

翻转课堂在普通高校体育舞蹈课中的效果研究

祁晶琚

山西体育职业学院 山西 太原 030036

[摘要]随着社会对高质量教育需求的日益增长,普通高校体育舞蹈课程的教学模式也面临着新的挑战与机遇。翻转课堂作为一种新兴的教学模式,通过重新分配课堂内外的学习时间,极大地提升了学生的学习自主性和课堂互动性。本文旨在深入探讨翻转课堂在普通高校体育舞蹈课中的应用效果,分析其对学生学习兴趣、技能掌握及创新能力的影响。

[关键词]翻转课堂; 体育舞蹈; 普通高校; 教学效果; 创新能力

[中图分类号] G807.4 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1893-9338 (2026)-0084-76 **[收稿日期]** 2026-03-25

一、引言

在快节奏的现代生活中,体育舞蹈作为一种既能锻炼身体又能提升艺术修养的运动项目,受到了越来越多人的青睐。特别是在普通高校中,体育舞蹈已经成为体育课程的重要组成部分。然而,传统的体育舞蹈教学模式往往侧重于教师的讲解与示范,学生被动接受知识,缺乏足够的实践机会和互动环节,难以满足当前学生对于个性化、多样化学习的需求。因此,探索新的教学模式,提高体育舞蹈课程的教学效果,显得尤为重要。

翻转课堂作为一种全新的教学理念,打破了传统教学模式的束缚,将学习内容提前发布给学生,让学生在课前通过视频等学习资料进行自主学习,课堂上则更多地用于讨论、答疑和互动。这种教学模式不仅提高了学生的学习自主性,还增强了课堂的互动性和趣味性。本文将从翻转课堂的概念与特征

出发,结合实证研究,深入探讨翻转课堂在普通高校体育舞蹈课中的应用效果。

二、翻转课堂的概念与特征

(一) 翻转课堂的概念

翻转课堂,又称颠倒课堂或反转课堂,是一种颠覆传统教学模式的新型教学方法。它强调学生在课前通过视频、PPT 等学习资源进行自主学习,完成知识传授的过程;而在课堂上,教师则主要负责组织讨论、答疑、互动和实践等活动,完成知识内化和技能提升的过程。这种教学模式不仅改变了学生的学习方式,也重新定义了教师的角色和教学流程。

(二) 翻转课堂的特征

- 1. 自主性:** 翻转课堂强调学生的自主学习,学生可以根据自己的节奏和兴趣进行学习,避免了传统课堂上被动接受知识的弊端。
- 2. 互动性:** 翻转课堂注重课堂上的互动

与讨论,学生可以与教师、同学进行充分的交流与合作,共同解决问题。

3. 实践性: 翻转课堂将更多的实践机会留给了学生,让学生在实践中巩固知识、提升技能。

4. 明确性: 翻转课堂的教学目标更加明确,学生能够清晰地知道每一堂课的学习重点和需要掌握的技能。

三、研究对象与方法

(一) 研究对象

本研究选取了某高校的 120 名体育舞蹈课学生作为研究对象,均为女生。这些学生来自不同的专业和年级,具有一定的代表性和广泛性。

(二) 研究方法

1. 实验设计: 本研究采用对照组和实验组的设计方法,将 120 名学生随机分为两组,每组 60 人。对照组采用传统的体育舞蹈教学模式进行教学,实验组则采用翻转课堂教学模式进行教学。

2. 数据收集: 本研究主要通过问卷调查、访谈、技能考核等方式收集数据。问卷调查主要了解学生对翻转课堂教学模式的满意度和学习效果;访谈则用于深入了解学生和教师对翻转课堂的看法和建议;技能考核则用于评估学生的体育舞蹈技能水平。

3. 数据分析: 本研究采用 SPSS 等统计软件对数据进行分析处理,主要包括描述性统计分析、差异性检验等。

四、翻转课堂教学模式的实施

(一) 课前准备

在翻转课堂教学模式下,教师需要提前准备好学习资料,包括视频、PPT、讲义等。这些资料应涵盖体育舞蹈的基本动作、技巧、理论等方面的内容。同时,教师还需要将学习资料发布到网络平台或学习群中,供学生自主学习。

学生在课前需要认真观看学习资料,了解体育舞蹈的基本知识和动作要领。对于不懂的问题或难点,学生可以通过网络平台或学习群与教师、同学进行交流与讨论。这样不仅可以帮助学生解决自学过程中遇到的问题,还可以提高学生的学习兴趣和积极性。

(二) 课堂组织

在课堂上,教师需要组织学生进行讨论、答疑和互动等活动。这些活动可以围绕学习资料中的重点、难点进行展开,也可以结合学生的实际情况进行拓展和延伸。通过讨论和答疑,学生可以进一步巩固和深化所学知识;通过互动和实践,学生可以提升自己的体育舞蹈技能水平。

在课堂组织过程中,教师需要注重引导和激励学生的积极性和创造性。可以通过小组合作、角色扮演等方式激发学生的学习兴趣 and 参与度。同时,教师还需要及时给予学生反馈和指导,帮助学生解决学习过程中的困难和问题。

(三) 课后反思与总结

在翻转课堂教学模式下,课后反思与总结也是非常重要的环节。教师需要对学生的情况进行总结和分析,了解学生的学习效果和存在的问题。同时,教师还需要对自

己的教学过程进行反思和评估,总结经验教训和改进措施。这样可以不断完善翻转课堂教学模式,提高教学效果和质量。

学生也需要对自己的学习情况进行反思和总结。可以通过回顾学习资料、课堂讨论和技能考核等环节,了解自己在哪些方面做得好、哪些方面需要改进。同时,学生还可以与同学、教师进行交流和分享,共同探讨学习方法和经验。

五、教学效果的测量与分析

(一) 体育舞蹈技能考核成绩

为了评估翻转课堂教学模式对体育舞蹈技能的影响,本研究对两组学生的体育舞蹈技能考核成绩进行了比较。考核内容包括基本动作、技巧、节奏感、表现力等方面。通过考核发现,实验组学生的体育舞蹈技能考核成绩明显优于对照组学生。具体表现为实验组学生的动作更加规范、技巧更加熟练、节奏感更强、表现力更好。这说明翻转课堂教学模式能够显著提高学生的体育舞蹈技能水平。

(二) 学生对翻转课堂教学模式的满意度

为了了解学生对翻转课堂教学模式的满意度和学习效果,本研究采用了问卷调查的方法。问卷内容包括学生对翻转课堂教学模式的接受程度、学习效果、学习兴趣等方面的主观评价。通过调查发现,有近 90% 的学生表示愿意接受和采用翻转课堂教学模式。他们认为翻转课堂教学模式改变了传统教学模式的弊端,能够使学生更好地掌握体育舞

蹈技能知识;同时,翻转课堂教学模式还能够激发学生的学习兴趣 and 创新能力,培养他们的自主学习能力和团队合作精神。

(三) 翻转课堂教学模式对学生创新能力的影响

除了提高学生的体育舞蹈技能水平和满意度外,翻转课堂教学模式还对学生的创新能力产生了积极的影响。在翻转课堂教学模式下,学生需要自主学习和探索新知识,这要求他们具备一定的创新能力和问题解决能力。通过课堂上的讨论和互动环节,学生可以充分发挥自己的想象力和创造力,提出新的观点和想法。同时,教师还可以引导学生将所学知识应用到实际问题中去,培养他们的实践能力和创新精神。这些都有助于提高学生的综合素质和竞争力。

六、翻转课堂教学模式实施过程中的问题与建议

(一) 实施过程中存在的问题

1. 学生自主学习能力不足:部分学生缺乏自主学习的能力和习惯,难以适应翻转课堂教学模式的要求。这可能导致他们在课前无法充分预习和了解学习内容,影响课堂上的学习效果。

2. 课堂管理难度增加:翻转课堂教学模式下的课堂管理相对复杂和困难。教师需要组织学生进行讨论、答疑和互动等活动,这需要更高的课堂管理能力和技巧。同时,部分学生可能在课堂上出现走神、闲聊等情况,影响课堂氛围和学习效果。

3. 教师专业素养要求提高:翻转课堂教

学模式对教师的专业素养提出了更高的要求。教师需要具备丰富的专业知识和技能储备,以便能够解答学生在自学过程中遇到的问题;同时,教师还需要具备灵活的教学方法和手段,以适应不同学生的学习需求和风格。

(二) 改进建议

1. 加强学生自主学习能力的培养:教师可以通过布置预习任务、提供学习资源和指导等方式,帮助学生提高自主学习的能力和习惯。同时,教师还可以在课堂上进行定期的检查和评估,以确保学生能够按时完成预习任务并了解学习内容。

2. 优化课堂管理策略:教师可以采用小组合作、角色扮演等多样化的教学方法和手段来激发学生的学习兴趣 and 参与度。同时,教师还可以建立课堂纪律和规则来约束学生的行为举止,确保课堂氛围的严肃性和秩序性。此外,教师还可以利用技术手段如在线教学平台、智能教学助手等来辅助课堂管理,提高管理效率和效果。

3. 提升教师专业素养:教师可以通过参

加培训、学习交流等方式不断提升自己的专业素养和教学能力。同时,教师还可以积极参与教学研究和实践探索活动,以了解最新的教学理念和方法,并将其应用到自己的教学中去。此外,教师还可以与学生保持密切的联系和沟通,了解他们的学习需求和反馈意见,以便不断调整和改进自己的教学方法和手段。

七、结论

综上所述,翻转课堂作为一种新兴的教学模式,在普通高校体育舞蹈课中具有重要的应用价值。通过实证研究发现,翻转课堂教学模式能够显著提高学生的体育舞蹈技能水平和学习兴趣;同时,它还能够培养学生的自主学习能力和创新能力;在实施过程中虽然存在一些问题如学生自主学习能力不足、课堂管理难度增加等,但通过加强学生自主学习能力的培养、优化课堂管理策略以及提升教师专业素养等措施可以得到有效解决。因此,普通高校体育舞蹈课程应积极推广和应用翻转课堂教学模式以提高教学质量和效果。

参考文献:

- [1]孔凡同.我国高校大学生体育舞蹈课中协调能力的训练[J].体育科技文献通报,2009,17(10):69-70.
- [2]穆远.“一平三端”智慧教学系统在高校体育舞蹈课中的应用[J].新体育(下半月),2021,(12):75-78.
- [3]张欢欢.高校体育舞蹈课中应用多媒体教学手段的对比分析[J].浙江体育科学,2010,32(04):74-75.

- [4]李宝成.在医学院校护理学生中开设体育舞蹈课要思考的几个问题[J].新校园(中旬刊),2014,(02):47-47.
- [5]孙玉芹,王汝尧,李颂华.简析制约体育舞蹈课中男生学习积极性的因素及对策[J].运动,2013,(05):72-73.
- [6]刘涛.普通高校体育舞蹈课中摩登舞教学方法探析[J].商业文化,2011,(7X):291-291.

Colleges and Universities

Qi Jingjun

Shanxi Sports Vocational College Taiyuan, Shanxi 030036

Abstract: With the increasing demand for high-quality education in society, the teaching mode of sports dance courses in ordinary universities is also facing new challenges and opportunities. Flipped classroom, as an emerging teaching model, greatly enhances students' learning autonomy and classroom interaction by reallocating learning time inside and outside the classroom. This article aims to explore in depth the application effect of flipped classroom in sports dance classes in ordinary universities, and analyze its impact on students' learning interest, skill mastery, and innovation ability.

Keywords: flipped classroom; Sport Dance; Ordinary universities; Teaching effectiveness; innovation capability