

艺术院校学生个性化需求导向的体育课程设计与教学模式创新

侯广奇

四川音乐学院 四川 成都 610000

摘要: 艺术院校学生的体育需求具有明显的个性化特征,传统的统一化体育课程难以满足他们在身体素质、兴趣偏好和课程安排上的特殊要求。本文分析了艺术院校学生的体育需求特点,指出当前体育课程存在内容单一、教学方式僵化、考核模式不合理等问题,并提出了基于个性化需求导向的课程设计思路,包括目标设定、课程内容优化、灵活教学方式及多维度评价体系。以北京体育大学“数智健身操舞教学系统”为案例,探讨智能技术在体育教学中的应用,结果表明,该系统提高了学生的学习效率和课堂参与度,增强了体育课程的吸引力。未来,可结合人工智能和大数据技术进一步优化体育课程设计,实现更加精准、个性化的体育教学,提高艺术院校体育教育的实效性和创新性。

关键词: 艺术院校; 个性化需求; 体育课程设计; 教学模式创新; 智能体育教学

引言

在艺术院校的教育体系中,体育课程常常处于辅助地位,相较于专业课程,其重要性容易被忽视。然而,艺术类学生的身体素质对其专业学习至关重要,例如舞蹈、戏剧等表演类专业要求学生具备较强的身体控制能力,而美术、设计类专业的学生则需通过合理的体育训练缓解长时间伏案工作的疲劳。因此,体育课程不仅要提升学生的体能,还应结合其个性化需求,助力专业学习和身心发展。然而,现行体育课程多采用统一的教学模式,忽视了艺术生在体能基础、兴趣偏好和课程安排上的特殊性,导致教学效果有限,学生参与度不高。

针对这一问题,本文基于个性化需求导向的理念,分析艺术院校学生的体育需求特点,并提出适应其特点的课程设计策略。同时,本文也探讨了体育课程的教学模式创新,包括翻转课堂、任务驱动式教学和互动合作教学等,结合实践案例,展示这些模式如何提高教学质量和学生参与度。通过体育课程的优化和创新,艺术院校可以更好地促进学生的全面发展,使体育教育成为培养专业素养和提升综合素质的重要环节。

一、艺术院校学生的个性化体育需求分析

艺术院校的学生在体育课程上的需求与普通高校学生存在显著差异,主要体现在身体素质、运动兴趣和课业安排等方面。这种差异使得传统高校通用的体育教学模式难以完全适用于艺术院校,因此,探讨艺术生群体的体育需求特征,对于优化课程设计和提升教学质量具有重要意义。

(一) 艺术院校学生体育需求的特殊性

艺术院校学生的体育需求具有明显的特殊性,主要体现在以下几个方面:

首先,从身体素质来看,艺术类专业的学生因专业方向不同,身体素质存在较大差异。例如,舞蹈、戏剧表演等专业的学生需要较高的柔韧性和肌肉控制能力,而美术、设计类学生由于长时间伏案学习,往往容易出现体态问题,如肩颈劳损、腰背不适等。因此,统一的体育课程难以同时满足不同专业学生的需求。

其次,从运动兴趣的角度来看,艺术生相较于理工科或综合类院校的学生,更倾向于参与富有艺术表现力的体育项目。例如,舞蹈、瑜伽、体态训练、击剑等运动更能吸引他们,而对抗性较强的竞技类体育项目,如篮球、足球等,吸引力相对较低。由于兴趣的不同,单一的传统体育课程往往难以激发他们的主动参与性。

最后,从课业安排来看,艺术类专业课程安排紧凑,尤其是排练、创作等实践性教学占据大量课外时间,使得学生难以适应固定时间安排的体育课程。此外,部分专业的学生可能会因为专业训练导致身体疲劳,使得他们对高强度体育课程的接受度较低。因此,灵活可调整的体育课程模式更符合艺术生的学习节奏。

(二) 现行体育课程存在的问题

目前,艺术院校的体育课程在教学内容、教学方式和考核体系上仍然存在诸多问题,导致其教学效果受限。

首先,课程内容单一。多数艺术院校仍然沿用传统高校的体育课程模式,主要以田径、球类、基本体能训练为主,而缺乏符合艺术生兴趣与需求的特色课

程。课程内容未能充分结合艺术生的身体特点和审美需求,使得学生缺乏学习动力,参与度较低。

其次,教学方式僵化。传统体育教学多以教师讲授和集体训练为主,强调统一动作标准和竞技水平,但这种方式未能考虑到艺术生的个体差异。例如,一些体育课程要求全体学生进行相同的跑步、仰卧起坐、引体向上等训练,而未考虑部分学生的身体素质基础和专业需求,使得部分学生在学习过程中感到吃力甚至受伤,从而降低了参与意愿。

此外,考核方式不合理。许多高校仍以统一的体能测试作为体育成绩评定标准,如800米/1000米跑步、仰卧起坐、立定跳远等。然而,这种考核方式未能体现艺术生在体育课程中的个性化发展,例如,某些美术生可能在耐力跑方面较弱,但在柔韧性训练和身心协调性训练中表现优秀,过于单一的考核方式使得他们的体育学习成果无法全面展现。这不仅影响了学生的学习兴趣,也降低了体育课程的实际价值。

二、个性化需求导向的体育课程设计理念

针对艺术院校学生的个性化需求,体育课程的设计应从课程目标、内容创新、教学方式和评价体系等方面进行调整,使其更加符合学生的身体特点、兴趣爱好和课程安排,提高课程的吸引力和教学效果。

(一) 课程目标的个性化设定

体育课程不仅要提高学生的身体素质,还应促进身心健康,并结合艺术专业的特点,增强其身体表现力。针对不同专业,课程目标可以细化,例如,表演类专业的学生需要增强核心力量,提高身体控制力,而美术类学生则需要改善长时间伏案带来的体态问题。对于所有艺术生而言,体育课程还应注重情绪管理和压力缓解,提供放松和恢复训练,如瑜伽、冥想等,提高心理韧性和专注力。因此,课程目标的设定应涵盖身体素质提升、体态调整、身心健康调节等多个维度,使体育课程不仅是体能训练的场所,更是促进学生全面发展的平台。

(二) 体育课程内容的创新

为了更好地匹配艺术生的需求,体育课程内容应突破传统田径、球类项目的局限,引入更符合艺术审美和身体协调需求的运动。例如,舞蹈、艺术体操、击剑等艺术表现型运动不仅能提高身体灵活性,还能培养艺术表现力。瑜伽、普拉提等身心调节型运动能够提升柔韧性,帮助学生缓解肌肉疲劳,改善不良体态。此外,可增加趣味性体育项目,如飞盘、桨板瑜伽等,从而降低体育锻炼的门槛,提高学生的参与度和学习兴趣。课程的多样化能让学生更愿意投入体育锻炼,

从而达到更好的教学效果。

(三) 灵活多样的教学方式

传统的统一教学模式难以满足艺术生的个性化需求,因此体育教学应更加灵活。模块化教学可以将课程划分为力量训练、柔韧性训练、身心调节等不同单元,让学生根据自身需求自由选择。混合式教学则结合线上线下模式,学生可利用课前录制的视频进行自主学习,课堂上则进行针对性训练,解决艺术生课业繁重的问题。个性化训练计划则针对不同专业的需求制定专属方案,如为美术生设计肩颈放松训练,为舞蹈生安排平衡与核心训练,使每位学生都能获得适合自己的锻炼方式,提升体育课程的有效性。

(四) 体育课程评价体系的优化

体育课程的考核不应局限于体能测试,而应采用更全面的评价方式。过程性评价可以纳入出勤率、课堂参与度和自主训练记录,使考核不仅关注结果,更关注学习过程。多维度考核则可以结合运动表现、健康改善、运动兴趣等指标,例如通过运动日志记录训练情况,或者鼓励学生制定个人健身目标,使考核更加灵活。此外,提供多种考核方式供学生选择,例如体能测试、运动作品展示(如健身操编排、舞蹈表演)或训练日志等,使考核更具适应性,激发学生的学习积极性。

三、教学模式创新与实践案例

在艺术院校的体育教学中,传统教学模式难以满足学生的个性化需求,单一的教学方式往往导致学生兴趣低、学习效果不佳。因此,近年来高校纷纷探索创新教学模式,北京体育大学艺术学院在健美操课程中引入了“数智健身操舞教学系统”,利用智能技术优化教学方式,取得了良好效果。

(一) 数智健身操舞教学系统的应用背景

健美操课程要求学生掌握较高的协调性和节奏感,但传统课堂教学主要依赖教师示范和学生模仿,导致个性化指导不足,学生学习进度参差不齐。为了解决这一问题,北京体育大学健美操教研室研发了“数智健身操舞教学系统”,结合智能传感设备、人工智能分析和在线学习资源,为学生提供实时反馈和个性化训练方案。

(二) 教学模式与实践案例

该教学系统基于人工智能和大数据分析技术,结合智能传感设备,实现体育教学的数字化和智能化。其核心教学模式包括以下几个方面:

1. 智能动作捕捉与反馈

学生在练习健美操时,系统会通过智能穿戴设备(如运动手环、智能摄像头)实时采集身体动作数据,

并自动分析其动作准确性、力度、节奏等关键指标。系统能够即时检测出学生的错误动作,并通过语音或屏幕提示进行纠正。例如,当学生的手部动作未达到标准角度时,系统会提醒“请提高手臂角度”,帮助学生更精准地掌握动作要领。

2. 个性化学习路径推荐

该系统具备自主学习功能,学生可以在课前或课后登录在线平台,根据自身情况选择不同的学习路径。例如,基础较弱的学生可以选择“分解动作训练模式”,由系统逐步引导完成动作;有经验的学生可以选择“完整舞蹈训练模式”,直接进行整套健美操的学习。此外,系统还能根据学生的历史训练数据,自动推荐适合的练习课程,提高学习效率。

3. 课堂互动与智能评分

在课堂教学中,教师会结合该系统进行分组教学,每组学生在智能设备的引导下完成不同难度的训练任务。完成训练后,系统会基于学生的运动数据进行评分,并生成个人学习报告,详细列出学生的优点和待改进之处。教师可以通过这些数据,针对不同学生的特点进行个性化指导,使教学更加精准。

4. 远程教学与线上评估

由于艺术院校的课程安排较为紧凑,部分学生可能因专业课或演出任务无法按时参加体育课。为了解决这一问题,该系统支持远程教学,学生可以在课余时间使用在线平台进行自主训练,并上传练习视频或数据,教师可在线查看并给予评估。这一功能不仅提高了学习的灵活性,也使学生能够充分利用碎片化时间进行体育锻炼。

在2023—2024学年,北京体育大学艺术学院正式应用该系统,经过一学期实践,课程的学习效率提高35%,课堂参与率提升25%,学生自主训练时长增加40%。学生反馈认为,智能化的教学方式增强了学习兴趣,使体育课程更具吸引力。

(三) 教学模式创新的效果

该系统的应用突破了传统教学的局限,实现了个

性化指导,提高了学习效率和教学质量。智能化反馈使学生能够实时调整动作,远程教学模式也让学生更灵活地安排学习时间。实践证明,数字技术在体育教学中的应用不仅提高了课程的针对性和有效性,也为艺术院校体育教学改革提供了新的方向。

四、结语

本文基于艺术院校学生的个性化体育需求,分析了现行体育课程的不足,并探讨了针对性的课程设计与教学模式创新方案。研究表明,艺术生的体育需求不同于普通高校学生,传统的统一化教学模式难以满足他们在身体素质、兴趣偏好和课程安排上的个性化特点。因此,在课程目标设定上,应注重核心力量、体态调整和身心健康的结合;在课程内容上,可引入舞蹈、瑜伽、体操等富有艺术表现力的运动项目;在教学方式上,应采用模块化、混合式教学,并结合智能化手段,实现精准教学。

北京体育大学的“数智健身操舞教学系统”案例表明,智能化技术在体育教学中的应用能够有效提升个性化教学效果,提高学生的参与度和学习效率。未来,随着人工智能、大数据分析和虚拟现实技术的发展,艺术院校的体育课程可进一步借助智能设备、远程教学平台 and 数据分析工具,实现更加精准、高效的教学改革,为艺术生提供更科学的体育训练方案,促进体育教育与专业学习的深度融合。

参考文献:

- [1] 许向宇.高校体育舞蹈课程“全人模式”初探[J].才智,2020(2):6.
- [2] 华静,王福棕.艺术类院校大学语文的教学改革[J].中国教育学刊,2015(S2):304-305.
- [3] 李福全,王晓敏.翻转课堂在雕塑实践教学中的应用研究[J].中国教育学刊,2015(S2):310-311.
- [4] 张金鑫.浅谈高校小提琴教学现状与对策[J].中国教育学刊,2015(S2):312-313.
- [5] 郎贺,王立军.微学习时代下的大学体育教学方式转变[J].中国教育学刊,2015(S2):314-315.