

任务驱动教学模式在大学体育课程教学中的实践研究

夏晟¹ 黄敏²

1. 湖南工业大学体育学院, 湖南 株洲 412000

2. 湖南工业大学科技学院, 湖南 株洲 412000

[摘要] 利用资料分析、调查、比较研究等方法, 在分析大学体育课程教学任务驱动教学模式内涵的基础上, 构建任务驱动教学模式实践设计并进行效果分析, 提出转变教学理念、优化课程结构, 把准驱动目标、厘清影响因素、科学设计任务内容, 并依据实践经验, 提出了组织实施的问题及分析具体实施对策。

[关键词] 大学体育课程; 任务驱动; 教学模式

DOI: 10.33142/jscs.v5i2.16251

中图分类号: G807

文献标识码: A

Practical Research on Task Driven Teaching Mode in University Physical Education Curriculum Teaching

XIA Sheng¹, HUANG Min²

1. Physical Education College of Hunan University of Technology, Zhuzhou, Hunan, 412000, China

2. College of Science and Technology Hnut, Zhuzhou, Hunan, 412000, China

Abstract: Based on the analysis of the connotation of the task driven teaching mode in university physical education courses using methods such as data analysis, investigation, and comparative research, this paper constructs a practical design of the task driven teaching mode and conducts effect analysis. It proposes to transform teaching concepts, optimize course structure, align driving goals, clarify influencing factors, scientifically design task content, and based on practical experience, puts forward organizational implementation problems and analyzes specific implementation strategies.

Keywords: university physical education courses; task driven; teaching mode

大学体育作为高等教育的一个重要组成部分, 对学生的身心健康和全面发展起着不可或缺的作用。高校体育是学校体育的最后阶段, 是学校体育与社会体育的重要衔接点, 是培养学生建立体育健康意识的关键点, 对“健康第一”和“终身体育”意识的形成有着显著的影响。随着课程改革的进一步深化, 大学体育课程的深度变革也是顺应时代要求, 与时俱进的必然路径, 利用互联网技术, 将任务驱动模式引入大学体育课程教学, 是适应新时代教育部精神的要求, 同时也是提高体育教学质量的有效途径。

1 大学体育课程任务驱动教学模式释义

“任务驱动教学法”是学生在教师的帮助下, 紧紧围绕一个共同的任务活动中心, 在强烈的问题动机的驱动下, 通过对学习资源的积极主动运用, 进行自主探索和互动协作的学习^[1]。

《课程标准》指出“在课程实施上, 要进一步改进教学方式, 促进学生的自主学习、合作学习和探究学习, 提高实践能力, 培养创新精神”^[2]。为提高大学体育课程整体教学质量, 解决大学生体育锻炼参与不足、身体素质差的问题, 在大学体育课程教学中, 加入课后体育作业任务, 依托互联网+数字化、智能化的特性技术平台, 驱动学生进行体育锻炼、拓展学生学习锻炼的时间空间, 提升体育

课程的教学质量, 全面提升学生的身体素质, 改善体质健康状况, 实现大学体育课程的目标, 学生完成的过程就是学生参与体育健身锻炼提升身体素质的过程。

2 任务驱动教学模式在大学体育课程中的实践设计

2.1 秉持教育部指导纲要的核心精神, 积极转变教育理念、全面优化课程结构

《普通高等学校体育教学指导纲要》明确要求“为实现课程目标, 要把有目的、有计划、有组织的课外体育锻炼、体育活动、运动训练等纳入体育课程, 形成课内外、校外有机联系的课程结构”。^[3]

随着体育教学模式的不断改进, 教师们也在尝试多种不同的教学模式, 积极革新教育理念, 优化课程结构。在大学体育课程中, 引入任务驱动教学模式, 激发学生的运动热情与主动性, 提升学生身体素质与体育技能, 推动体育教育高质量发展, 为达到促进学生体质提升的教学目标而不断努力。但是, 由于体育课程的特殊性, 传统体育教学难以检查、评价体育课后作业的完成情况, 导致了课后体育锻炼教学环节的缺失。随着互联网时代到来, 现代移动通讯信息技术的广泛使用, 多种运动类 APP 的出现, 使得体育课后学生体育锻炼的实施, 教师对课后任务的检查、

评价成为可能。在此前提下,高校体育教师需要不断学习,革新理论,从传统的教育理论向现代化教育理论转变,深入研究前沿教育思想,参与学术交流,不断更新对体育教育的教育认知。提升职业素养、转变理念、充分利用现代化技术手段,优化课程结构、打破学科壁垒,构建更具综合性与开放性的大学体育教学体系,提高大学体育课程教学质量。

2.2 把准驱动目标、厘清影响因素、科学设计任务内容

2.2.1 把准任务驱动方向,精准设定课程目标

个人或社会对体育存在的意义和价值,这种意义和价值决定体育课程的发展方向。^[4]

任务驱动教学模式的教学目的是让学生在有任务监督的情况下,形成课后主动锻炼身体的意识,养成经常锻炼的习惯,从而树立终身体育锻炼意识,树立大健康观。在大学体育课程教学中如何选择课后任务,把握好课后环节的利用,如何利用课后任务来促进学生积极参与锻炼、提高身体素质,是任务驱动模式教学的重要内容。因此,任务目标应聚焦在学生技能提高,体能提升和培养运动习惯上,不扩大目标、不偏离目标,有的放矢,才能为后续的任务设计提供准确的方向。

2.2.2 厘清影响完成任务的因素、合理设计任务内容

体育课后作业任务的完成受到多种因素的影响,只有厘清这些因素,才能合理设计课后作业的内容。通过教学实践发现,影响体育课后作业任务的因素主要有以下几方面:

一是学生完成课后任务的时长影响。大学生的学习任务繁重,课后需要完成多门课程的作业,还要参与社团、班级活动等,因此对学生课后任务的布置要适当,时间过长学生难以完成,时长过短,则影响锻炼效果。

根据《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》中提出的“确保学生每天锻炼一小时”这一理念,合理设计学生的课后锻炼任务。^[5]因此,内容的设计要考虑其实际可操作性,完成的形式也可多样化,可以要求一次性完成,也可以使用碎片化锻炼时间来完成。

二是课后任务要尽量减少器材的使用。在实际实施中发现,学生完成跑步、跳绳这两个项目的情况要整体好于其他项目,其中跳绳项目中,徒手模拟跳绳的完成情况又好于持绳跳绳。力量类项目中,徒手练习项目的完成情况要优于借助器材练习的项目,如男生完成俯卧撑、波比跳的任务远远好于完成引体向上的任务。需要借助器材的锻炼任务,有不同程度的局限性,究其原因,有些器材在室外受到天气影响,如引体向上要用到单杠,如遇到雨天或极寒天气,则不便使用,加上有些学生上肢力量难以独立完成,需要同学帮助等情况,致使学生完成任务困难,就会出现敷衍任务或是干脆置之不理。手持器械的项目如跳绳或球类等,则会遇到学生没有器材,又不愿意专门购置器材,阻碍了学生参与任务的积极性等。鉴于以上情况,

教师在安排体育课后作业时,尽量布置不需要器材的任务,尽最大可能排除障碍,提高学生的参与积极性以及提升完成的效果。

三是学生提交作业检查要便利可行,教师检查点评客观真实。由于体育课程的特殊性,其作业绝大多数是身体活动,教师难以直接了解学生完成课后作业任务的情况,一般需要学生提交完成作业的凭据,因此学生提交凭据的便利与否,直接关系到体育课后作业能否执行到位。随着信息技术的不断发展,出现了许多运动服务功能的 APP 软件,不仅为运动者提供多种服务,如计量跑步的距离速度、记录跳绳的次数、俯卧撑、仰卧起坐等的完成次数及完成质量,也为师生之间的交流沟通提供极大的便利,还能为学生提交体育作业提供便利。教师需要在这些软件中进行慎重选择,选择功能多样,操作方便,功能齐全的运动软件,既能满足学生便于计量运动成绩,也能方便教师检查学生完成锻炼任务的情况,有利于保证教师在任务教学模式中对学生锻炼情况评价的客观性,同时也促进教学模式的合理进行。

2.3 纳入教学评价,强化监督管理

通过实践教学中发现,有些学生对待体育课后作业的态度不够端正,有的敷衍作业任务、有的置之不理、有的提供假的批图依据,有的利用 APP 的监测漏洞作弊等等,因此教师必须要及时了解学生完成课后作业的情况,要进行常态化抽查、检查、点评,并及时采取相应的措施、督促学生完成体育作业。充分利用现代化技术手段,把课后学生自主锻炼纳入为教学评价的一部分,强化监督管理,构建常态化的评价体系。

3 任务驱动教学模式在大学体育课程中的实践效果分析

3.1 合理设计课后作业任务,促进提升学生身体素质与技能学习

良好的体能是体育技术学习的保障,在常规教学的基础上,实施课后体育作业的任务,把体育课后作业的内容与课堂教学的内容相关联,在实现促进学生参与体育锻炼、提升身体素质的同时,有助于体育技能的学习。如跳绳是本学期的课程考试内容,但是课中练习的时间有限,如该项目作为课后作业任务,不仅能弥补课中锻炼的不足,还能有效促进身体素质的提升;女生学习篮球技术时,常遇到因上肢力量不足,导致影响投篮的情况,那么在课后作业中安排相应的上肢力量的练习任务,对篮球投篮技术的掌握也有帮助。

3.2 结合学生情况制定阶段目标,增强学生自主学习能力

高校体育课程课后作业的设计可以以学期为单元,同时要切实结合班级学生身体情况,适当调整项目内容及运动量。在实际教学中发现,不同专业、不同班级的学生的

身体素质以及对待体育锻炼的态度都存在差异,在安排体育课后作业时充分考虑不同班级学生的具体情况进行适当调整,特别要注意身体异常学生,要有针对性的安排课后作业,以促进这类学生养成良好的锻炼习惯,增强体质健康。

3.3 充分发挥学生干部的作用,培养团队协作能力

实施体育课后作业会给任课教师增加很多工作,特别是教学任务重得时候,检查、督促学生完成课后任务就难以全面细致,若充分利用班里的体育委员、班长等学生干部,来协助教师检查、督促课后作业的完成,不仅能给老师提供帮助,还能及时反馈同学的情况,便于教师调整作业内容与形式;同时有些课后作业任务由学生干部组织班级同学一起完成,形成锻炼团队,有助于培养团队的协作能力,同时能提升锻炼氛围;培养责任心,增强同学之间情谊。

3.4 不断优化体育成绩考核方式,提升体育技能熟练掌握

传统体育课程教学的平时成绩主要是考察考勤及课堂表现情况,实际评价中则是以考勤为主,对于学生学习过程的评价几乎没有,任务驱动教学模式下学生课后作业任务的完成情况,能较公平的体现学生参与体育锻炼的态度和自我锻炼的效果,作为学生过程评价的内容能体现教学评价的科学性和合理性。通过2学年在4个教学班里的实验发现,当课后作业对学习成绩没有影响时,只有16%的学生会参与课后作业,10%左右的学生会较好的完成课后作业。当课后作业占学期总成绩的10%时,有90%的学生会参与课后作业,71%左右的学生会较好的完成任务。当课后作业的成绩占比达到20%时,学生参与率达到98%,91%左右的能较好完成任务。学生通过课中和课后两个环节的学习和巩固,对于其提升体育技能起到较大的影响作用。当然,学生体育成绩的评价需要不断优化,需要进一步的完善改革。

3.5 灵活调整课后作业内容,逐步形成终身体育锻炼的意识

大学体育课任务驱动模式是我们督促学生自主锻炼的一种手段,也是培养学生形成终身体育锻炼意识的一个途径。学生在完成体育课后作业时,会遇到各种情况,如器材原因、天气原因、身体原因等,教师应依据具体情况,及时调整任务内容与完成形式,便于学生完成。如个别身体素质差或是病痛在身的学生,如任务内容完成不了的,则灵活替换成类似项目,换一种方式练习。如男生的引体向上做不了,可以考虑用俯卧撑、波比跳来替代;女生仰卧起坐做不了可以采取仰卧举腿等;如果遇到雨季,跑步任务可以换成原地跑,或是延长任务完成的期限等,教师应从关爱学生的角度去看待学生完成任务的情况,体育课课后作业的目的是促进学生参与锻炼,进而培养学生终身体育锻炼意识的形成,而不是惩罚学生。

3.6 提升教师职业素养、转变教学理念、用具体措施促进任务的落地

教师是任务的具体设计者、实施者,任务驱动教学模式虽能有助于学生增加锻炼时间、提升身体素质等,但与传统教学模式相比较,增加了教师的工作量,因此需要加强对教师的思想教育、强化教师的责任心,引导教师学习运用现代化的教学手段、更新教学理念、提升教师的职业素养,让教师能够把体育课后任务实施到位,同时学校也因该有配套的管理措施、驱动教师落实该项工作,把有些工作具象化,如在教学计划中纳入课后体育作业的单元计划、目标;教案中有每周的课后作业安排内容,课后记录里有相关的检查抽查记录,成绩评定时学生的课后作业得分等等。

4 任务驱动模式在大学体育课程中应用的问题与对策

4.1 存在的问题

4.1.1 任务设计难度把控不当

学生身体素质不一,部分教师对学生的实际水平和能力估计不足,课的任务设计难度难以一次性把控,导致任务过高或者过低,难度过高,学生产生挫败感,过低学生又觉得缺乏挑战性,无法激发学生的锻炼兴趣,因此,在教学实践中需要教师根据具体情况进行合理的调整。

4.1.2 学生个体差异关注不够

不同学生在体育基础、学习能力和兴趣爱好等方面存在较大差异。在任务驱动教学中,教师难以兼顾每个学生的个体差异,导致部分学生在完成任务时遇到困难,影响学习效果。

4.1.3 教学资源不足

任务驱动模式需要丰富的教学资源的支持,学校教学资源的限制,无法满足任务驱动式模式的实施,限制了教学模式的有效实施。

4.1.4 学生完成情况的监督空白

运动APP的监督空白,导致学生有机会采取由他人代替完成作业的现象,或采用其他手段来完成课后作业的舞弊行为,监督的空白是任务驱动模式实施效果数据完全真实的遗憾。

4.2 对策与建议

4.2.1 精准把握课后任务的难度。

教师在设计课后任务的时候,要充分了解学生实际情况,合理确定任务难度,发现难度不适宜应及时调整修改,也可以进行课后任务分层,或内容多样化,让学生选择合适自己的锻炼任务,使每个学生通过课的任务完成而获得成就感。

4.2.2 关注学生个体差异。

教师关注每个学生的个体差异,给与针对性的指导和帮助,对能力较强的同学给与较高的任务要求,对完

成有困难的学生适当降低任务要求，也可帮助学生组成锻炼团队，形成学生之间的锻炼互助，提升学生之间的友谊及增强同学间凝聚力，同时也提高学生的组织能力和团队精神。

5 结语

在大学体育课程中实行任务驱动的教学模式，是新时代高校体育课程教学改革的要求，也是高校体育课程深度改革的一种新型教学模式。在任务驱动模式的教学下，激发了大学生对体育锻炼的兴趣，同时提升了大学生自主学习的能力，增强了学生之间的合作意识，优化大学体育课程的教学效果，强健大学生的体质，提高大学生的体育素养，对培养大学生终身体育的意识起到积极作用。总而言之，在大学体育课中实施任务驱动模式，为大学体育课程带来了积极的变化，有助于实现体育教学目标，促进学生全面发展。

基金项目：湖南省高等学校教学改革研究项目，互联网+背景下独立学院大学体育课程任务驱动教学模式的研究与实践（HNJG-2021-1338）。

[参考文献]

- [1]蔡楷泽. 基于 SPOC 的任务驱动教学在体育院校篮球选修课教学的实验研究——以广州体育学院为例[D]. 广州: 广州体育学院, 2024.
 - [2]黄牧航. 任务驱动式教学与中学历史核心素养的培育[J]. 天津师范大学学报(基础教育版), 2022, 23(6): 56-57.
 - [3]教育部. 关于印发《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的通知[A]. 2002. 8. 6. 体教体艺(2002)13号.
 - [4]张祝平. 日本体育课程改革理念及对我国中小学体育课程改革的启示[J]. 山东体育科技, 2007(4): 66-68.
 - [5]国务院. 《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》[EB/OL]. (2007-05-07) [2025-04-15]. <https://www.baidu.com>.
- 作者简介：夏晟（1971—），女，湖南株洲人，湖南工业大学体育学院副教授，研究方向：体育教学与训练学；*
通讯作者：黄敏（1968—），女，湖南株洲人，湖南工业大学科技学院教授，研究方向：体育教学与训练学。