

AI 赋能助力高职体育教学改革路径探索与创新

郝士凤

昆山登云科技职业学院, 江苏 昆山 215300

DOI: 10.61369/ETR.2025430038

摘要 : 在人工智能技术飞速发展的教育变革浪潮中, 高职体育教学面临传统模式固化、资源适配不足等现实挑战, 推进 AI 与体育教学的深度融合成为提升教学质量的关键。本文结合 AI 背景, 分析了高职体育教学改革的意义和教学现状后, 提出了具体改革路径, 旨在为高职体育教学顺应技术趋势、满足学生差异化需求及职业发展目标提供实践参考, 助力高职体育教育实现智能化、高质量发展转型。

关键词 : AI; 高职体育; 改革路径

AI Empowerment Facilitates the Exploration and Innovation of Teaching Reform Paths in Higher Vocational Physical Education

Hao Shifeng

Kunshan Dengyun College of Science and Technology, Kunshan, Jiangsu 215300

Abstract : In the wave of educational reform driven by the rapid development of artificial intelligence technology, higher vocational physical education is facing practical challenges such as the solidification of traditional models and insufficient resource adaptation. Promoting the in-depth integration of AI and physical education has become the key to improving teaching quality. In the context of AI, this paper analyzes the significance and current situation of higher vocational physical education reform, and then puts forward specific reform paths. It aims to provide practical references for higher vocational physical education to adapt to technological trends, meet students' differentiated needs and career development goals, and help higher vocational physical education realize the transformation towards intelligent and high-quality development.

Keywords : AI; higher vocational physical education; reform paths

引言

随着信息技术的更新和发展, AI 技术和教育的结合越来越紧密, 更是渗透到了教育的不同环节, 这对于转变教学理念和教学模式, 有着重要意义。高职院校是高素质人才成长的前沿阵地, 学生体育教学不但可以增强学生体质, 而且与高职“职业导向、实践为本”特色相符。本文以 AI 为背景, 对高职体育教学改革展开探索, 就此寻求一条有效的改革路径。

一、AI 背景下高职体育教学改革的意义

1. 提升教学精准性与个性化, 满足学生差异化需求

传统高职体育教学中, 一般都采取“一刀切”的教学模式, 不能照顾到不同学生的体育特长、运动基础以及兴趣爱好, 导致教育效果不理想。而 AI 技术的应用为解决这一问题提供了新的方法和途径。人工智能与运动辅助设备、运动监控装置可以及时采集到学生的运动数据, 比如学生的心率、运动路径、爆发力等, 并对这些数据进行解析, 教师据此了解每位学生具体的运动情况以及存在的不足, 进而为其设计更为贴切的教学方案。

2. 推动教学模式创新与资源整合, 提升教学整体质量

高职体育教学借助 AI 技术, 打破了传统的课堂教学时间和空间限制, 形成多元化的智慧化教学模式。采用 AI 教育平台可以为

学生随时随地提供大量的体育教育相关的教学资源, 如线上视频课程、体育运动教学示范视频、特长项目培训素材等等, 实现学生的自学和碎片化学习。AI 技术能够整理、优化教学教育资源, 把多种教学课程、不同类型的素材进行有效的归类以及相关性总结, 构建起完整的教学资源库, 教师也可以根据教学目的和学生的需求高效地提取以及整合相关的资源, 丰富教学资源内容的深度和广度。

二、AI 背景下高职体育教学存在问题

1. 教学模式固化与 AI 技术融合度不足

现阶段, AI 技术发展迅速, 但是高等职业院校的体育教学仍然较为固化, 没有很好的融合 AI 技术。传统的高职院校体育课以

教师为重心，教学方式主要为“讲授—展示—实施”，学生处于被动学习状态，缺乏个性化的学习引导以及交互式学习体验。一些高职业院校虽然引入了AI体育设备，例如智能心率手环、动作捕捉摄像头等，却未能充分挖掘设备核心功能的作用，更偏向于数据采集而非与教学过程深度结合。例如，智能设备采集到学生的运动数据没有利用AI算法进行分析反馈，并不能为教师改进教学方案提供精准的数据资料，也不能为不同的个体提供个性化的训练项目。这就造成了“重硬件投资，轻软件运用”的局面，无法将AI技术很好地嵌入到教学当中，教学改革步伐滞涩，难以满足高职学生的差异性、个性化体育学习需求。

2. AI 体育教学资源开发与应用滞后

AI背景下，高职体育教学资源的开发和应用还存在显著的滞后性，不能满足现代化体育教学的开展。一方面，在AI环境下，适宜体育教学课程发展的资源稀缺，这些资源更偏向于普通高校或竞技体育领域，对高职教育学习群体的特质性以及教学工作内容的融入度低。高职体育教学课程教学应该关注于“职业性”与“实用性”，教学课程安排要面向学生的职业需求进行设置，比如针对物流课程培养学生进行身体素质的训练，针对护理专业的学生要塑造一定的外形等等，目前缺乏恰当的AI授课资源开展教学。另一方面，现有的AI体育教学课程资源在运用时存在碎片化问题，没有形成课程教学系统的资源体系。不同高等院校间AI体育教学课程资源开放机制不完善，资源重复建设与资源浪费现象并存，一些拥有优质AI教学课程资源的院校由于没有有效的资源宣传共享机制，不能有效发挥资源影响力。此外。

3. 体育教师AI素养与教学能力有待提升

高等职业院校体育教师是高等职业院校体育教育教学实施者，其自身AI素养和教学能力对AI技术应用于体育教学工作最终的教学效果具有重要的影响。但是许多高等职业院校体育教师对此方面存在很大的不足。首先，许多教师缺乏对AI技术的正确认识，没有主动学习意愿，或是不具备运用AI技术的能力，他们认为体育教育是培养人才的，主要依靠自身的特长和经验，而非AI技术的运用和发挥价值，滋生抵触情绪。教师的人工智能教学创新能力缺乏，在教学过程中只将人工智能器材作为工具辅助手段，未将人工智能技术与体育教学有机契合，未将人工智能技术应用于教学方法的改革或教学环节的改进，以致人工智能技术在体育教学中只是停留在表面层次，无法实现教学效果的实质性进步。

三、AI背景下高职体育教学改革路径

1. 构建AI赋能的个性化体育教学模式

针对传统教学固化、不能把人工智能融入其中这一弊端，高职业院校体育课应以学生为主体构建AI技术下个性化教学模式。首先，应推动教学流程的智能化重构，实现AI技术贯穿于教学过程的所有环节。课前，借助AI学习情况分析系统收集学生的身体状况、运动喜好、健康水平等相关数据并依据数据用算法生成个性化学习目标及预习方案，使学生掌握学习内容侧重点；课堂中，

通过动作捕捉技术、智能传感器等设备实时收集学生的运动姿态、生理指数，AI系统同步采集数据并及时给出学生动作是否规范、运动强度是否适当的反馈给授课老师，实现授课老师的精准指导，同时为学生给出及时的动作纠错建议和强度调节建议，实现“一人一案”的互动教学；课后，AI平台依据课堂学习相关数据生成个性化学习巩固任务和练习计划、建议针对性的学习视频和练习资源，还可以根据数据建立智能社区供学生交流，依据数据教师线上答疑及跟踪学习进度，完成教学环节。其次，“职业教育化”的学习情境设计。结合各行各业的职业技能需要改革教学内容，在教学内容中引入人工智能VR技术创建工作场景下的体能训练内容。例如，在物流管理专业学生的学习内容中增加虚拟仓储物料转运任务下的VR体能锻炼内容，并配备AI动作辅导及消耗能量分析；在护理学专业学生学习内容中增加模拟突发急救现场下的动作与反应速度练习模块，借助人工智能对学生行为规范遵守率、处理应答效果进行分析，使得体育教学更加符合职业发展需求。

2. 打造系统化的AI体育教学资源体系

针对AI体育教育教学资源建设较慢的现状，我们应该从资源的建设、资源分享和资源迭代的三个维度来构建一个完整的资源体系。在资源的建设上，应该根据高等职业教育“职业性”“有效性”等特点，与人工智能科技公司、体育科研机构、高等职业学校协作创建资源制作团队，制定出高等职业教育所需的AI教学资源，尤其是包括不同的项目类别、不同项目专业所需的身体素质项目等体育教育教学的智能化资源开发，如职业体能培训AI视频课程集、运动损伤预防AI微型课、身体健康体质AI分析软件等，包括适应手机、平板电脑使用的多种屏幕，将学生的AI资源应用在手机、平板电脑等各种平台，实现随时随地的学习使用。资源分享的构建可以搭建基于区域甚至是全国范围的高等职业学校的AI体育教育教学资源网，在制定一定的标准和门槛后，聚集各高等职业学校优质的AI教学资源，在全网上实现资源飞跃式共建共享。能提供资源的查询、下载、评价，激励老师建立原始资源、参与资源更新工作，形成“共用、共建、共赢”的资源生态网。另一方面，我们要建立一个资源动态更新的机制，建立一支专业的资源管理者团队，运用AI技术最新发展、体育科学前沿进展以及高等职业教育课程改革的实际需要定期更新平台上资源，确保其先进性、可行性。此外，高职院校可以根据用户给予的反馈信息来测算他们对需求的变动情况，然后快速调整资源开发策略，让资源组织结构与时俱进地满足教育教学实际需要的变动。

3. 提升体育教师的AI素养与教学创新能力

教师是教学改革的核心力量，提高体育教师人工智能素养和教学创新能力是促进人工智能与体育教育教学深度融合的重要途径。具体来说，可从以下几点入手：第一，建立分层人工智能素养培训体系，将教师的知识、阅历、科技基础知识等作为培训基础依据，设计不同的培训课程类别：初级培训以人工智能基础概念与普通人工智能工具使用方式为主，比如如何使用人工智能传感器或熟悉人工智能学习平台的基本应用功能等等。中级培训以人工智能技术与教学应用相融合为主，比如人工智能数据分析

方法或因人而异的学案教学设计等。高级培训以人工智能教学校创新为主，比如利用虚拟现实 / 增强现实技术进行运动教学的设计、基于人工智能的教学校创新设计等等。培训应注重理论知识和实践操作相结合，以多样化的培训方式开展，如“线上 + 线下”“培训 + 学校研修”“案例教学 + 模拟演练”等等，同时还应邀请人工智能技术专家和优秀在岗教师参与授课，提升培训效果和实践性；第二，建立教师人工智能技术应用奖励机制，激励教师主动地把人工智能技术应用于教学工作当中。为了促进 AI 教育的改革，学校可以专设项目专项资助学校教师的研究项目，并通过定期的 AI 教学竞赛、良好的 AI 教学案例评选活动等给教师营造一种交流学习和分享经验的机会。此外，把教师 AI 教学应用能力的考核当作教师的绩效考核内容之一，以此激励教师的 AI 素质提升的积极性；第三，加大与 AI 技术的公司或者研究所之间的联络，鼓励教师加入 AI 教育研讨会或者参加 AI 技术培训课程，让教师了解目前在教育领域中 AI 技术的实际应用情况，从而开拓他们的教育思维；第四，鼓励教师同 AI 技术专家合作开发教学素材和教学研究，促使他们在如何将 AI 技术转为教学应用上有更进一步的能力和技巧，这样可以培养出既有体育教学知识又有 AI 技术的多元化教师队伍。

人工智能技术为高职体育教学改革注入了全新活力，也为破解传统教学困境、实现高质量发展提供了重要机遇。从提升教学精准性与个性化，到推动教学模式与资源体系创新，AI 技术在高职体育教育领域的应用价值已初步显现，但改革进程中仍面临技术融合不深、资源适配不足、教师能力滞后等现实挑战。

四、结语

综上所述，AI 技术的应用无疑给高职体育提供了强劲动力，同时也使传统教学突破固有困境，提高教学质量有了更多契机。从提升教学精准性与个性化，到推动教学模式与资源体系创新，AI 技术在高职体育教育领域的应用价值已初步显现，但改革进程中仍面临技术融合不深、资源适配不足、教师能力滞后等现实挑战。相信通过广大教育工作者的努力，AI 技术和高职教育的融合将会更加深入和有效。

参考文献

- [1] 张丽 . 职业教育数字化转型中高职体育的实践探索与展望——以甘肃交通职业技术学院为例 [J]. 科学咨询 ,2024,(06):102–105.
- [2] 吴经纬 , 仇益彩 . 供给侧改革背景下高职体育教学供需错位与优化研究 [J]. 湖南邮电职业技术学院学报 ,2024,23(01):84–87.
- [3] 潘金星 , 李艳萍 . 数字赋能高职体育课堂教学有效性提升的对策研究 [J]. 当代体育科技 ,2024,14(08):53–56.
- [4] 丁冠铭 . “互联网 +” 背景下高职体育教学模式的发展路径研究 [J]. 当代体育科技 ,2024,14(08):37–40.
- [5] 李娜 . “以赛促教、以赛促学” 教学模式在高职体育教学中的应用与创新 [J]. 现代职业教育 ,2024,(08):134–137.
- [6] 李明 . 基于职业能力导向的高职体育教学策略研究 [J]. 江西电力职业技术学院学报 ,2024,37(01):75–77.
- [7] 孙铭远 . “互联网 +” 背景下传统体育文化在高职体育教学中的实际应用研究 [J]. 中国新通信 ,2024,26(02):242–244.
- [8] 杨冬梅 . 网络时代优化高职院校体育线上教育资源的关键点及策略 [J]. 佳木斯职业学院学报 ,2023,39(12):67–69.
- [9] 李伟 . 立德树人视域下高职体育思政课程开发与实践 [J]. 当代体育科技 ,2023,13(35):144–147.
- [10] 杨欢 . “互联网 +” 背景下高职体育专业线上线下混合式教学模式的应用策略 [J]. 中国新通信 ,2023,25(23):239–241.