

摘 要

在当今信息化时代背景下，各国都在大力发展以信息技术为主要支撑的教育教学方式体系，而依托于此种环境，微课之类的教学方法成为了行业新星，对于教育方面的发展起到了极大的推动作用。放眼于我国的基础教育领域，新兴的科学技术教学手段必然会给传统的教学方式带来全方位的冲击，势必会引起相当程度的教育变革。

微课作为一个现今十分热门的教学方式，早已被教育界认可并大力推广，在基础教育领域已经被运用于如语数外这类的“主课”课程中，而在音体美尤其是体育课这种所谓的“副课”中鲜能看到微课的身影。与其他课程不同的是，在人们传统的观念中，体育课更多的是进行以身体练习为主，并辅以理论知识讲解的室外活动课，很少能和多媒体技术以及微课技术相联系。其实，作为新型的教学手段，微课不仅可以在课堂中实时对学生进行理论指导，同时可以在课后完成对知识的补充、复习和预习，尤其在后疫情时代，学生居家上网课的现象更凸显了体育课对于微课使用的巨大需求。因此，推动微课在中学体育课中的发展，发现其中出现的困境并找出对策成为了一项新的挑战。

本文采用了问卷调查法、数理统计法、访谈法和文献资料法等研究方法，对信息时代背景下微课在中学体育课中的现状进行研究，找出其发展困境并提出相应的对策。出现的问题如下：

学生层面：相当一部分的学生对于体育微课的了解程度不够，并且存在没有接触过微课的情况，甚至出现了学生抵触微课现象，只是单纯喜欢户外活动而不愿意上微课；被调查学校开设体育微课较少，同时也有未开设微课的情况，对于微课的宣传力度不够；教师不够深入了解学生真实想法且体育教师制作的微课尚不能满足学生的需求。

教师层面：体育教师需要提高对微课的了解和认识；体育教师制作微课的能力还需要提高；体育教师在设计和制作微课时面临的困难较多；社会上缺乏对教师微课制作的相关培训。

本文在经过相关调查以及查阅文献资料后对于上述问题做出如下建议：

1. 加大对于体育微课的重视和普及程度，学校加大对体育微课的宣传力度，尽量做到每个学校都能开展体育微课教学；

2. 从学生角度出发，教师深入了解学生在微课中的需求；

3. 学校以及教育主管部门加大对多媒体等现代教学设备的资金投入，保障微课开展的顺利进行；

4. 加强对体育教师制作微课的培训力度，定期举办微课教学比赛，提高体育教师的微课教学能力；

5. 体育教师结合自身特点和学生实际需求不断提高自己的微课设计制作水平。

本文在深入研究后认为，在信息时代背景下，先进的现代化多媒体教学手段应当会迎来蓬勃的发展，只是受限于各种主观和客观因素的暂时阻碍而制约了微课的良好发展。因此我们更应该提高重视，抓住来之不易的发展机遇，通过理论联系实际，统筹科学规划，在可预见的未来探索体育微课的发展之路。

关键词：微课；体育教学；现代教学方式

ABSTRACT

Under the background of the information age, all countries are vigorously developing the education and teaching method system mainly supported by information technology. Relying on this environment, teaching methods such as microlecture have become a new star in the industry, playing a great role in promoting the development of education. Looking at the field of basic education in our country, the new teaching means of science and technology will inevitably bring an all-round impact on the traditional teaching methods, and will certainly cause a considerable degree of educational reform.

As a very popular teaching method nowadays, microlecture has long been recognized and promoted by the education circle. In the field of basic education, it has been applied to the main courses such as Mathematics, while microlecture is rarely seen in the so-called secondary course such as sound, physical beauty, especially PHYSICAL education. Different from other courses, in people's traditional concept, PE class is more outdoor activity class with physical exercises as the main part, supplemented by theoretical knowledge explanation, and rarely associated with multimedia technology and microlecture technology. In fact, as a new teaching method, microlecture can not only provide real-time theoretical guidance to students in class, but also complete knowledge supplement, review and preview after class. Especially in the post-epidemic era, the phenomenon of students taking online classes at home highlights the huge demand for the use of microlecture in PHYSICAL education. Therefore, it has become a new challenge to promote the development of microlecture in middle school PHYSICAL education, find out the dilemma and find out the countermeasures.

This paper adopts research methods such as questionnaire survey, mathematical statistics, interview and literature data to study the status quo of microlecture in middle school PHYSICAL education under the background of information age, find out its development dilemma and put forward corresponding countermeasures. The development problems are as follows:

At the level of students: quite a number of students do not know enough about sports micro-lessons and have not had contact with microlecture. Some students even resist microlecture. They just like outdoor activities and do not want to take microlecture. The investigated schools offer few sports microlecture, and some schools do not offer microlecture, so the propaganda of microlecture is not enough. Teachers do not have a deep understanding of the real ideas of students, and the microlecture made by PE teachers cannot

meet the needs of students.

At the teacher level, PE teachers need to improve their understanding and awareness of microlecture; The ability of PE teachers to make microlecture needs to be improved; Physical education teachers are faced with many difficulties in designing and making microlecture hours. In society, there is a lack of relevant training for teachers in making microlecture.

After relevant investigation and literature review, this paper makes the following suggestions for the above problems:

1. Increase the importance and popularity of sports microlecture, and increase the publicity of sports microlecture, so that every school can carry out sports microlecture teaching as much as possible;

2. From the perspective of students, teachers have an in-depth understanding of students' needs in microlecture;

3. Schools and education authorities should increase investment in multimedia and other modern teaching equipment to ensure the smooth development of microlecture;

4. Strengthen the training of PE teachers in making microlecture, hold microlecture teaching competitions regularly, and improve the teaching ability of PE teachers in microlecture;

5. Physical education teachers combine their own characteristics and the actual needs of students to constantly improve their micro lesson design and production level.

After in-depth research, this paper believes that in the information age, advanced modern multimedia teaching methods should usher in vigorous development, but limited by a variety of subjective and objective factors temporarily hinder the good development of micro courses. Therefore, we should pay more attention to it, seize the hard-won development opportunities, and explore the development path of sports microlecture in the foreseeable future through integrating theory with practice and overall scientific planning.

Key Words: Microlecture; Physical education; Modeteaching metho

目 录

中文摘要	I
Abstract	III
第 1 章 引言	1
1.1 选题依据与选题意义	1
1.1.1 选题依据	1
1.1.2 选题意义	2
1.2 相关概念界定	3
1.2.1 信息时代	3
1.2.2 微课	3
1.2.3 体育教学	3
1.2.4 多媒体	4
第 2 章 文献综述	5
2.1 国外研究综述	5
2.2 国内研究综述	6
第 3 章 研究设计	13
3.1 研究目标	12
3.2 研究内容	12
3.3 研究对象	13
3.4 研究方法	15
3.5 研究难点	18
3.6 研究重点	18
3.7 创新点	18
第 4 章 研究结果与分析	19
4.1 中学微课开设情况	19
4.2 中学生对于体育微课了解程度的调查与分析	19

4.3 中学生对于体育微课类型和内容的选择	20
4.4 中学生是否能接受微课视频中讲解教师出镜	21
4.5 中学生对于体育教师微课的要求	22
4.6 中学生是否愿意让微课“走进”传统课堂	23
4.7 中学生对于未开展体育微课的观点	23
4.8 未开展体育微课的学生对于体育微课的需求	24
4.9 未开展体育微课的学生网上学习情况	26
4.10 中学体育教师是否对微课进行宣传	26
4.11 中学体育教师是否使用过微课进行教学	27
4.12 中学体育教师使用微课的时长	28
4.13 中学体育教师每学期使用微课的频率	28
4.14 中学体育教师使用微课的情况分析	29
4.15 中学体育教师对于微课的了解情况分析	31
4.16 中学体育教师是否接受过微课制作相关培训和参加微课比赛情况	32
4.17 中学体育教师微课制作技术基本情况	33
4.18 中学体育教师所使用的微课来源情况	35
4.19 中学体育教师设计制作微课的目的	35
4.20 中学体育教师实际制作微课的情况了解	36
4.21 中学体育教师在制作微课中出现的问题	37
4.22 中学体育教师没有制作和使用微课的原因	39
4.23 中学体育教师对于参加微课培训的意愿情况	39
4.24 中学体育教师对微课的展现形式	40
4.25 中学体育教师使用微课后学生的反馈	40
第5章 中学体育微课开展现状困境分析	42
5.1 关于中学生层面开展体育微课现状困境分析	42
5.1.1 学生对于体育微课了解程度不足	42
5.1.2 学校对于体育微课的开设和宣传力度不够	42
5.1.3 教师所制作的微课尚未完全满足学生的需求	43
5.2 关于教师层面开展体育微课现状困境分析	44

5.2.1 体育教师对于微课了解还需提高	44
5.2.2 体育教师的微课制作技术需要加强	45
5.2.3 体育教师设计和制作微课面临的困难较多	46
5.2.4 面对体育教师微课制作的培训较少	47
第6章 结论与建议	49
6.1 结论	49
6.2 建议	51
6.2.1 学校加大体育微课的宣传力度	51
6.2.2 教师深入了解学生自身的需求	53
6.2.3 学校加大对微课设施和场地的资金投入	55
6.2.4 学校和社会多组织微课制作培训和微课比赛	56
6.2.5 体育教师完善自身微课制作水平	57
参考文献	60
附录	63
致谢	70

第 1 章 引言

1.1 选题意义与选题依据

1.1.1 选题依据

新中国成立以后随着改革开放的到来我国的经济文化得到了快速发展，国民教育发展迅速，教育事业越来越受到重视。2020 年，我国的教育经费总投入为 46135 亿元，比上年增长了 8.39%。其中，国家财政性教育经费为 36990 亿元，比上年增长了 8.13%。与此同时国家在教育政策方面也加重倾斜比例，在教育部最新发布的《面向 21 世纪教育振新行动计划》中，明确指出 21 世纪的竞争是人才的竞争，只有不断加强推动教育事业的科学化、规范化与现代化的脚步，才能不断推动我国各领域的良好发展。在《中国教育改革与发展纲要》中指出：随着我国与国际市场的交流不断加深，国际竞争日趋激烈，尤其是科技和人才的竞争，究其源头就是教育的竞争。对于快速发展的中国而言，科技是第一生产力，而科技的创造往往依靠对人才的教育，教育问题和教育的成果将直接影响我国在竞争激烈的国际舞台上的科技竞争力。因此必须大力且持续提升我国整体教育水平与观念，积极转变教育模式，创造紧跟时代潮流的教育模式与方法，全方位提升我国教育整体水平和能力。那么要做到这一点就必须从我国教育的实际情况出发，紧跟时代潮流，加强创新，进一步发展素质教育，加大对基础教育的建设，从而培养学生的创造性。^[1]

首先，中学体育课程对体育教师的要求较高，^[2]因为中学生基本掌握了一定的锻炼能力，都会有自己喜爱的体育项目及领域，学生们普遍具备了一定的体育知识，因此不难发现中学体育教师的职责不再是局限于教会学生运动知识，而是更需要使学生熟练地掌握某些运动技能。由于很多体育项目技术动作复杂，难度高，学生学习较为困难，因此在教学中借助多媒体技术很有必要。多媒体技术能够发挥其集文字、图片、声音、视频、动画于一体的优势，给学生提供一个全新的学习方式，学生能够更加直观地感受体育教学的魅力，因此这就可以充分地提高学生对体育课和对体育项目的兴趣，进而更加积极的参与到体育活动中。与传统教学相比，微课能够承担更多更广泛

的体育教学内容，但从一些普通高中体育教师利用微课和制作体育微课的情况来看，结果并不理想，还存在很多问题。

其次，我国学校的教育模式正在发生巨大的改变，正在从传统的教育模式向新时代的现代化教育方式转变。^[3]利用多媒体教学方法，不仅能够提高教师对体育专业动作讲解的效率，因为学生乐于接受全新的上课方式，同时可以提高学生对体育课的兴趣，更能够冲击传统的教育模式，从而达到逐渐转变教学方式的目的。然而现实依旧存在诸多问题，一是教育主管部门和学校的资金短缺。教育资金短缺使得相当一部分的学校无法购置可以满足多媒体课堂的设备；二是教师和学生的媒介意识不强，大部分的学生和教师还没有充分认识到多媒体教学的便利和优势；三是体育教师在对制作和使用多媒体教学手段方面的能力不强，这使得出现有条件而不会用的现象出现。

因此，本文在调查了中学关于微课应用于体育教学的现状后，就一系列问题进行分析，希望能够有效促进中学微课在体育课堂中的应用，以至于促进其他学科更好的使用多媒体教学手段。

1.1.2 选题意义

(1) 理论意义

随着我国科技与经济的不断发展，因此教育技术也在不断革新，网络信息教育技术发展迅猛，尤其以多媒体技术为代表的教学模式逐渐进入人们的视野。^[4]现代网络信息教育技术势必会对传统的教育模式造成巨大的冲击，甚至可能取代传统教育模式^[5]。多媒体教学方式已经在其他学科发展许久，有了较为成熟的教学方式和方法，所以我们要不断借鉴其他学科在理论方面成熟的方式方法来逐渐突破体育多媒体课堂的瓶颈，还要在现有的教学方法方式上寻求突破与创新。既然要发展多媒体体育课堂，发展体育微课，创新教学方式，冲击传统教学方式，适应这种改变带来的影响，我们必须面临一些问题：技术发展不可逆，在体育教学中，现代网络技术必然会取代传统的教学模式，这是新时代信息发展的必然要求，所以传统的教学方式必然会受到冲击，因此学校、教师、学生必须要适应这些带来的改变。无论教学模式怎样发展，教学的主体不会改变，始终以人为本。^[6]因此教学活动中教师、学生这对主客体不会发生变化。那么，教师如何上好多媒体体育课堂，学生如何更好的从课堂中学习并吸收其中教授的知识就显得尤为重要。除此之外，坚决落实《基础教育课程改革刚要(试行)》、普及现代信息技术、深入探索与研究现代信息技术与传统教学的结合，是符合《基础教育

课程改革刚要(试行)》中与国际接轨,提高竞争力,满足培养具有创新精神和实践能力的新型人才的需求。^[7]

(2) 现实意义

多媒体技术始终还是教师的教学工具、教学手段。^[8]尽管微课有其不可替代的优势,但依然会存在由于教师的实际使用方法或教学理念不当产生了各种各样的问题。综合考虑,如果微课等现代教学手段不能在其该有的优势上发挥作用,甚至变成了教学累赘,出现诸如教师不会做,教师不会教,学生不想学,学生学不会的问题,那么多媒体等技术所形成的新型教学方式则是失败的。^[9]综上所述,应全国教学改革的需要,以更好提高体育教学质量为目的,促进体育教师提高教学技术、更新教学思维、增强教学资源的科学性,更大范围的实现教育资源的共享,合理适度的推行多媒体辅助教学,发展体育微课,让学生爱上体育课,爱上体育活动,适应多媒体课堂带来的变化,最终形成终身体育的思想,做这样的研究就具有非常重要的实践意义。^[10]

1.2 相关概念界定

1.2.1 信息时代

信息时代一般来说是随着计算机和电脑的发明和普及,信息对于人类社会的影响变得越来越重要,直至变成了一种绝对重要的地位。^[11]信息量、信息的传播速度、信息的处理方式以及应用信息的程度都以几何程度的速度增长。信息技术的发展使得人们对于知识和技术的掌握与应用提高到了一个更高的层次,由于互联网的不断普及,人们的学习速度也在不断地加快,这要求我们要迎接并适应信息化时代的到来。^[12]

1.2.2 微课

微课属于课程资源,也是一种与新兴教学模式结合的课程,微课里面包含了短而精的视频,同时也包含了教学目标、教学内容、教学过程、教学评价等一系列的教学组织形式。所以,微课既是教学资源也是教学课程,可以当作教师教学的手段。^[13]

1.2.3 体育教学

体育教学是按照一定的课程计划和课程标准执行的有目的的和有组织的教育过程。体育教学是将教师的教和学生的学有机结合起来让师生共同参与。体育教学是教学的

下位概念可将体育教学分为课内和课外，课内的是指列入教学大纲的加入课程表的体育课，和体育活动，课外的又分为课外体育活动、广播体操、校运会等等。^[14]

1.2.4 多媒体

多媒体技术就是通过计算机对语言文字、数据、音频、视频等各种信息进行存储和管理，使用户能够通过多种感官跟计算机进行实时信息交流的技术。多媒体技术所展示、承载的内容实际上都是计算机技术的产物。

我们所谓的媒体就是指承载和传输某种信息或物质的载体。可分为五大类：感觉媒体、表示媒体、表现媒体、存储媒体和传输媒体。在计算机领域里，媒体主要是传输和存储信息的载体，传输的信息包括语言文字、数据、视频、音频等等；存储的载体包括硬盘、软盘、磁带、磁盘、光盘等等。多媒体是把各种媒体的功能进行科学地整合，联手为用户提供多种形式的信息展现，得到的信息更加直观生动。

多媒体技术则是利用计算机把文字材料、影像资料、音频及视频等媒体信息数位化，并将其整合到交互式界面上，使计算机具有了交互展示不同媒体形态的能力。^[15]

第 2 章 文献综述

2.1 国外研究综述

信息技术的发展，使得科学技术有了爆炸式增长，在教育领域，微课等现代多媒体教学技术开始慢慢走进人们的视野。针对此现象，国内外相关专家学者就多媒体在教育事业的应用展开研究。早在 20 世纪初期，欧美等发达国家就将电子技术类的科研成果应用于教育领域，自此打开了利用信息手段进行教育的先河，也使得教育媒体技术得到突飞猛进的发展。1958 年美国 IBM 公司设计出第一个计算机教学系统，标志着计算机开始应用于教育领域。上世纪九十年代，互联网问世并开始普及千家万户，自然少不了涉及教育领域，现代多媒体发展也开始朝着教育信息化的方向发展。美国政府也十分重视对学校进行信息化改造和建设的投入，仅 1998 年就在此项目中投入了 220 亿美元，同时对高校的例如电话及网络通信费用进行大幅的减免。^[16]直到 21 世纪初期时，全美已有 80% 的教室可以使用互联网。日本的信息化技术在教育领域中的应用一直处于亚洲前列。九十年代初期，日本提出为全日学校配备多媒体设备的 9 年计划，尤其值得注意的是，他们同时注重培训在校教师对多媒体技术的使用。此后，日本又提出“百校联网工程”。进入 21 世纪后，日本已在全部的初高中和特殊教育学校实行网络化教学。微课最早起源于美国，开始出现于 1960 年，由阿依华大学附属学校的教育研究学者所提出，当时被称为 Mini Course (微型课程)，又称单元课程、短期小课程，其课程形式被限制在某单个学科范围之内，时长大约在半个小时到一个小时之间。2006 年，KHAN Acad-emy (可汗学院) 的出现，可谓是微课发展的一个新的里程碑。^[16]由美国人 Salman Khan 所创办的可汗学院，整合了大量的优质教学微视频，创立了大型的在线图书馆，通过网络视频的方式进行免费授课，为广大学习者提供了优质的学习资源。美国教育设计师戴维·彭罗斯正式提出“微课”这一观点，并将微课进行了网上实践应用。^[17]他所开发的“一分钟微视频”有内容广泛、灵活性强、传播速度快的特点，非常适合人们利用碎片化的时间进行学习。

Yonghong Wang (2021) 提出伴随着现代多媒体信息教学手段的不断发展，微课本身也对教育者的制作和设计水平提出了更高的要求，为了学生可以更好地从微课获取

知识，使得获得更好的教学效果，教师必须要在微课的理论基础上不断完善自身的微课制作水平。^[18]

Vahid Sterlin (2019) 认为，传统课堂中的传统教学方式容易造成学生学习效率低下，课堂枯燥乏味，而微课作为新的教学方式，可以有效避免这一现象，通过多种多样的微课教学形式，可以激发学生的学习激情，提高基础课程的教学质量和学习效率，使学生更好地掌握科学文化知识。^[19]

因此，对于我国体育课程的开展中运用多媒体教学的研究，参照研究国外多媒体教育的发展理论具有十分重要的意义。国外学者在文章中反复强调，教学过程中，理应克服师生对多媒体技术的依赖，需要保证教师在课堂上的主导者角色，所以应当关注多媒体课堂对教师和学生的负面影响。本世纪初 Ruslan Suvorov 和 Volker Hegelheimer 在文章《The Companion to Language Assessment》中提到，技术时代的到来，影响了人类生活的方方面面。^[20]其中，他谈到，语言学习者和教师认为，技术扩充了教学材料和资源，同时，技术也使语言评价受到影响，且逐渐影响到计算机辅助语言测试。

学者 Goldman 和 Wax man 在《Handbook of psychology》一书中提出，信息时代的到来正影响着传者与授者，以及教与学的行为，信息技术对于教育而言，是一种信息资源、课程领域、交流介质、透视工具、展台等等^[21]。

2.2 国内研究综述

不同于国外多媒体教学发展史，我国运用多媒体技术参与教学的起步略晚。最初于上世纪六十年代开始涉及，当时多媒体技术并未参与进教学实践过程中去，仅以极少数量的理论与多媒体技术的初步认知了解研究形式进入中国研究相关领域；随着改革开放的潮流，多媒体技术已于八十年代初应用于教学方式中，并以简单的幻灯投影，录像等方式辅助展现课堂内容，这种单一媒体综合运用的教学手段又被称为电化教学，随着多媒体技术进入大众视野，相关研究书籍也随之出现，最早对此进行研究并出版书籍的为《计算机应用》，而关于多媒体技术在教学领域的实践应用也开始进入探讨阶段，自进入上世纪末，电化教学的单一媒体综合教学被多媒体计算机所取代，关于多媒体技术应用于教学上的研究也因大环境的信息基础化的铺设变得更加深入与科学，多媒体在这样的高参与度氛围烘托下，在实际操作中与教学学科分类并行，

因此也出现以学科类别与多媒体技术如何相辅相成参与实际教学的运用研究。由此发展至今，多媒体技术进入高速发展，以互联网为核心的多媒体技术参与教学的方式研究进入了高平台大数据化的快速发展，其多样化的教学方式与手段在高校课堂教学中大范围呈现与应用，又被称作多媒体辅助教学。在随着国情的快速发展，多媒体辅助教学的步伐也在随之加快，近年来多媒体技术应用教学方式的研究成果也渐渐充盈起来并在实践中能够取得不错的成绩。目前大学教育中多媒体技术的出现与使用是最为广泛与最早出现的，根据体育课程的特殊性，目前体育教师普遍将多媒体应用于体育教学的手段较为集中在针对于课堂内教学，大多将多媒体作为辅助方式。目前国内在多媒体技术与多媒体教学模式的发展变革问题上进行了深度探讨与研究。研究成果与观点对我国现代化教育模式的发展与贯行做出良好的理论依据与参考基础。在中国颁布的21号《关于基础教育改革与发展》文件纲领中，国务院提出，社会教育界应从实际水平和现状为起点，结合科学的研究与探讨，将现代教育模式与多媒体技术有机结合起来，将多媒体信息技术在教育领域常规化全面实行，通过现代技术手段提升整体教育实行规模与水平。

经笔者查阅，书籍《迎接二十一世纪对高等教育师范的挑战》（何可抗）、《信息教育展望》（祝智庭）、《体育教育展望》（季刘）等资料中，上述专家就此问题进行了多媒体技术与教育教学之间的牵连关系研究，并作出学术探讨与阐述。

施培成（2019）认为互联网经济和科技已经快速发展，为人们提供了全新的教学模式，使得传统的教学模式逐渐不再符合人们的需求。传统的教育教学模式已经不能适应高质量教学的要求，因此，必须要发挥现代教育理念的优势对传统的教学手段进行改革。^[22]

张秀瑜（2018）随着教育事业的不断发展，微课和翻转课堂运用到传统课堂当中去，认为微课和传统的教学课堂不同在于，微课等多媒体技术可以更好地调动学生学习的积极性。^[23]

罗金萍（2019）提出在如今的信息化大背景下，移动互联网教育发挥了越来越重要的角色，互联网和移动通讯工具已经渗透到了我们生活的方方面面，而基于互联网的各类教育机构层出不穷，各类学校和教育机构也都在开发微课等现代教学手段，我们需要创新教学方式，但是社会上鱼龙混杂质量层次不齐，缺乏科学和实用性。^[24]

武新玮（2020）认为学生天生具有好奇心，对一切事物都有着好奇心理，而学校老师在传统教学环境下不能很好满足学生的需求，因此更需要科学化、数字化、高效率的教学模式。^[25]

姜宛彤（2017）认为微课作为新型的课程模式，一经推出就大受好评，微课的教学过程已经逐渐走向成熟。但是，大部分的微课还只是局限于作为课堂案例的录课阶段，虽然可以随时随地进行回放和观看，但总体上和现场课堂教学的区别不大，并没有体现出微课真正存在的意义。^[26]

李丹（2021）认为信息化技术正在改变传统的教学模式，近年来，由于学生的学习具有个性、优质和广泛的特点，使得教学方式更加的灵活多变，也更加的高效和便捷，利用微课进行教学就是其中一种独特的教学方式。微课作为信息化的产物具有短而精的特点，能让人们更好地进行“碎片化”学习。^[27]

于悦（2021）认为微课具有高效便捷的特点，并且具有非常适合培养学生独立自主的特性。微课对于教学模式与课程结构的设置产生了巨大的影响，微课的应用范围也越来越广。^[28]

高若琪（2021）认为在如今的快速发展的信息化时代，学习者们已经可以通过微课更快速更便捷地学习知识。微课凭借着自身的先天优势，打破了学习的时空和时间界限弥补了传统课堂所做不到的缺陷。同时也填补了在现代教学手段中的空白。^[29]

门玉茹（2021）认为当代社会科学技术发展日新月异，尤其是在教育领域，新的科技正在不断推动教育信息化，为教育行业提供了更优质的资源更高效的服务，微课作为信息化的产物已经投入到各个教育领域中，并正在发挥积极的作用。^[30]

张希广（2021）表示在信息时代背景下，教师在开展教学活动的过程中可以积极探索信息技术的合理化应用，构建信息化的教学平台，针对性的指导学生对所学的知识进行分析。^[31]

郝明君（2021）表示微课在众多的移动端学习方式中独占优势，打破了传统课堂的局限性，突破了时间和空间的限制，使得学生可以随时随地进行学习。^[32]

黄晓琴（2016）提出微课成为了一项热门的研究浪潮，教师如何更加高效科学的设计和制作微课成为了当下研究的热点。而人们对于微课的聚焦点也从微课的形式转移到如何提升微课的质量上来，伴随着各个学科的微课广泛运用到微课中来，也为学校的课程和教学方式的改革指明了方向。^[33]

董雪（2018）认为现如今各种各样的学习资源不断涌现，微课这类的教学形式有着很高的研究价值，越来越多的研究者投入到对微课的研究设计中。但是目前的微课还存着相当的问题：学习情境缺乏、学习内容空洞、微课界面的设计不够吸引人和学生的互动较少等。所以开发微课的学习情境，利用虚拟技术提高微课的质量变为可能。

[34]

刘艳（2018）认为随着现代信息技术的发展，微课应运而生，拓宽了人们的学习渠道，使原有的单线或点对面的传统学习模式更多元，更立体，同时也促进了教师教学手段的创新。促进学生学习方法的变革。现在已经有大量的微课，如何提高这些微课的设计科学性，如何将引用的微课利用在提升学生学习效率中，是目前亟待解决的问题。^[35]

张梦敏（2016）提出微课是通过流媒体形式并围绕某个知识点展开的教学活动，是现代信息技术与教学方式的融合，是提高学习质量，培养提高教师教学手段的重要方式。不过，应该认识到，微课依旧存在设计要素混乱，制作理念不清晰等问题。^[36]

吴娥（2017）认为“微时代”的到来，加快了对互联网模式下的教学手段，也使人们加速进入了“微生活”的模式。教育不断改革，但要适应信息技术带来的改变，教师作为教育理念的先行者，要勇于适应微课带来的教学变化。让学生感受到微课带来的便捷和高效。^[37]

王咏梅（2015）认为随着进入 21 世纪，人们的生活水平不断加快，所接受的信息量也在不断增多，但是人们的时间是有限的，中学生的学业非常繁重，让学生更加有效的学习，因此也就更需要一种能够快速学习技能，掌握知识的教学方式，微课也就因此诞生。^[38]

刘慧敏（2018）认为微课具有“精、细、巧、透”的特点，配合着信息移动终端的使用可以使得学习者的学习不再局限于课堂或某一个特定的地点。有利于培养学生的自主学习能力，充分发挥学生的主体性地位，提高学生的学习效率。^[39]

梁文静（2017）认为微课从学习者的体验角度出发，提升现代教育视听手段，呈现出结构化的内容。可以满足学习者在不同环境下灵活多变的学习需求，从而满足学习者日益增长的对于个性化学习的需要。^[40]

赵彩虹（2019）认为随着教育模式的蓬勃发展，学生的学习方式变得更加多种多样，微课作为一种新型的教学方式，具有短小精悍、高效便捷的特点。学生可以随时随地的进行观看，相比于传统的教学模式显得更加具有优势和针对性。^[41]

郑林浩（2019）认为微课在教学中的应用已经取得了良好的效果，同时，教师也在借助微课带来的对传统课堂的变革来解决教学中实际遇到的相关问题。而如今面对的问题是教师不能创设良好的微课教学环境，学生对于微课堂的兴趣不高，教学的效率低下，因此，创设微课教学环境，激发学生的学习兴趣具有十分重要的意义。^[42]

微课等多媒体技术的使用让视觉与听觉感官加深印象，提高教学效果，使学生的学习积极性增加的同时还培养其思考学习能力，还能活跃课堂气氛，加强了教师与学生之间的交流，让课堂整体显得生动活泼，一改以往传统的教学模式，有利于学生投入更多的精力去学习与思考。

此外，在多媒体技术应用于教学课件的应用与制作方面，费建国、张兰芳在《多媒体课件的应用分类与设计原则》中提出了如何分配制作与设计方面的见解，他们认为，在制作课件时应考虑多媒体特性与教学实际，做到科学、规范、简洁与艺术性的要求，首先在制作时要保证教学数据来源的可靠性与精确度，保证教学资料资源对教学内容的正确、科学指导作用；其次因教师性格特点与教学方式的差异化，课件成果在考虑教师授课习惯与个性差异的基础上遵循教学规则规范，保证课件的有效性带来的另外延展可能，如横向广泛推广传播示例课件与重复使用优秀课件；在课件的制作上应明确教学体系，在保证吸引学生听课兴趣的基础上做到实用不花哨，主次明朗，重点突出，以便于学生快速与正确理解教学内容；最后在制作课件时要注重素材搭配比例，合理分布教学内容与资源，让课堂氛围轻松有趣，以达到最佳多媒体教学课件演示效果。^[43]黎仰安在《模拟演示多媒体教学课件制作的研究》中讲述课件制作要点与要求，他指出成功的课件必须具备以下要素与要求：首先，微课件作为教学与教学工具的结合传播方式，其主要功能是涵盖教学知识内容的基础上利用多媒体技术的优势与资源功效性，将学生的听课兴趣牢牢抓住，与此同时也能提升教师教学效率与教学效果，其次在制作课件时要多方面考虑课堂教学内容的文字、视频、图片、语音等手段与良好课堂互动的交互性，通过高效的学习环境烘托高效率教学氛围，将以上因素周全考虑并应用才能制作高质量的微课教学课件。^[44]

综上所述，不同的国家不同的地区在不同时期对于微课的发展都不同，国外由于起步早科技水平等各方面的条件相对优越，所以在微课这样的信息技术方面处于领先，发达国家都有着完善的微课体系，人们对于微课的接受程度也较高，但是其核心的组成部分资源不统一，有教案式的，有视频式的，内容结构较为松散，而且只用于学习和培训等方面，使用形式比较单一，应用的领域有待扩充，课程资源的自我生长和扩充性不足。

随着科技的不断进步和信息化的不断发展，我国的微课也得到了长足的进步，研究和应用的领域也愈发的广泛，对于微课的整体构成体系也在逐步的完善，内涵认识也更加深入，并且有越来越多的应用模式和更多的课程资源去开发，但是对于微课的评价方式还需要我们去深入研究。^[45]现如今在我国，学科类的微课等其他多媒体技术已经应用广泛，但在体育课方面应用还是比较欠缺。尤其值得注意的是在体育教师制作微课的水平上参差不齐，缺乏系统的培训。我们必须不断汲取国外尤其是发达国家的先进教育水平理念，不断深入探索，找寻符合我国发展现状的微课发展道路。虽然我们起步晚，研究的迟，但对微课的概念、微课的设计和制作、微课在各领域以及在各门学科中的应用等方面有着丰富的研究基础，并且正在受到全社会更广泛的关注。

第3章 研究设计

3.1 研究目标

(1) 随着互联网和现代信息技术的快速发展,人们不再局限于传统的单一的教学模式,学生也越来越渴望可以从新颖的途径接受新鲜的知识。加之互联网的普及,甚至在农村偏远地区也可以连接互联网,本文就在于探究基于微课的新教学方法。

(2) 新冠疫情以来,众多的在校生面临在家上网课的情况,作为体育学科,如何更好的制作微课,如何利用好现代信息技术,成为了新的研究观点。

(3) 通过对体育教师微课制作水平的调查及访谈,突破对制作水平提高的路径,使得体育教师能够更好的使用微课,将更优质的课程资源带给学生。

(4) 通过本研究获得中学生对体育微课教学现状的数据,找到中学体育教师在使用微课教学中的困境并加以分析找出对策。

3.2 研究内容

(1) 中学体育微课需求现状分析

本文探究中学有关体育微课的开展情况,通过问卷调查法、访谈法等对于现阶段中学的学生以及体育教师的微课需求,分析需求和要求,需求的具体方面,对微课还有哪些要求,同时探究出微课评价体系,因为微课评价一直都是比较容易被忽视的部分,我们要以学生为主体,完善微课体制。^[46]这都对于后续的研究开展做出铺垫。

(2) 中学体育微课建设现状分析

在论文工作开始初期,必须要掌握的就是对目标的现状分析。本文通过问卷调查以及对专家走访初步建立体育微课的建设现状概念,由于信息时代背景下多媒体技术的广泛应用,微课建设共分为四个阶段:筹备设计阶段、开发制作阶段、推广运营阶段和改进更新阶段,^[47]从这些阶段入手分析中学的体育微课现状。

(3) 中学生对体育微课接受现状分析

教学活动是以学生为主体,一切都必须围绕学生,微课的发展要符合学生的学习和生活需求,要让学生容易接受这种新兴的教学模式,微课等互联网知识体系十分复杂,传统的线下教学已不能满足学生学习的全部需要,而互联网上教学资源丰富多样,

教师借助网络教学平台等网络教学与线下教学相结合，不拘泥于时空限制，将知识快速的给予学生，然而，微课在实践中是否真正适用，其效果如何，学生是否能够接受并充分利用这一资源，真正掌握知识与经验，需要在学生群体中展开针对性的调查研究。^[48]

（4）中学体育教师微课制作水平调查

微课的制作是一个繁琐且复杂的过程，包括分析教学目标、设计教学内容、视频开发与制作等，对教师的专业素养和信息处理能力要求较高，也在一定程度上促进了教师专业化的发展。但目前一些教师对于制作微课的水平还不高，学生对于微课的需求，更加促使了教师制作和使用微课进行教学和管理。所以对于中学体育教师的微课制作水平调查就显得尤为重要。

（5）中学体育教师微课教学能力分析

作为体育教师，在使用微课方面，教师不仅要掌握理论知识，还要训练其相关技能，但是在体育微课培训方面比较欠缺，所以有一部分的体育教师并不能独立完整的做出高质量的微课，然而微课的质量和体育教师的教学水平又在很大的程度上决定了是否能上好微课。

（6）中学体育微课发展困境

在信息时代背景下，微课已经成为了一种新的教学手段，教师通过制作精良的微课，让学生进行学习和测试，有针对性地查缺补漏，然而从中学体育微课的发展现状来看，还存在着不少问题，本文就将探究微课的中学体育微课的发展困境，并提出相应的解决对策，希望能给微课的发展提供良好的环境。^[49]

（7）中学体育微课发展困境对策研究

微课的发展固有其存在的短板，在设计和具体实践中也存在颇多问题，本文对中学体育微课可持续发展的路径进行研究，分析微课发展存在的问题，并提出相应的解决方案，提高微课的制作质量，推动其良性发展。^[50]

3.3 研究对象

本文以微课的普及程度以及中学体育教师制作微课的水平为调查对象。本调查选取了安徽省内皖北、皖中以及皖南地区分别随机抽取一个城市并在皖北城市抽取3所学校，皖中城市抽取4所学校，皖南城市抽取3所学校，使用现场发放和线上

问卷星发放的形式在每所学校分别对学生发放 1020 份调查问卷，并对这些学校的体育教师总共发放 135 份教师问卷，并用访谈法询问这些学校的体育教师和学校教育主管部门的专家关于他们的微课制作水平，进而对微课在中学体育课的广泛开展提供参考依据。（见表 1）

表 1 学校选择

地区	学校名称			
皖北	阜阳一中	阜阳 19 中	阜阳苏屯乡中学	
皖中	合肥北城中学	合肥 47 中	合肥双墩中学	合肥寿春中学
皖南	宣城文鼎中学	宣城 13 中	宣城中学	

在本次调查的 1016 名学生中，男女生人数占比相近，男生有 502 人，占 49.4%，女生有 514 人，占 50.6%；学校类型方面，学生主要来自城镇中学，占 23%，其次是农村中学，占 20.9%，公办中学、完整中学、民办中学分别占比 20%、18.2%、17.9%，表明本次调研对象在学校类型分布方面较为均匀，更能体现本次调研结果的普适性；年龄分布方面，各个年龄层次的学生人数分布较为均匀，分别是高三有 178（17.5%）人，高一有 173（17%）人，八年级有 171（16.8%）人，高二有 168（16.5%）人，九年级 167（16.4%）人，七年级有 159（15.6%）人，可见高中部学生人数占比较高。（见表 2）

表 2 学生基本信息（N=1016）

基本信息	选项	人数	比例%
性别	男	502	49.4%
	女	514	50.6%
学校类型	城镇中学	234	23%
	农村中学	203	20%
	完整中学	185	18.2%
	民办中学	182	17.9%
	公办中学	212	20.9%
年级	七年级	159	15.6%
	八年级	171	16.8%
	九年级	167	16.4%
	高一	173	17%
	高二	168	16.5%
	高三	178	17.5%

在本次调查的 127 名教师中，男女教师人数分别为 67（52.8%）和 60（47.2%）；

学校类型方面，教师主要来自城镇中学，占26%，其次是完整中学，占20.5%，农村中学、民办中学、公办中学分别占比19.7%、18.1%、15.7%，表明本次调研对象在学校类型分布方面以城镇中学居多，公办中学最少；教龄方面，3-5年最多，占45.7%，5-10年占24.4%，3年及以下占23.6%，10年以上占6.3%（见表3）。

表3 教师基本信息（N=127）

基本信息	选项	人数	比例%
性别	男	67	52.8%
	女	60	47.2%
所在学校类型	农村中学	25	19.7%
	城镇中学	33	26%
	完整中学	26	20.5%
	民办中学	23	18.1%
	公办中学	20	15.7%
	3年及以下	30	23.6%
教龄	3-5年	58	45.7%
	5-10年	31	24.4%
	10年以上	8	6.3%

3.4 研究方法

1. 文献资料法

本文根据研究的需要，通过知网、阜阳师范大学图书馆的查阅了大量的有关微课、多媒体、信息技术、体育教学等相关文献资料，整理了近年来有关微课、多媒体教学等方面的文献和学术论文，在前人的基础上，进行教学模式的创新和应用，以此来探究中学体育微课的发展现状。

2. 访谈法

本文随机选定安徽省内10所中学，携带拟定后的访谈提纲，前往这些学校，并访问本校的体育管理部门相关领导、专家和老师，并在对他们进行问卷调查后询问访谈提纲中所列出的问题。记录他们对于访谈提纲中问题的看法与建议，且陈述自己的观点，让专家浅谈观点的可行和需要改进之处，同时本校有关体育微课的相关开展情况和未来的发展前景，对于在开展体育微课中所出现的一些问题提出建设性的意见和建议。笔者通过从访谈提纲所收集的信息和资料，认真整理研究，对后续文章的撰写提供真实可靠的数据依据。（访谈提纲见附录1）

3. 问卷调查法

本文的数据采集通过使用问卷调查法进行，在将问卷进行发放之前笔者通过知网以及其他文献网站查阅大量有关微课、中学体育教学、现代信息技术等相关文献资料和相关论文，并且学习如何制作调查问卷，以及如何设计问卷的信度和效度的检验。在准备工作做完后，列出问卷的草稿，写出问卷内容的具体思路，同时和导师共同商讨每条问题的合理性，理出问卷的框架，并使用电脑开始制作问卷。最后共制作出面对学生和体育教师的两份调查问卷。在问卷设计完毕后，询问导师和相关专家问卷存在的问题和修改意见，对其中不合理的部分进行删改，最终完成问卷制作。（调查问卷见附录 2）

（1）问卷效度检验

设计和制作完问卷后，邀请包括阜阳师范大学、阜阳市第一中学、阜阳市第十九中学等的体育教师和专家领导对本问卷进行效度检验，以保证问卷的质量。专家职称结构见表 4

表 4 专家职称构成

职称	人数
教授	1
副教授	2
一级教师	3
二级教师	2
总计	8

问卷的效度分别从结构设计、内容设计和总体设计评价进行评定，从表 5 和表 6 可以看出此问卷的总体设计合理，问卷的效度检验较好。

表 5 学生调查问卷效度检验结果（n=8）

效度评价	非常合理	合理	基本合理	建议修改	不合理
结构设计	1 (12.5%)	5 (62.5%)	2 (25%)	0 (0%)	0 (0%)

内容设计	0 (0%)	6 (75%)	1 (12.5%)	1 (12.5%)	0 (0%)
总体设计评价	3 (37.5%)	3 (37.5%)	2 (25%)	0 (0%)	0 (0%)

表6 教师调查问卷效度检验结果 (n=8)

效度评价	非常合理	合理	基本合理	建议修改	不合理
结构设计	2 (25%)	2 (25%)	3 (37.5%)	1 (12.5%)	0 (0%)
内容设计	1 (12.5%)	5 (62.5%)	1 (12.5%)	1 (12.5%)	0 (0%)
总体设计评价	2 (25%)	4 (50%)	2 (25%)	0 (0%)	0 (0%)

(2) 问卷信度检验

本问卷通过使用重测法进行问卷的信度检验，在问卷回收的一个月后，再次对调查的学校随机抽取 50 名教师和 500 名学生进行了第二次问卷的发放，时间相隔 30 天，将这两次的调查的结果相关系数分析，两份问卷的信度系数分别为 0.84 和 0.82。所以此问卷的信度较高，达到标准。

(3) 问卷的发放与回收

两份调查问卷均采用线下和线上的问卷星形式发放，共发放学生问卷 1020 份，回收 1018 份，回收率 99.8%。有效问卷 1016 份，有效率 99.6%。发放教师问卷 135 份，回收 130 份，回收率 96.3%，有效问卷 127 份，有效率 94.1%。

4. 数理统计法

在收集完调查问卷和访谈提纲后，确保调查和访谈数据真实可靠，运用 Excel 和 SPSS 软件对调查和访谈数据进行分析处理并整理归纳，为本论文提供数据支持。

3.5 研究难点

本文的研究难点在于，学校分布较广，对于调查问卷的平均发放较难把控，学生对于调查问卷的填写真实性很难取证。而在教师方面，对于体育教师制作微课的水平很难有可信度较高的调查方法。

3.6 研究重点

本文研究重点是探究中学体育课中微课的发展现状，以及在校体育教师的多媒体课件的制作水平，并通过实验分析研究可以通过哪些方式普及多媒体和提高体育教师的多媒体制作水平。

3.7 创新点

目前我国中学的微课的应用在其他学科类的情况已经有了显著的成效，作为体育课，微课往往不受重视，因此本文同过一系列调查研究旨在提高微课在体育课堂中的普及程度，使之受到重视，突破对传统体育课的教学方法。本文通过调查中学体育微课发展的相关现状，分析出目前中学体育微课尚存在的一些问题和发展的困境，同时，也对体育教师的微课制作能力提出要求，加强相关微课的制作培训，提高制作水平，更好的运用在体育课当中。并且笔者对后续中学体育微课的发展提出建议，使之良性发展。

第 4 章 研究结果与分析

4.1 中学微课开设情况

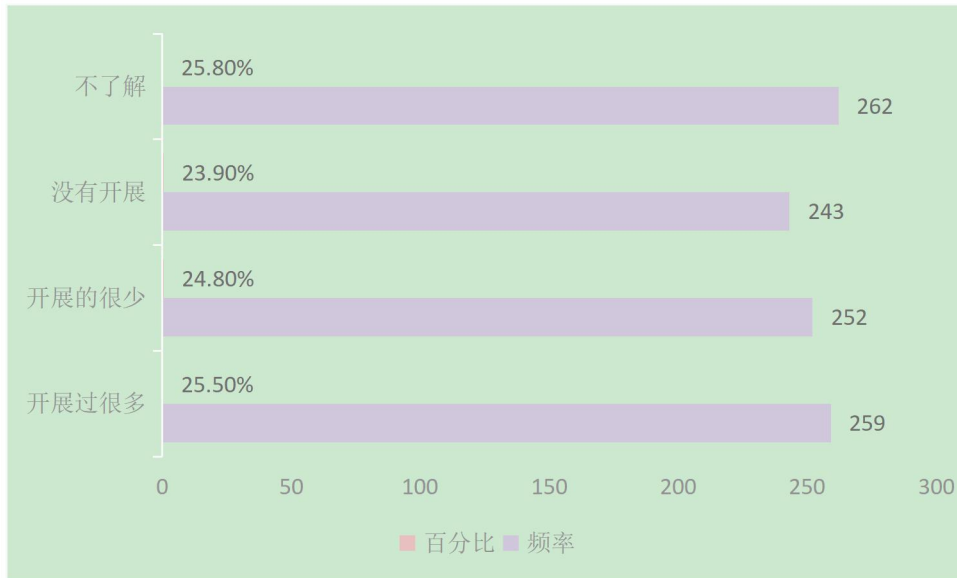


图 1 所在的学校是否使用过微课教学

在面对学生所在学校是否使用过微课的教学调查中, 25.8% 的学生表示“不了解”, 23.9% 的学生表示“没有开展”, 另外选择“开展过很多”的学生占 25.5%, “开展的很少”的学生占 24.8% (见图 2), 表明有接近一半的学生没有接触过微课教学, 表示开展过但很少的学生占四分之一, 由此可见现阶段我国中学在体育课中缺少对于微课教学的开展, 许多学生表示不了解且没有开展过微课, 这对于后续体育微课在学校的普及造成了阻碍, 因此学校应注重在微课教学方面的开展。

4.2 中学生对于体育微课了解程度的调查与分析

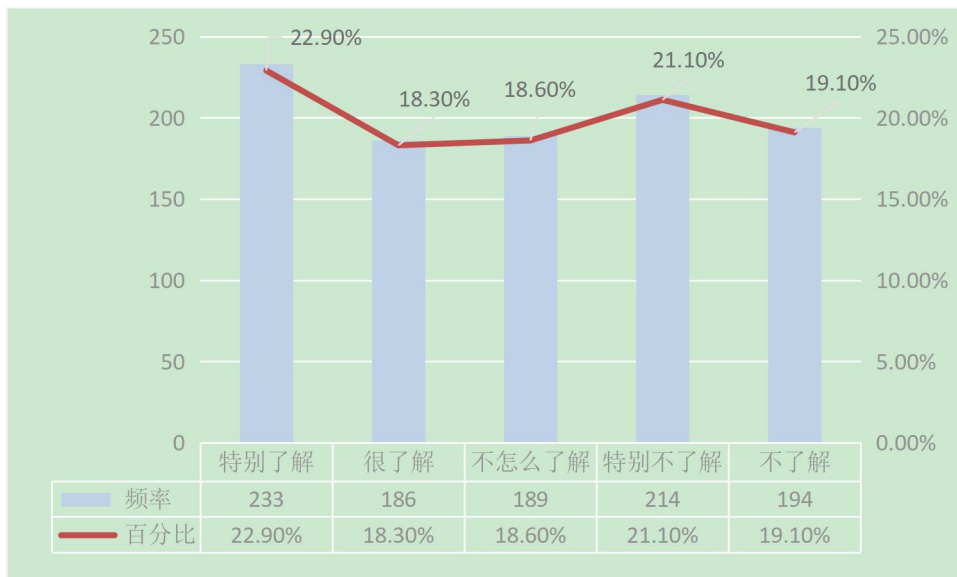


图 2 学生对微课了解程度

在对微课的了解程度调查结果中，选择“特别了解”的学生占比最高，为 22.9%，其次是“特别不了解”占 21.1%，“不了解”占 19.1%，“不怎么了解”和“很了解”分别占 18.6%和 18.3%（见图 1）。从分析结果可看出，大部分学生对微课的了解程度较高，所以学校和体育教师更应该“趁热打铁”，抓住学生对微课了解适当开展微课教学。

4.3 中学生对于体育微课类型和内容的选择

为了解学生喜欢的课件类型、微课类型以及微课教学时师生之间如何互动，本研究对此展开调查，并采用多重响应分析方法进行分析（见表 8）。

表 7 学生对体育微课使用情况分析（n=360）

变量	选项	响应		个案百分比
		个案数	百分比	
喜欢的课件类型	助教型	231	7.5%	64.2%
	助学型	229	7.4%	63.6%
	训练与练习型	239	7.7%	66.4%
	实验型	232	7.5%	64.4%
	资料型	245	7.9%	68.1%
	课堂演示型	221	7.2%	61.4%
	自主学习型	242	7.8%	67.2%
	教学游戏型	253	8.2%	70.3%
	模拟实验型	243	7.9%	67.5%
	操作演练型	235	7.6%	65.3%
	协作交流型	244	7.9%	67.8%
	问题解决型	242	7.8%	67.2%
	理论型	232	7.5%	64.4%
	总计	3088	100.0%	857.8%
喜欢微课的类型	讲授类	219	9.0%	60.8%
	问答类	222	9.1%	61.7%
	启发类	212	8.7%	58.9%
	讨论类	226	9.3%	62.8%
	演示类	218	8.9%	60.6%
	练习类	220	9.0%	61.1%
	实验类	221	9.1%	61.4%
	表演类	213	8.7%	59.2%
	自主学习类	242	9.9%	67.2%
	合作学习类	225	9.2%	62.5%
	探究学习类	222	9.1%	61.7%
总计	2440	100.0%	677.8%	
微课教学时师生之	教师对学生提出问题的解答	228	16.8%	63.3%

间的互动	学生新颖观点的提出	215	15.8%	59.7%
	学生根据讲解教师的指令现场做出回应	237	17.4%	65.8%

学生喜欢的课件类型包括以下几种：教学游戏型（70.3%）、资料型（68.1%）、模拟实验型（67.8%）、协作交流型（67.5%）、自主学习型（67.2%）、问题解决型（67.2%）、训练与练习型（66.4%）、操作演练型（65.3%）、助教型（64.4%）、实验型（64.4%）、理论型（64.4%）、助学型（63.6%）、课堂演示型（61.4%）等，每种类型的选择占比较为相近，其中教学游戏型是学生最为喜爱的课件类型之一，表明教师在制作教学课件时，可适当增加教学游戏型课件的内容，以引起学生的学习兴趣。

对于学生喜欢微课的类型，主要有自主学习类（67.2%）、讨论类（62.8%）、合作学习类（62.5%）、问答类（61.7%）、探究学习类（61.7%）、实验类（61.4%）、练习类（61.1%）、讲授类（60.8%）、演示类（60.6%）、表演类（59.2%）、启发类（58.9%）等，每种类型的个案百分比均超过55%，说明学生更热衷于微课类型的多样化，不同形式的微课类型能够满足不同学生的学习需求，老师可以根据学生的爱好，糅合多种微课类型进行教学，特别是自主学习类，更能激发学生的自学潜力。

在本次调查中，学生认为微课教学时师生之间没有互动占比最高，为66.4%，说明老师在采用微课授课时并未很好的根据学生的学习反馈及时地进行互动。此外，学生认为微课教学时师生之间存在互动包括学生根据讲解教师的指令现场做出回应（65.8%）、教师对学生提出问题的解答（63.3%）、教师布置课后作业（61.4%）、学生对教师教授的体育动作的模仿（60.8%）、学生新颖观点的提出（59.7%）等。此类调查不难看出，中学生对于体育微课的各自需求是不尽相同的，每个学生都有自己感兴趣的内容和上课的形式，因此，教师应该深入了解学生的合理需求，改进自己教学方式，突破传统教学行为的桎梏，以新型教学方式开展教学。

4.4 中学生是否能接受微课视频中讲解教师出境

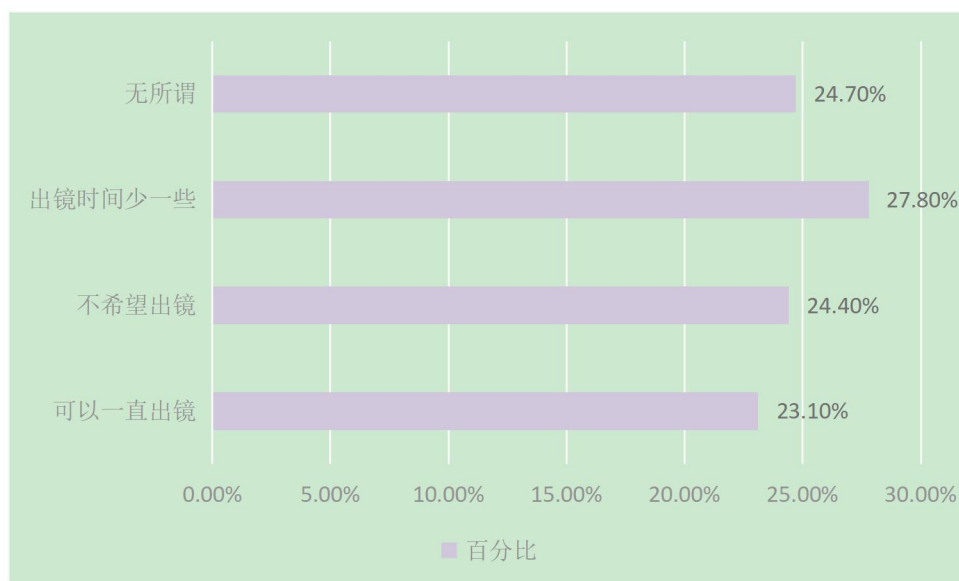


图3 是否能接受微课视频中讲解教师出镜的画面

在学生是否能接受微课视频中讲解教师出镜的画面调查中（见图7），27.8%的学生希望教师“出镜时间少一些”，“不希望出镜”的学生占24.4%，表明教师在微课视频教学过程中出镜反而会降低学生的学习兴趣，但也有24.7%的学生持“无所谓”的态度，并有23.1%的学生希望老师“可以一直出镜”，学生会认为，教师的频繁出镜会影响自己对微课学习的注意力，甚至会觉得有尴尬的情况出现，因此，教师在微课视频授课时，可适当减少出镜时间，但需要注意与学生的互动。

4.5 中学生对于体育教师微课的要求

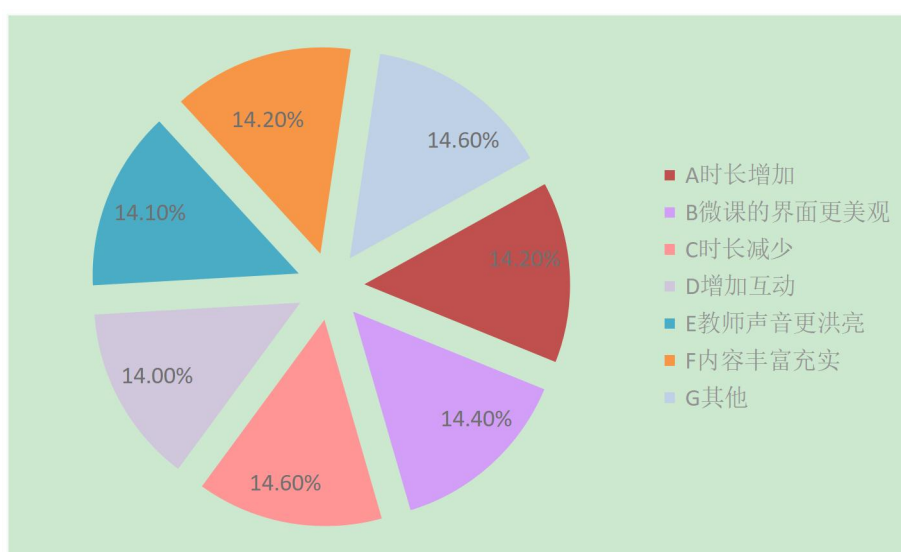


图4 对体育教师的微课要求

为了进一步了解学生对体育老师的微课要求，本研究主要通过以下几个方面进行调

查（见图8），包括希望教师授课时长减少（14.6%）、微课的界面更美观（14.4%）、授课时长增加（14.2%）、内容丰富充实（14.2%）、教师声音更洪亮（14.1%）、增加互动（14.00%），其中希望教师授课时长减少占比最高，因此体育老师在进行微课授课时应把握好授课时长，此外微课的界面美观程度和内容丰富充实程度也是学生关注的重点。

4.6 中学生是否愿意让微课“走进”传统课堂

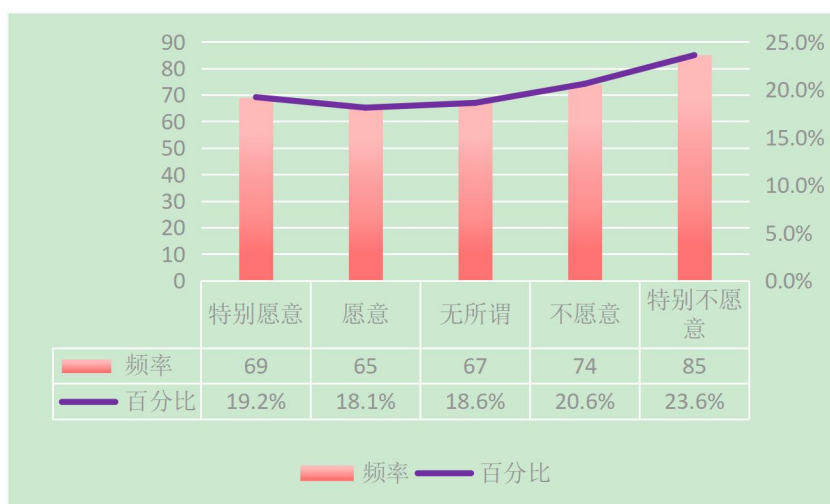


图5 是否愿意让微课“走进”传统课堂

针对教师使用过微课授课的学生，调查其是否愿意让微课“走进”传统课堂，结果显示（见图9）：23.6%的学生表示“特别不愿意”，说明微课授课效果并未得到学生的认同，教师在授课时应多方面综合性改进，不断探索微课与传统课堂的结合方式。另外，20.6%的学生表示“不愿意”，而表示“特别愿意”的学生占19.2%，表示“无所谓”的占18.6%，“愿意”的则占18.1%，综合来看，学生对于微课“走进”传统课堂的意愿并不是很高。说明我们在新型教学手段方面的宣传不够充分，许多学生不够了解微课，致使学生产生抵触微课的情绪，导致不愿意开展微课。

4.7 中学生对于未开展体育微课的观点

根据对体育老师是否使用过微课进行教学的调查结果，其中656人表示体育老师没有使用过微课进行教学，本研究对这部分数据进行再次分析。

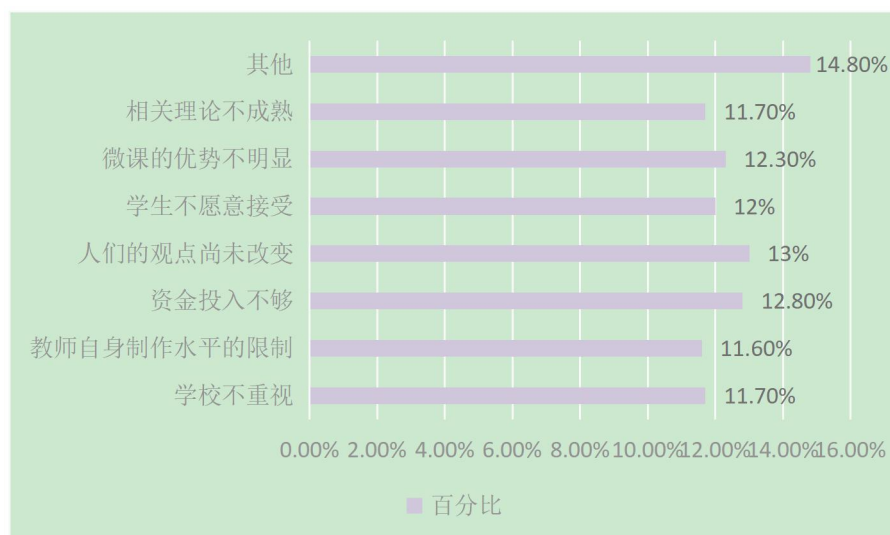


图 6 学校没有开展微课教学的原因

针对学校没有开展微课教学的原因（见图 10），最主要是“人们的观点尚未改变”，占 14.8%，其次是“资金投入不够”（12.8%）、“微课的优势不明显”（12.3%）以及“学生不愿意接受”（12%），因此学校应结合学生的教学需求和兴趣，考虑在微课方面的资金投入问题，多渠道宣传微课的授课优势，普及微课授课理念，增强学生的上课意愿。学校没有开展微课教学的原因还包括“相关理论不成熟”和“学校不重视”，均占 11.7%，以及“教师自身制作水平的限制”，占 11.6%，表明学校和教师应加强自身对微课的认知，做到言传身教，将微课应用到教学中。

4.8 未开展体育微课的学生对于体育微课的需求

在教师未使用过微课的前提下，通过对学生喜欢的课件类型、希望的体育微课类型以及希望使用体育微课学习的内容等方面进行进一步分析（见表 9）。

表 8 教师未使用过微课的认知情况（n=656）

变量	选项	响应		个案百分比
		个案数	百分比	
喜欢的课件类型	助教型	428	7.8%	65.2%
	助学型	435	7.9%	66.3%
	训练与练习型	423	7.7%	64.5%
	实验型	433	7.9%	66.0%
	资料型	408	7.4%	62.2%
	课堂演示型	428	7.8%	65.2%
	自主学习型	430	7.8%	65.5%
	教学游戏型	423	7.7%	64.5%
	模拟实验型	421	7.7%	64.2%
	操作演练型	423	7.7%	64.5%

第4章 研究结果与分析

	协作交流型	426	7.8%	64.9%
	问题解决型	396	7.2%	60.4%
	理论型	422	7.7%	64.3%
	总计	5496	100.0%	837.8%
	视频讲解	407	9.0%	62.0%
	PPT 演示	403	8.9%	61.4%
	动画形式	400	8.9%	61.0%
	教师亲自讲解	427	9.5%	65.1%
	教师出境	441	9.8%	67.2%
希望的体育	教师不出镜	405	9.0%	61.7%
微课类型	师生互动性强	413	9.2%	63.0%
	时间长的	395	8.8%	60.2%
	时间短的	397	8.8%	60.5%
	娱乐性强的	413	9.2%	63.0%
	其他	408	9.0%	62.2%
	总计	4509	100.0%	687.3%
	基本技能	425	11.1%	64.8%
	基本知识	421	11.0%	64.2%
	基本技术	430	11.3%	65.5%
	健身健康	418	11.0%	63.7%
	体育历史	417	10.9%	63.6%
希望使用体	体育竞技比赛	428	11.2%	65.2%
育微课学习	体育明星	415	10.9%	63.3%
的内容	体育规则	436	11.4%	66.5%
	其他	427	11.2%	65.1%
	总计	3817	100.0%	581.9%

学生认为喜欢的课件类型占比最高是助学型（66.3%），其他包括实验型（66%）、自主学习型（65.5%）、课堂演示型（65.2%）、助教型（65.2%）、协作交流型（64.9%）、操作演练型（64.5%）、教学游戏型（64.5%）、训练与练习型（64.5%）、理论型（64.3%）、模拟实验型（64.2%）、资料型（62.2%）、问题解决型（60.4%）等，每种类型的占比均超过 60%，说明学生对于课件类型的需求较为多样化，无论是助学型、实验型或自主学习型等，学生均希望能够在课件中展开。

学生在没有体验过微课教学的情况下，希望的体育微课类型包括教师出境（67.2%）、教师亲自讲解（65.1%）、师生互动性强（63%）、娱乐性强的（63%）、视频讲解（62%）、教师不出镜（61.7%）、PPT 演示（61.4%）、动画形式（61%）、时间短的（60.5%）、时间长的（60.2%）等，其中希望教师出境的占比高于不需要教师出境，授课时间短的占比略高于授课时间长的，说明学生对于体育微课的授课类型更倾向于教师出境，并

进行亲自讲解和互动，通过 PPT 和动画形式展示课程内容，对于授课时间的长短，教师可以根据实际上课情况自行调整。

学生希望使用体育微课学习的内容主要是“体育规则”，占比 66.5%，还包括基本技术（65.5%）、体育竞技比赛（65.2%）、基本技能（64.8%）、基本知识（64.2%）、健身健康（63.7%）、体育历史（63.6%）、体育明星（63.3%）等，说明学生虽未体验过体育微课教学，但是在内容学习上期待的上课类型较为多样化，体育老师也可以在未来的微课授课中采纳以上的学习内容方式。

4.9 未开展体育微课学生网上学习情况

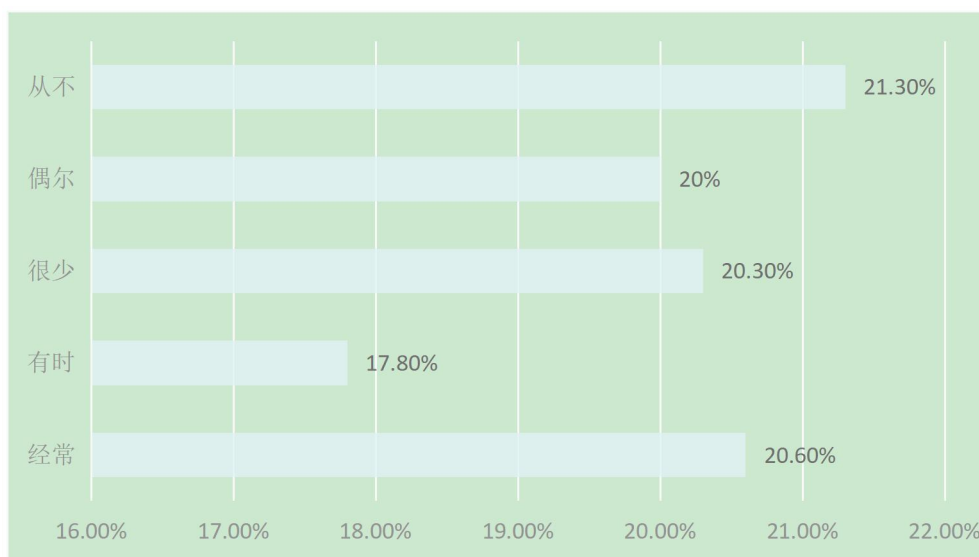


图 7 是否会利用课下的时间进行网上学习

学生表示“从不”会利用课下的时间进行网上学习占比最高，为 21.3%，“经常”会利用课下的时间进行网上学习占 20.6%，“很少”会利用课下的时间进行网上学习占 20.3%，“偶尔”会利用课下的时间进行网上学习占 20%，“有时”会利用课下的时间进行网上学习占 17.8%（见图 11），表明学生利用课余时间进行网上学习的欲望不高，教师要适当转变教学观念，合理利用现代教学手段，课后让学生进行自主学习和复习。

4.10 中学体育教师是否对微课进行宣传

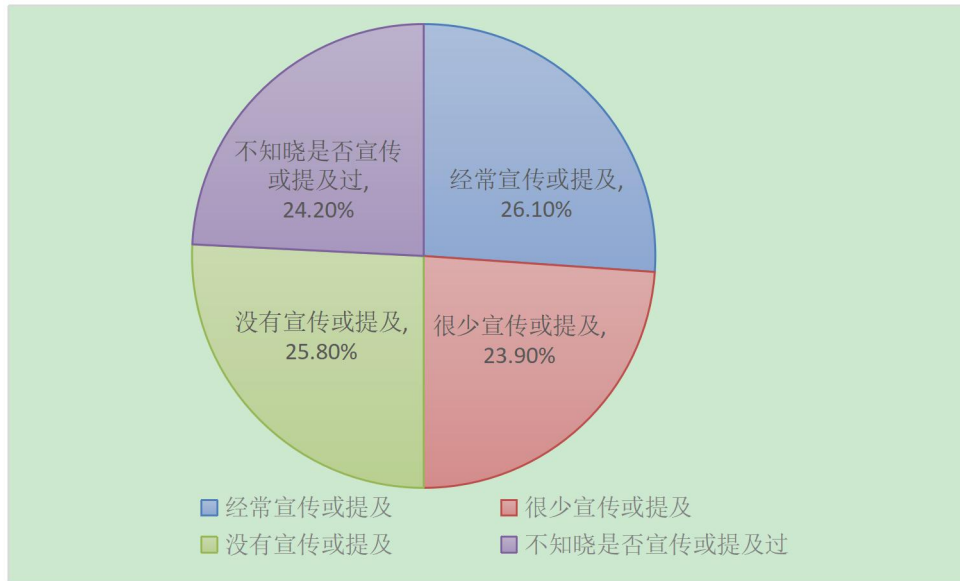


图 8 老师是否宣传或提及过微课

对于老师是否宣传或提及过微课的调查中，表示“经常宣传或提及”的占比最高，为 26.1%，其次是“没有宣传或提及”占 25.8%，“不知晓是否宣传或提及过”占 24.2%，“很少宣传或提及”占 23.9%（见图 3），表明大部分学生认为老师在微课的学习和普及过程中宣传程度不够。所以，学校和教师应当提起重视，及时转变传统的教学思路，学习现代教学理念，大力宣传和推广微课，让学生更早地接触到微课。

4.11 中学体育教师是否使用过微课进行教学

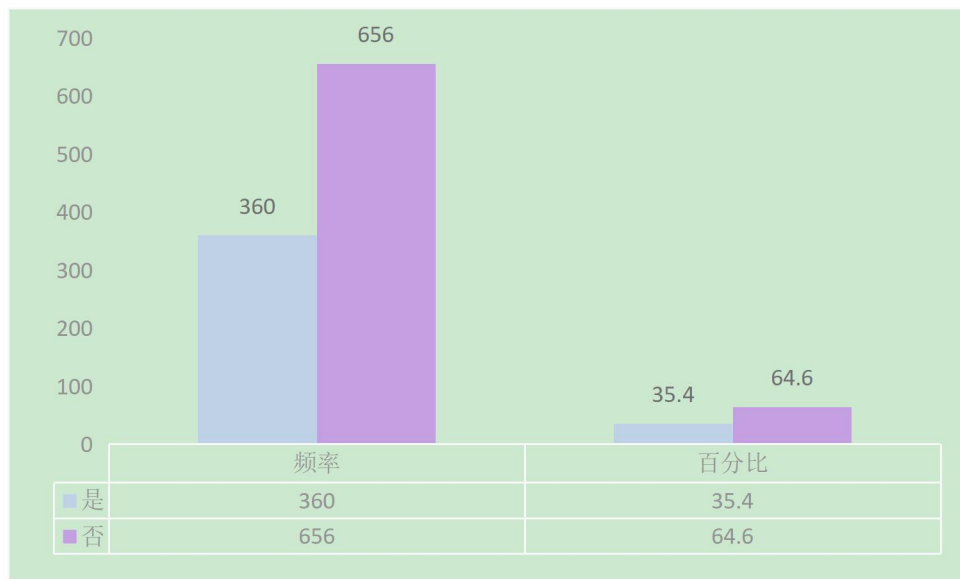


图 9 体育老师是否使用过微课进行教学

面对体育老师是否使用过微课进行教学的调查结果显示，大部分学生表示体育老师没有使用过微课进行教学，有 656 人，占 64.6%，表明在体育课上教师教学使用微课的情况较少。表示体育老师使用过微课进行教学的学生有 360 人，占 35.4%（见图 4）。

由此可看出在所调查的学校中，体育教师开展过微课教学的比例较少，大部分的体育教师还停留在使用传统教学方式进行教学的阶段，也许相当一部分教师了解微课，但是并没有将其运用在实际的体育课堂中，因此，体育教师必须大力开展微课教学。

4.12 中学体育教师使用微课的时长

根据以上体育老师是否使用过微课进行教学的调查结果，其中 360 人表示体育老师使用过微课进行教学，本研究对这部分数据进行再次分析。

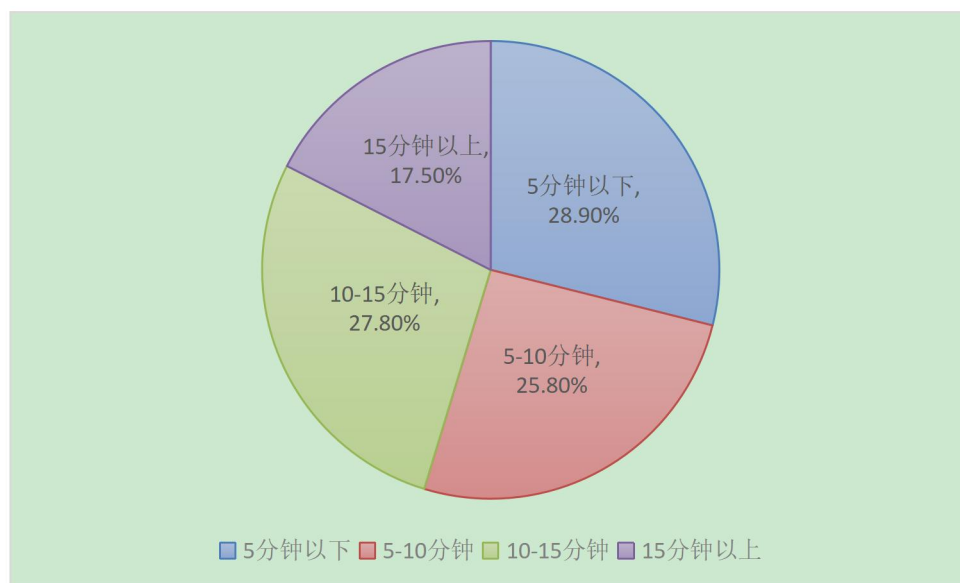


图 10 体育老师使用微课的视频时长

在对体育老师使用微课的视频时长调查中，微课的视频时长教学在“5 分钟以下”占比最大，为 28.9%，表明体育老师使用微课的视频时长一般较短。其次，微课的视频时长教学在“10-15 分钟”占比为 27.8%，在“5-10 分钟”占比 25.8%，而“15 分钟以上”只占 17.5%（见图 5）。在本次调查中，体育老师使用微课教学时长普遍低于 15 分钟，应根据学生的学习兴趣和需求并结合自身的教学条件适当增加微课的教学时长。

4.13 中学体育教师每学期使用微课的频率



图 11 体育老师每学期使用微课的频次

体育老师每学期使用微课的频次选择中，“11-15次”占19.2%，“4-6次”占17.5%，“16-20次”和“20次以上”分别占62%和61%，表明体育老师每学期使用微课的频次较高，教学频次在11次以上的超过50%。此外，每学期使用微课的频次在“4-6次”和“1-3次”分布占17.5%和13.9%（见图6）。可见，在已开展体育微课教学的教师中，教师使用微课的频率较高，可以推测出已经适应了新型教学手段带来的变化，享受微课教学带来的便利。

4.14 中学体育教师使用微课的情况分析

为了进一步分析体育老师使用微课的情况，主要通过调查体育老师使用微课教授部分、教授的具体内容、体育老师使用微课情况以及微课用在体育课的环节等情况进行分析（见表7）。

表 9 体育老师使用微课情况分析（n=360）

变量	选项	响应		个案百分比
		个案数	百分比	
体育老师使用微课教授部分	准备部分	232	24.4%	64.4%
	开始部分	240	25.3%	66.7%
	基本部分	238	25.1%	66.1%
	结束部分	239	25.2%	66.4%
	总计	949	100.0%	263.6%
教授的具体内容	基本技能	230	10.7%	63.9%
	基本知识	239	11.1%	66.4%
	基本技术	222	10.3%	61.7%
	健身健康	250	11.6%	69.4%
	体育历史	222	10.3%	61.7%

	体育竞技比赛	254	11.8%	70.6%
	体育明星	233	10.9%	64.7%
	体育规则	246	11.5%	68.3%
	其他	250	11.6%	69.4%
	总计	2146	100.0%	596.1%
	活跃课堂气氛	215	13.8%	59.7%
	形式多样, 内容 丰富	221	14.2%	61.4%
	利于加深印象	232	14.9%	64.4%
	利于知识技能巩固	222	14.2%	61.7%
体育微课教学效 果	可以反复复习观 看	225	14.4%	62.5%
	随时随地, 方便 学习	220	14.1%	61.1%
	利于提高对体育 课和对体育的兴 趣	223	14.3%	61.9%
	总计	1558	100.0%	432.8%
微课用在体育课 的环节	讲解环节	225	19.2%	62.5%

在对体育老师使用微课情况的分析中, 根据选项的设置采用多选题的方式进行调查, 其中在体育老师使用微课教授部分, 包括“准备部分”(64.4%)、“开始部分”(66.7%)、“基本部分”(66.1%)和“结束部分”(66.4%), 其中准备部分占比略低于其他部分。

在教授的具体内容方面, 主要包括“体育竞技比赛”(70.6%)、“健身健康”(69.4%)、“体育规则”(68.3%)、“基本知识”(66.4%), 表明体育老师在授课过程中比较强调竞技比赛和健身健康的重要性。其次, “体育明星”(64.7%)和“基本技能”(63.9%)是较为次要的选择, 表明体育老师能够结合学生的兴趣和基本需求对课程内容进行改进, 尽可能地满足学生的教学需求。最后, “体育历史”和“基本技术”各占61.7%, 选择“其他”的有69.4%, 充分说明体育老师在使用微课教学时, 其教学内容丰富、多样化, 不仅仅限于传统线下教学模式, 更是添加了对体育明星、体育历史等方面的内容。

从体育微课教学效果方面看, 体育微课教学“有利于加深印象”(64.4%)、“可以反复复习观看”(62.5%)、“利于提高对体育课和对体育的兴趣”(61.9%)、“利于知识技能巩固”(61.7%)、“形式多样, 内容丰富”(61.4%)、“随时随地, 方便学习”(61.1%)、“活跃课堂气氛”(59.7%)等, 以上效果在学生的教学体验中

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/288020021075006034>