了传统教学中理论与实践脱节的问题，显著提升了技能习得的系统性与科学性。游泳技能的形成并非单纯的动作模仿，而是涉及力学原理、动作控制、反馈调节等多方面理论的综合应用，而低年级学生在技能学习初期往往难以理解理论对实践的指导价值，高年级学生则可能存在理论应用能力不足的问题。跨年级合作通过角色分工与任务驱动，让高年级学生将运动技能学习与控制的理论知识转化为具体的训练方案、动作纠正策略，使抽象理论具象化为可操作的实践方法；低年级学生在执行方案、接受指导的过程中，能直观感知理论知识在技能提升中的实际作用，逐步建立“理论—实践”的关联认知。这种双向转化过程不仅让理论知识成为技能形成的科学支撑，也让实践操作成为理论验证的重要途径，使游泳技能学习摆脱了盲目模仿的局限，形成“理论指导实践、实践反哺理论”的闭环学习模式，帮助学生从本质上理解技能形成的规律，构建起系统、科学的技能知识体系。

（三）构建社会化技能学习场景，培育可持续技能发展能力

跨年级合作学习为游泳技能形成构建了高度仿真的社会化学习场景，突破了传统课堂封闭化的技能训练模式，着力培育学生可持续的技能发展能力。游泳技能的形成与运用始终离不开真实的社交与互动场景，而跨年级合作通过团队协作、沟通反馈、角色轮换等环节，让学生在技能学习过程中同步提升人际交往与问题解决能力。高年级学生在指导过程中需掌握有效的沟通技巧、冲突解决方法与团队管理能力，这些能力反过来能帮助其更精准地把握低年级学生的学习需求，优化指导策略；低年级学生在与高年级同伴的互动中，学会主动表达困惑、接受反馈、调整状态，逐步养成自主学习与合作学习的习惯。这种社会化的学习场景，让游泳技能学习不再局限于动作本身的掌握，更注重技能学习背后的元能力培育，如自我反思能力、人际协作能力、策略调整能力等。这些元能力的形成，能帮助学生在未来的技能学习中快速适应新环境、解决新问题，实现游泳技能的持续深化与拓展，真正达成“学会学习”的核心目标，为终身技能发展提供有力保障。

二、跨年级合作学习在游泳技能形成中的促进策略

（一）构建阶梯式技能传导机制，激活双向学习动能

在游泳技能形成的过程中，技能传导的精准性与有效性直接影响学习效率与成果转化，传统单一化的教学传导模式往往难以适配不同年级学生的认知差异与能力层次。构建阶梯式技能传导机制，核心在于打破年级壁垒与单向传授局限，以“认知阶梯匹配+角色动态轮换+反馈闭环优化”为核心逻辑，打造适配游泳技能形成规律的双向赋能传导体系，让技能学习从“被动接收”转向“主动共建”，切实激活高低年级学生的双向学习动能。

在教学中，教师以学生认知水平与技能基础为依据，搭建

“理论输出—实践落地—反思反哺”的三级传导阶梯。第一级为理论转化阶梯，依托大三学生已掌握的《运动技能学习与控制》理论知识，引导其将抽象的动作控制原理、技能形成规律转化为低年级学生可理解的游泳技能训练逻辑，通过微课开发、训练方案设计等任务，实现理论知识向实践指导工具的精准转化，该过程不仅深化了高年级学生对理论的理解与应用能力，更让低年级学生获得了贴合技能学习需求的理论支撑。第二级为实践传导阶梯，结合游泳技能形成的阶段性特点，将技能学习划分为基础动作规范、难点突破提升、综合应用优化等递进阶段，高年级学生根据低年级学生的实时学习反馈，动态调整指导策略与训练强度，通过现场纠错、视频分析、陆上模拟等多元化方式，实现技能要点的精准传递，同时低年级学生以实践体验为基础，主动反馈技能学习中的困惑与问题，为高年级学生的指导优化提供实践依据。第三级为反思反哺阶梯，通过定期开展技能传导复盘会，低年级学生分享技能掌握过程中的体验与改进方向，高年级学生梳理指导过程中理论应用的适配性与不足，双方基于彼此反馈完成认知迭代，形成“理论指导实践—实践检验理论—反思优化传导”的闭环，让技能传导始终贴合游泳技能形成的动态规律。在角色设定上，教师可允许低年级学生在技能掌握达到一定水平后，参与基础动作示范、同伴辅助指导等任务，高年级学生则可通过低年级学生的创新视角，反思自身理论应用的局限性，实现角色的灵活转换与能力的互补提升。在任务设计上，针对不同传导阶梯与角色定位，设计差异化任务清单：高年级学生聚焦“理论具象化、指导精准化”，如开发分阶段技能训练微课、制定个性化纠错方案；低年级学生侧重“实践规范化、反馈具体化”，如完成阶段性技能训练任务、提交精准化问题反馈报告。通过阶梯式传导与动态化运营的有机结合，让高低年级学生在技能传导过程中实现认知共生与能力互促，既确保游泳技能以科学、系统的方式高效传递，又让双方在传导互动中深化对技能形成规律的理解，最终激活双向学习的内在动能，为游泳技能的长效形成奠定坚实基础。

（二）打造理论实践互哺闭环，强化技能习得逻辑

游泳技能的科学形成并非理论与实践的简单叠加，而是二者相互渗透、动态适配的过程。传统教学中“理论先行、实践滞后”或“重实践轻理论”的割裂模式，往往导致学生难以建立技能与理论的内在关联，制约技能习得的深度与系统性。打造理论实践互哺闭环，核心在于打破理论与实践的单向输出壁垒，以跨年级合作的任务驱动为纽带，构建“理论具象化—实践验证—反思迭代—理论优化”的动态循环体系，让抽象的运动控制理论成为技能精准形成的“导航仪”，让鲜活的游泳实践成为理论深化的“试金石”，进而强化学生技能习得的内在逻辑，实现从“会游”到“懂游”的进阶。该闭环体系以模块化教学为载体，通过“问题牵引—行动落地—数据反馈—认知升级”四个关键环节实现高效运转。第一环节为问题牵引式理论转化，依托逆向课堂模式，以大一学生在游泳实践中真实存在的技术难点（如动作协调性不足、发力效率低下等）为锚点，引导大三学生从《运动技能学习与控制》理论中提炼适配的解决方案，将动作控制原理、反

馈调节机制等抽象理论转化为可操作的训练方法、纠错策略，形成“问题—理论—方案”的精准对应，让理论学习始终围绕实践需求展开，避免理论脱离实际的空泛化。第二环节为实践验证式行动落地，实验组学生采用大三学生设计的“分段式反馈训练法”开展技能训练，通过水下摄像机拍摄、动作标准度评分等方式，实时记录技能提升轨迹，直观呈现理论方案在实践中的应用效果；同时，大一学生在训练中同步反馈方案的适配性问题，为理论应用的优化提供第一手实践数据，实现理论指导实践的精准落地^[2]。

第三环节为数据驱动式反思迭代，借助对比实验收集的25米成绩进步幅度、动作标准度等量化数据，结合学生自评互评、阶段性测试等质性反馈，开展三维总结会。如大三学生基于控制论原理分析理论方案与实践效果的契合度，梳理方案中存在的偏差与改进方向；大一学生结合技能提升体验，阐述对理论应用价值的认知，双方在数据与体验的双重支撑下，完成对理论应用与实践执行的双向反思。第四环节为认知升级式理论优化，大三学生根据反思结果修正训练方案与理论解读方式，形成更贴合游泳技能形成规律的理论应用范式；大一学生则在实践体验与理论认知的碰撞中，逐步建立“动作表象—理论支撑—技能优化”的思维逻辑，实现技能习得从“经验模仿”到“科学认知”的转变。为保障互哺闭环的持续高效运行，需构建两大支撑体系：一是资源整合支撑，依托教学资源共享平台，整合微课视频、动作分析案例、理论应用手册等资源，为理论转化与实践反思提供素材保障；二是评价导向支撑，将理论应用的精准度、实践反馈的有效性、反思迭代的深度纳入多元化评价体系，引导高低年级学生主动参与闭环运转^[3]。

（三）搭建社会化协作场景，培育技能持续发展能力

游泳技能的长效发展，不仅依赖于动作规范与理论储备，更需要适配真实社交场景的协作能力与自主学习素养。传统游泳教学中封闭化的技能训练模式，往往局限于“教师指导一个体练习”的单一场景，难以兼顾学生技能学习与社会能力培育的双重需求，制约了技能的持续深化与灵活迁移。搭建社会化协作场景，核心在于突破课堂训练的物理边界与互动局限，以跨年级项目合作为载体，构建“角色赋能—任务联动—素养迁移”的沉浸式协作生态，让游泳技能学习成为社会化能力培育的重要载体，最终实现技能提升与可持续发展能力培育的双向赋能^[4]。

该教学场景构建以“真实协作需求”为导向，教师可通过“分层角色设定—联动任务设计—动态互动保障”三大维度，打造贴合游泳技能形成规律的社会化学习环境。第一维度为分层角

色赋能，突破“固定指导者”与“固定学习者”的单一分工模式，结合高低年级学生的能力优势与发展需求，设置“技能指导官，实践反馈员，方案优化师，数据分析师”等多元化角色。大三学生可担任“技能指导官”与“方案优化师”，负责训练计划制定、技术动作指导及教学策略调整，在角色履行中培育领导协调与理论应用能力；大一学生可作为“实践反馈员”与“数据分析师”，承担训练数据记录、技术问题反馈及实验结果整理等任务，在实践中提升观察分析与精准表达能力。

第二维度为联动任务设计，以游泳技能形成的全流程为线索，设计“理论共建—实践共练—成果共研”的系列化联动任务，让协作贯穿技能学习的每个环节。在理论共建环节，通过“微课联合开发，问题—理论对应表共创”等任务，引导高低年级学生围绕游泳技术难点开展协同探究，大三学生输出理论框架，大一学生补充实践问题，实现理论与实践的精准对接；在实践共练环节，依托“分段式反馈训练，陆上模拟协作训练”等任务，让高年级学生分组指导低年级学生开展技能训练，低年级学生以小组为单位完成训练任务并反馈问题，通过小组协作、同伴互助深化技能掌握；在成果共研环节，结合三维总结会，组织高低年级学生联合开展技能提升复盘，共同分析实验数据、梳理技术改进路径、总结教学指导经验，在成果共创中深化对技能形成规律的认知^[5]。

第三维度为动态互动保障，通过搭建专属协作平台、建立沟通反馈机制及完善激励评价体系，确保社会化协作的高效有序开展。依托线上协作平台，实现教学资源共享、任务进度同步与问题实时交流，打破跨年级协作的时空限制；建立“定期沟通会+即时反馈通道”，鼓励学生主动表达协作中的困惑与建议，将协作表现、任务贡献度、团队配合效果等纳入多元化评价体系，通过过程性评价引导学生重视协作质量，激发主动协作的内在动力。

三、结语

综上，跨年级合作学习为游泳技能教学提供了创新路径，通过阶梯式技能传导、理论实践互哺闭环及社会化协作场景搭建，有效破解传统教学中理论与实践脱节、技能传导低效等问题，实现了高低年级学生双向赋能与技能习得质量提升，为体育教育专业游泳课程教学改革及同类技能课程教学优化提供了可借鉴的实践范式与经验参考。

参考文献

- [1] 董吉虎, 邓力川, 胡丽敏. 游泳教学中年龄差异对技能学习的影响 [J]. 新体育, 2024(22).
- [2] 姜博. 关于游泳教学的内容方法及其模式的研究 [J]. 体育世界, 2024(10).
- [3] 徐露元. 大学生游泳教学的技巧与训练方法分析 [J]. 体育风尚, 2024(11).
- [4] 赵玉婷. 提升高校游泳教学质量的策略与方法 [J]. 拳击与格斗, 2024(16).
- [5] 葛映君. 青少年游泳初学者自由泳技能形成的最佳途径与方法 [J]. 新体育, 2024(8).