

摘 要

啦啦操作为一项集运动、音乐及舞蹈元素于一体的综合性体育表演活动，在高等职业技术学院中极受欢迎，成为体育选修课中的热门选择。随着新时代职业教育改革的不断深入，传统啦啦操教学模式已不能满足学生日益增长的学习需求，突显了根据学生具体情况选择合适教学模式和方法以促进学生全面发展并提升教学效率的重要性。在此背景下，以学生为中心的成果导向教育（OBE）理念提供了对传统教学模式改革的新思路。本研究通过教学实验验证了 OBE 教学理念在高职院校啦啦操选修课教学中应用的有效性，不仅显著提升了学生的身体素质和啦啦操技能水平，还有效提高了学生的学习兴趣、自主学习能力以及沟通合作能力，为高职院校体育课程改革提供了有益的实践指导和理论支持。

为验证 OBE 理念在高职院校啦啦操选修课教学中的应用效果，本研究采用文献资料法、专家访谈法、问卷调查法、实验法和数理统计法，以安徽职业技术学院 60 名啦啦操选修课学生为实验对象，开展为期 16 周的教学实验。实验组实行 OBE 理念教学模式，对照组则维持传统教学模式。

研究结果：

（1）在身体素质方面，与坚持传统教学模式的对照组相比，实施 OBE 教学理念的实验组学生身体素质显著提升（ $P < 0.01$ ）。

（2）在学习兴趣方面，传统教学模式下的对照组学生相比，OBE 理念教学模式下实验组学生对啦啦操的学习兴趣显著提升（ $P < 0.01$ ）。

（3）在自主学习能力方面，传统教学模式下的对照组学生的自主学习能力提升不明显，而在 OBE 理念教学模式下实验组学生的自主学习能力得到显著提升（ $P < 0.01$ ）。

（4）在沟通合作能力方面，传统教学模式下的对照组学生的沟通合作能力提升不明显，而采用 OBE 理念教学模式的实验组学生在沟通合作方面有明显进步（ $P < 0.01$ ）。

（5）在啦啦操成套动作技能水平方面，相较于使用传统教学模式的对照组，实验组学生的啦啦操成套动作考核成绩在 OBE 教学模式的训练下有了显著提高（ $P < 0.01$ ）。

研究结论：

（1）在身体素质方面，实验后对照组测试总分为 64.72，实验组测试总分为 81.50，表明 OBE 理念教学模式能够有效提升学生身体素质。

（2）在学习兴趣方面，实验后对照组得分为 13.18，实验组得分为 17.35，表明 OBE 理念教学模式能够有效提升学生学习兴趣。

（3）在自主学习能力方面，实验后对照组得分为 13.41，实验组得分为 21.73，

表明 OBE 理念教学模式能够有效提升学生自主学习能力。

(4)在沟通合作能力方面,实验后对照组得分为 12.66,实验组得分为 19.52,表明 OBE 理念教学模式能够有效提升学生沟通合作能力。

(5)在啦啦操成套动作技能水平方面,实验后对照组测试总分为 72.65,实验组测试总分为 81.66,表明 OBE 理念教学模式能够有效提升学生啦啦操成套动作技能水平。

关键词: OBE 教学理念; 高职院校; 啦啦操; 选修课; 实验研究

Abstract

Cheer operation is a comprehensive sports performance activity integrating movement, music and dance elements, which is very popular in higher vocational and technical colleges, and has become a popular choice in sports elective courses. With the deepening of vocational education reform in the new era, the traditional teaching mode of cheerleading can no longer meet the increasing learning needs of students, which highlights the importance of selecting appropriate teaching mode and method according to the specific situation of students to promote the all-round development of students and improve the teaching efficiency. In this context, the student-centered results-oriented education (OBE) concept provides a new way to reform the traditional teaching mode. This study verified the effectiveness of OBE teaching concept in cheerleading optional course teaching in higher vocational colleges through teaching experiments, which not only significantly improved students' physical fitness and cheerleading skill level, but also effectively improved students' learning interest, independent learning ability and communication and cooperation ability, providing beneficial practical guidance and theoretical support for physical education curriculum reform in higher vocational colleges.

In order to verify the application effect of OBE concept in the teaching of cheerleading elective courses in higher vocational colleges, this study adopted the method of literature, expert interview, questionnaire survey, experiment and mathematical statistics, and carried out a 16-week teaching experiment with 60 cheerleading elective students in Anhui Vocational and Technical College. The experimental group practiced the OBE teaching mode, while the control group maintained the traditional teaching mode.

The research results:

(1) In terms of physical fitness, compared with the control group adhering to the traditional teaching mode, the physical fitness of students in the experimental group implementing the OBE teaching concept was significantly improved ($P < 0.01$).

(2) In terms of learning interest, compared with the students in the control group under the traditional teaching mode, the students in the experimental group under the OBE concept teaching mode showed significantly higher learning interest in cheerleading ($P < 0.01$).

(3) In terms of autonomous learning ability, students in the control group under the traditional teaching mode did not significantly improve their autonomous learning

ability, while those in the experimental group under the OBE teaching mode significantly improved their autonomous learning ability ($P < 0.01$).

(4) In terms of communication and cooperation ability, students in the control group under the traditional teaching mode had no obvious improvement in communication and cooperation ability, while students in the experimental group with the OBE teaching mode had significant improvement in communication and cooperation ability ($P < 0.01$).

(5) Compared with the control group using the traditional teaching mode, the test scores of the students in the experimental group were significantly improved under the training of OBE teaching mode ($P < 0.01$).

Research conclusion:

(1) In terms of physical fitness, after the experiment, the total score of the control group was 64.72, and that of the experimental group was 81.50, indicating that the OBE concept teaching mode can effectively improve students' physical fitness.

(2) In terms of learning interest, after the experiment, the score of the control group was 13.18, and that of the experimental group was 17.35, indicating that the OBE concept teaching mode can effectively improve students' learning interest.

(3) In terms of autonomous learning ability, after the experiment, the score of the control group was 13.41, and that of the experimental group was 21.73, indicating that the OBE concept teaching mode can effectively improve students' autonomous learning ability.

(4) In terms of communication and cooperation ability, after the experiment, the score of the control group was 12.66, and that of the experimental group was 19.52, indicating that the OBE concept teaching mode can effectively improve students' communication and cooperation ability.

(5) The total score of the control group was 72.65, while that of the experimental group was 81.66, indicating that OBE teaching mode can effectively improve the level of the complete set of motor skills of the cheerleading students.

Key Words: OBE teaching concept; Higher vocational colleges; Cheerleading; Electives; Experimental research

目录

1 前言.....	1
1.1 选题依据.....	1
1.2 研究目的.....	2
1.3 研究意义.....	2
2 文献综述.....	4
2.1 相关概念界定.....	4
2.2 国内研究现状.....	4
2.3 国外研究现状.....	9
3 研究对象与方法.....	13
3.1 研究对象.....	13
3.2 研究方法.....	13
3.2.1 文献资料法.....	13
3.2.2 专家访谈法.....	13
3.2.3 问卷调查法.....	13
3.2.4 实验法.....	15
3.2.5 数理统计法.....	16
4 实验设计.....	17
4.1 实验目的.....	17
4.2 实验假设.....	17
4.3 实验对象.....	17
4.4 实验时间与地点.....	17
4.5 实验内容.....	18
4.5.1 教学内容设计依据.....	18
4.5.2 实验组和对照组教学模式对比.....	20
4.6 实验步骤与实施过程.....	23
4.6.1 实验步骤.....	23
4.6.2 实验实施过程.....	23
4.7 教学进度计划安排.....	25
4.8 实验测试指标.....	29
4.8.1 认知能力测试.....	29
4.8.2 身体素质测试.....	30
4.8.3 学习兴趣测试.....	31
4.8.4 自主学习能力测试.....	31

4.8.5 沟通合作能力测试.....	31
4.8.6 啦啦操成套动作技能测试.....	32
4.9 实验控制.....	32
5 结果与分析.....	33
5.1 学生身体素质的实验结果分析.....	33
5.1.1 实验前学生身体素质对比分析.....	33
5.1.2 实验后学生身体素质对比分析.....	34
5.1.3 实验前后学生身体素质对比分析.....	35
5.2 学生学习兴趣的实验结果分析.....	36
5.2.1 实验前学生学习兴趣对比分析.....	36
5.2.2 实验后学生学习兴趣对比分析.....	36
5.2.3 实验前后学生学习兴趣对比分析.....	37
5.3 学生自主学习能力的实验结果分析.....	37
5.3.1 实验前学生自主学习能力对比分析.....	37
5.3.2 实验后学生自主学习能力对比分析.....	38
5.3.3 实验前后学生自主学习能力对比分析.....	39
5.4 学生沟通合作能力的实验结果分析.....	39
5.4.1 实验前学生沟通合作能力对比分析.....	39
5.4.2 实验后学生沟通合作能力对比分析.....	40
5.4.3 实验前后学生沟通合作能力对比分析.....	41
5.5 学生成套动作考核结果的实验结果分析.....	42
6 结论与建议.....	44
6.1 结论.....	44
6.2 建议.....	44
致谢.....	46
参考文献.....	47
附录.....	50

1 前言

1.1 选题依据

随着中国社会经济的不断发展和教育体制的深入改革,高等职业教育作为培养实用型、技能型人才的重要途径,受到了广泛的重视和推动^[1]。《国家职业教育改革实施方案》提出构建并完善教育教学相关标准,指出要提升职业院校教学管理水平和教学实践能力,要求职业院校依据标准自主订制人才培养方案等。随着《国家职业教育改革实施方案》的印发,为实现高质量发展,启动实施中国特色高水平高等职业学校和专业建设计划(双高计划),建设计划中包括打造技术技能人才培养高地及打造高水平专业群。

随着教育改革的深入,中央提出了一系列的方针政策,以促进高等职业教育的发展^[2]。其中包括鼓励高等职业院校与行业企业合作,加强实践教学环节,提高职学生的就业竞争力和实际技能^[3]。《国家职业教育改革实施方案》为高等职业院校提供了更大的发展空间和机遇,使其能够更好地满足学生的职业需求,并培养出适应社会发展需求的高素质人才。

当前教育界普遍认为,成果导向教育(Outcome-Based Education, OBE)是一种以结果为导向的教育理念,强调学生在学习过程中所达到的具体目标和技能。OBE 的核心思想在于将教育目标与学生的实际表现相结合,使教育变得更加关注学生的综合素养和实际应用能力。与传统教育模式不同,OBE 强调定义明确的学习成果,并通过评估学生在这些成果上的表现来衡量教育的成功。

在众多选修课程中,啦啦操作为一种集体舞蹈和体育活动,备受学生们的喜爱和关注。这门选修课程旨在培养学生的团队协作能力、身体协调性和表演能力,同时提升学生的自信心和集体荣誉感。通过参与啦啦操选修课程,学生不仅能够享受到运动的乐趣,还能够锻炼自己的身体素质和综合能力,为未来的职业发展打下坚实的基础。

健康中国 2030 战略提出了“全民健身”和“全员参与体育锻炼”的目标,要求各个层面的体育教育更好地服务社会公众的健康需求。啦啦操选修课作为一门既注重运动锻炼又强调团队协作与创意表达的体育选修课,具有潜在的推动全民健康的作用。通过将 OBE 理念应用于啦啦操课程,不仅有助于学生培养艺术技能,更能促进他们在各个方面的全面发展。OBE 注重学生的具体学习成果,因此在啦啦操课程中,可以设定清晰的学习目标,如技术水平的提升、团队协作能力

[1]胡微,石伟平.从高适应到高质量:新时代职业教育改革的定位、挑战与路径[J].教育发展研究,2022,42(09):30-37.

[2]蒋向利.深化现代职业教育改革促进产教融合协同创新——中办国办印发《关于深化现代职业教育体系建设改革的意见》[J].中国科技产业,2023,(01):52-53.

[3]李鹏,石伟平.中国职业教育类型化改革的政策理想与行动路径——《国家职业教育改革实施方案》的内容分析与实施展望[J].高校教育管理,2020,14(01):106-114.

的培养以及创意表达能力的发展。

1.2 研究目的

OBE 是成果导向式教学模式，本文为将 OBE 理念应用于高职院校啦啦操选修课，通过教学实验的方式，探究 OBE 理念下啦啦操选修课教学模式和传统啦啦操选修课教学模式对学生自身能力、学生身体素质以及啦啦操成套动作水平等测试时指标的影响，分析应用 OBE 理念后高职院校学生各项测试成绩所产生的变化。进而为高职院校啦啦操课程的教学改革提供实证支持，促进学生在身体、心理和技能等方面的全面发展，也为 OBE 理念应用于其它高职院校体育学科提供有益的经验 and 启示。

1.3 研究意义

如今，高等职业院校作为培养实用型、技能型人才的重要平台，一直以来备受国家重视和大力发展。随着中国经济的快速发展和教育体制的不断完善，高等职业院校的规模和数量也在不断扩大^[4]。国务院办公厅印发《关于推动现代职业教育高质量发展的意见》，《意见》指出要完善职业教育评价方法，健全教育质量保证体系^[5]。当前，将 OBE 理念应用于高职院校啦啦操课程既有助于 OBE 理念在理论研究层面的深入，又能够为实际教育实践提供有益的指导，对培养更具实践能力和综合素养的高职学生起着重要作用。

（1）理论意义

首先，这一举措将推动教育体系更加注重学生的实际学习成果和能力培养，标志着对传统教育模式的一项重要突破，为高职院校体育课程教育改革提供了理论支持。其次，OBE 教学理念中强调了注重学生个体差异，要求教师进行个性化的指导和支持，在啦啦操课程中将有助于教师更好地理解学生的学习需求，有针对性地设计教学计划，从而推动每个学生的全面发展。最后，OBE 教学理念强调要具有明确的学习成果和成果评价标准，将助力在啦啦操课程中建立更加科学、客观和全面的评价体系，通过合适的评价工具准确地评估学生在专业技能、个人能力等方面的表现。

（2）实践意义

首先，OBE 教学理念的应用将有效提升学生的综合素养，不仅培养其在啦啦操领域的技能，还注重培养自主学习能力、协作和沟通技能等综合素养，为学生未来职业发展奠定坚实基础。其次，对于高职院校的学生而言，通常直接迈入职场就业，OBE 教学理念的实施将使高职学生更好地适应社会职业需求，提高其在

[4] 林俊. 《十四五》时期我国高等职业教育深化改革的导向、任务与路径[J]. 教育与职业, 2022, (04): 5-12.

[5] 新华社. 关于推动现代职业教育高质量发展的意见[EB/OL]. https://www.gov.cn/zhengce/2021-10/12/content_5642120.htm.

就业市场上的竞争力。通过在啦啦操课程中培养学生具备实际工作经验和个人技能，增强学生的个人能力，使其更容易融入职场，并具有对工作岗位的高度适应能力。最后，引入 OBE 理念将激发教师对课程设计和教学方法的创新意识，使其更关注学生的实际学习效果，不仅可提高啦啦操选修课程的教学质量，还可丰富高职学生的学习体验，提高学生学习兴趣以及积极性。

2 文献综述

2.1 相关概念界定

2.1.1 OBE 理念

OBE 是一种以结果为导向的教育理念^[6]，其核心思想在于将教育重点从仅仅传授知识与技能转变为强调学生实际学习成果与能力培养。该理念注重学生在学习过程中所达到的具体目标和技能，将教学设计、教学方法以及教学评价紧密结合，确保学生在学期结束时真正掌握所期望的知识和技能。

在 OBE 理念中，学习的最终目标是完成预先设定的学习成果。为保证学生在完成学业时具备一定的能力、知识和技能，成果的定义通常由教育机构、学科专业委员会或社会共同制定。OBE 理念的课堂中学生不再被动地接受知识，而是积极参与实现学习成果的过程。同时 OBE 理念中也强调个体差异，倡导个性化的学习方法，以满足不同学生的需求。在教学过程中，教师的角色由传统知识传授者转变为引导者和支持者，教师专注于学生的个人发展，并通过不断调整教学方法与内容，来保证学生学习成果可按预期产出。

2.1.2 啦啦操

啦啦操是一种富有活力和创意的体育表演形式，源自于西方文化，因其独特的舞蹈动作和欢快的音乐常常成为各类体育比赛、校园活动以及大型赛事的亮点。啦啦操融合了舞蹈、动感音乐和团队协作等方面元素，是一种充满热情、富有创意的群体表演。在啦啦操的表演中，队员通常穿着统一的服装，舞蹈编排高度协调，表演过程展示优美的舞蹈动作和默契的团队合作。这种表演形式既注重舞蹈的技巧和美感，又强调团队协作和整体效果，使得啦啦操成为一种极具观赏性和娱乐性的活动。因此，啦啦操定义为一种融合运动、音乐和舞蹈的组合性体育表演^[7]。

2.2 国内研究现状

2.2.1 国内 OBE 相关研究现状

2.2.1.1 OBE 理念应用于高职院校的相关研究

OBE 理念是《悉尼协议》的核心概念，以 OBE 理念为核心的教育教学改革研究将呈上升趋势。自 2019 年起，我国开展了为打造具有中国特色的优质高等职业教育机构和专业群的计划，目标是集中资源培育约 50 所顶尖高职院校和大约 150 个优秀专业群，将 OBE 教学模式应用于高职院校的课程教学迫在眉睫。

[6] Spady W G. Outcome-Based Education: Critical Issues and Answers[M]. Arlington, VA : American Association of School Administrators, 1994.

[7] 王洪. 啦啦操教程[M]. 北京:人民体育出版社, 2013.

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/137136035152010001>