

2025 年湖南省普通本科高校教育教学改革 典型分享项目成果简介

项目名称：OBE 理念下大学体育线上线下混和教学模式的
实践研究

单位名称：邵阳学院

项目主持人：罗跃平

团队成员：吴秋来、李丹、杨思佳

一、项目研究背景

我国大学体育教学采用传统的线下教学模式已取得了可喜成就，但随着信息技术的发展与学生获取体育信息渠道的增加，传统单一的线下教学模式已无法有效满足学生学习需求，暴露出学生学习目标不明确、被动参与体育活动、身心健康水平均有所下降等问题。目前大学体育教学模式与学生体育健康需求不断增长的矛盾突出，这对大学体育课程教学提出了更高层次的要求。体育是一门实践性较强的学科，线下体育传统课程以身体练习为基本手段发挥着它的实践性作用，线上体育课程更适合项目文化背景知识、健康促进知识、竞赛规则和技术动作讲解分析，线上线下混和教学模式两者相辅相成，共同促进学生身心健康发展与运动技能的提高。本研究在 OBE 理念下，以邵阳学院大学体育课程为突破点，用线上和线下相结合的新模式进行大学体育教学改革，以期高校学子带来更优质的大学体育课程体验，为促进学生身心健康发展服务，同时为大学体育一流课程改革发展提供实践指导与理论支撑。教育信息化十年发展规划纲要和健康中国规划蓝图，为体育课程在线下和线上课程改革与发展提供了新平台，为体育课程教学模式在学生体质健康促进中提供了新思路。

二、研究目标、任务和主要思路

研究目标、任务：运用成果导向教育（Outcome based education，简称 OBE）理念，结合大学体育课程的应用场景，改革现有的线下单一教学模式，构建大学体育线上线下混合教学模式的实践，为落实立德树人，切实提高学生体质健康水平和促进学生全面发展服务。主要解决**体育理论知识欠缺**，在运动过程中难以实现体育项目运动技能关键细节的多角度、慢速度示范，影响学生学练赛体验，不易达成技能的高阶运用；学生体质健康水平总体水平不容乐观等问题。

主要思路：

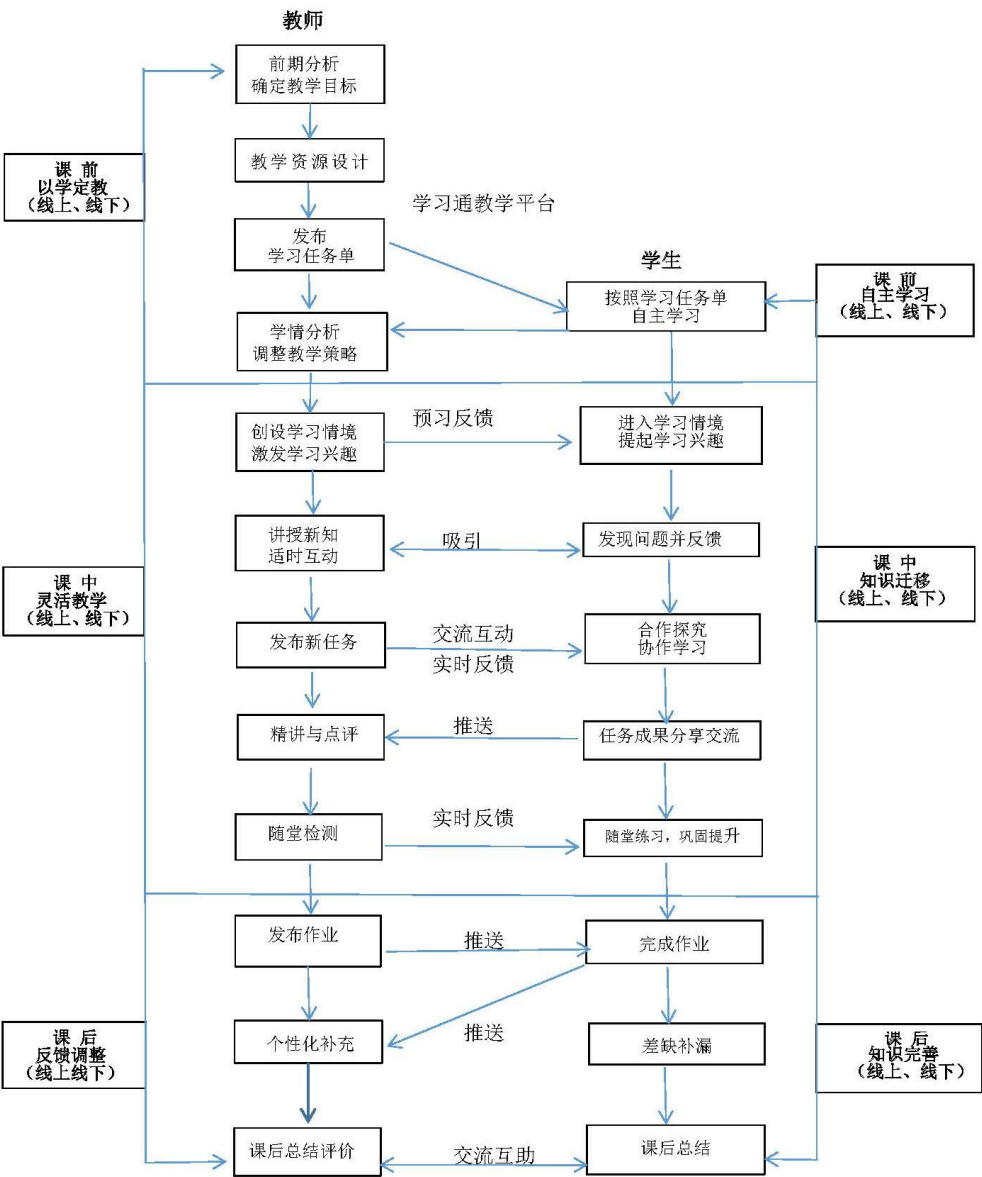


图 1 大学体育线上线下混合教学实施方案

三、主要工作举措

主要采用理论研究与实践探索相结合运用科学研究的方法,构建基于专业核心素养的人才培养新模式,提高培养人才质量,推动大学体育教学改革的发展。

1、搭建高校大学体育线上线下混合性教学模式。

改革传统以课堂体育教学、课外体育活动体质健康素质拓展和体育竞赛的大学体育线下教学模式,增加线上教学模式,线上线下教学两者结合,充分调动学生在体育方面的自主学习能力,养成良好的体育锻炼习惯,为他们的终身体育学习和锻炼打下基础。

2、改革传统的体育课评价方式。

教学评价由线上评价与线下评价两方面组成,线上评价主要实施在课前的线上学习当中,线下评价主要实施在实际的线下课堂当中,主要目的是为了“以评促教”和“以评促学”来提高体育课堂的质量,以更好地激发学生自主学习的积极性。

3、提升学生身心健康水平。

提高线上和线下相结合的教学模型的有效性,提高学生学习兴趣,增强学生体质,促进身心健康,培养学生终身体育意识。

四、取得的工作成效

本项目自 2023 年 9 月启动以来,经过 2 年的探索与实践,无论在理论探索还是在教学实践中度做了不少的工作,取得了一定的成绩,也有许多不足。具体总结如下:

1、理论研究情况及取得主要成绩

(1) 出版的专著 1 部,《大学生体质健康与体育教学改革研究》。

《大学生体质健康与体育教学改革研究》,九州出版社(全国百佳出版社),2024 年 7 月出版,CIP 核字号:第 2024L8L526 号。专著中阐述了线上线下混和教学模式在大学体育教学中的应用,不仅能提升学生锻炼健身的效果,同时也有助于学生身心健康发展。因此在开展大学课程教学期间,应该加强大学体育课程建设,强化对线上线下混合教学模式的利用,借助线上线下课程便捷、互动性强等优势,灵活设计三维教学目标,加大师生间的互动与交流,在线解答学生存在

的疑惑，确保教学中存在的问题能彻底解决，提升教学质量和效果。

(2) 发表论文 1 篇，《OBE 理念下大学体育线上线下混和教学研究》。

《OBE 理念下大学体育线上线下混和教学研究》，运动-休闲（省级一般），2023.23，OBE 理念下线上线下混合教学模式是我国大学体育教育发展的一个新趋势，在 OBE 教育理念的指引下，发挥线上和线下教学的联动、互补作用，有助于提升体育教学过程的个性化与能动性，打通大学体育课堂的教学闭环，推动大学教学水平的进一步提升。

2、教学实践情况及取得主要成绩

(1) 调研高校大学体育课程的改革情况，吸取其它高校的先进经验。与此同时，向本校参与公共体育教学的全体老师、管理人员及部分大一、大二学生征询课程改革的意见或建议，听取多方的想法和思路，确定实施大学体育线上线下混合性的教学改革。



(2) 组织课题组成员召开专题研讨会，针对前期的调研情况进行汇总和分析，并讨论课程改革的总体思路和具体措施，确定后再讨论各课程的具体改革方案，形成改革的初步操作性方案。



(3) 服务邵阳市体育教育和体育文化事业，为建设体育强国贡献邵阳力量。



（4）学校课内、外活动开展的有声有色，受益学生较广。

学校课内、外活动开展的有声有色，近 5 年毕业的学生中，学生体质健康水平连续提升，学生参加国家级和湖南省级比赛取得多项奖牌，该项目的理论与实践成果直接受益对象为邵阳学院学生及邵阳市各类送培到基层教师及学生，约 2 万人以上。



五、特色和创新点

1、对接“健康中国”国家战略，重构运动技能与知识学练赛应用为导向的线上线下课程体系。

运用 OBE 理念，从个体发展、学校教育、家庭互动、国家与社会需求四个层面，以及大学体育项目应用的休闲健身、比赛对抗交流和高水平赛事欣赏三大场景对课程内容进行重构，以大学体育运动技能学练应用为中心，串联项目文化背景知识、健康促进知识、竞赛规则和基本战术，体现大学体育运动知识与技能学练的专业性、应用范围的普适性和参与的趣味性。

2、综合应用，赋予大学体育课程教学以生命力。

以学生为中心，模拟休闲健身、比赛对抗交流和高水平赛事欣赏三大场景，营造体验式与沉浸式环境，实现大学体育背景知识、技术、战术和竞赛规则的综

合应用，并将课程思政元素融入其中，赋予课程教学以生命力，体现课程学习的高阶性与挑战度。

3、发挥线上线下结合的多维度优势，全方位记录大学体育学练赛的进步。

利用线上资源及工具突破时空与场地限制，前置知识与技术动作概念理解等初阶学习阶段，巩固课堂学练效果，满足学生泛在体育学习需求。线下课堂上，依托视频分析技术和数字化教学互动工具展开个性化学练面对面指导，获取各类教学反馈信息，多形式记录学生学练进程，更高效发挥以体育体、育心、育智、育德的独特作用。