

# 基于 OBE 教学理念下高职啦啦操课程教学设计与实践研究

肖好倩, 方敏

湘中幼儿师范高等专科学校, 湖南 邵阳 422000

DOI: 10.61369/RTED.2025260041

**摘要:** 利用 OBE 成果导向教育理念, 融入到高职啦啦操课程教学设计当中, 建立以学生为本、以需求为本、以实践为本的课程体系, 以此激发学生学习的积极性, 更好的满足学生的学习需求, 从而真正促进教学质量的提升。

**关键词:** OBE 教学理念; 啦啦操课程; 教学设计

## Teaching Design and Practical Research on Cheerleading Course in Higher Vocational Colleges Based on the OBE Teaching Concept

Xiao Yuqian, Fang Min

Xiangzhong Preschool Education College, Shaoyang, Hunan 422000

**Abstract:** Use the OBE achievement-oriented education concept, integrate it into the teaching design of the higher vocational course, and establish a student-oriented, demand-based and practice-based curriculum system, so as to stimulate students' enthusiasm for learning and better meet their learning needs, so as to truly promote the improvement of teaching quality.

**Keywords:** OBE teaching concept; lala exercise course; teaching design

### 引言

随着社会需求的不断变化, 市场对人才需求更加趋于综合与多样化。高职教育是国民教育体系和人力资源开发的重要组成部分, 肩负着培养技能型人才和实践型人才、促进就业创业的重要职责<sup>[1]</sup>。在高职教育体系中体育课程无论在增强学生身体素质培养学生健康理念, 亦或许促进体育产业发展, 培养专业体育从业者都占据重要地位。然而, 在体育课程教学过程中有部分学生学习积极性、主动性不高, 课后练习与运动量不足, 是当前高职院校体育专业所面临的巨大挑战。本文以啦啦操普修课程为载体, 创新性地将 OBE “成果导向” 教学模式融入到啦啦操课程教学设计之中, 旨在帮助提升教学质量, 激发学生学习积极性, 更好得满足学生的学习需求。

### 一、OBE 成果导向概念与特点

#### (一) OBE 成果导向概念

OBE 理念, 即成果导向、能力导向或需求导向教育<sup>[2]</sup>。该理念以学生最终学习成果为核心和出发点, 强调教师应先明确预期学习成果, 再据此设计课程、教学方法及评价体系。其具体含义是一种以学生的学习成功为导向的教育理念, 通过教师引导而不是教师主宰; 扩大学生学习机会而不是限制机会; 衡量学生能做什么, 而不是学生知道什么的方式, 提升、强化学生的知识整合能力, 从而激发学生的求知欲、探索欲。

#### (二) OBE 成果导向的特点

##### 1. 强调学生主体地位

“以学生为中心” 是 OBE 理念的核心要素<sup>[3]</sup>。尊重学生个体差异、了解学生学习需求、关注学生学习兴趣、扩大学生学习机会, 增强学生的知识整合能力, 激发学生的求知欲、探索欲, 致

力于让所有学生都能在原有基础上取得进步和成果, 确保每个学生都有机会达成预期学习目标。

##### 2. 明确学习成果导向

在学习初始就明确学生在完成该课程后应掌握的知识、技能和态度等成果, 且该成果应具体、可衡量、可完成且与社会需求息息相关, 同时也能为教学活动指明方向。以预期学习成果为前提, 反向设计课程体系、教学内容、教学方法和评价方式。先确定期望学生学到什么, 再考虑教什么、如何教以及如何评估学生是否达到目标。

##### 3. 注重学生能力培养

OBE 强调应该提升学生适应未来生活的能力, 教育目标应列出具体的核心能力, 每一个核心能力应有明确的要求, 每个要求应有详细的课程对应, 只有这样才能真正发挥能力本位思想职业院校重点以培养学生的实践能力为重点, 其教育实质就是解决 “高分低能”、“重知轻能” 的问题, 更应该确立 “能力为本” 的教

项目信息: 本文系 “湖南省教育厅课题, 一般项目, 项目编号: 24C1247, 主持人: 方敏课题题目: 幼专学前教育专业花球啦啦操 OBE 智慧课堂教学模式研究” 的研究成果。

育宗旨。

#### 4. 多样化教学与评价

OBE 根据每个学生个性化差异，制定个性化的评定等级，并适时进行评定，从而准确把握学生的学习状态，对教学进行及时修正<sup>[4]</sup>。职业院校学生个性化都特别强，也同时具有不服输的特点。借助成果导向的教育理念，将传统的“一锤定音”的考核方式调整修改为“过程性考核为主，期末考试为辅”的考核方式，注重过程学习、实践运用为主体的评价更能激发学生学习的主体意识，强化实践能力的综合运用。

## 二、基于 OBE 理念的啦啦操课程教学设计与实践

### (一) 课程目标的制定

课程目标可分为教育目标、课程目标、教学目标三个层次<sup>[5]</sup>。通过课程目标的制定明确学科核心素养，帮助学生掌握专业知识，树立正确的价值观念。因此，基于 OBE 理念高职啦啦操课程目标的制定，应立足于学校人才培养方案与课程的教学大纲，首要明确啦啦操课程培养学生的哪些能力与素质，再结合学生的实际情况和行业需求，最后制定具有针对性的课程目标。以预期学习成果为依据，啦啦操课程目标的内容具体见（表 1）。

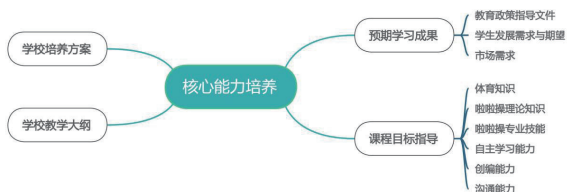


图 1 目标设计逻辑框架

表 1 课程目标内容

| 培养方案目标                                 | 课程目标内容  | 课程   |
|--|---|--|
| 1、通识知识<br>2、专业知识<br>3、实践能力<br>4、持续发展能力 | 1、啦啦操理论知识<br>2、啦啦操基本手位与步伐<br>3、手位+步伐组合<br>4、音乐与动作的协调性<br>5、团队协作能力<br>6、创编能力 | 1、学生应掌握啦啦操的基本动作要领、技术特点和编排原则；能够独立完成一套标准的啦啦操动作；了解啦啦操的竞赛规则和评分标准；能够深入理解啦啦操的运动原理和训练方法。<br>2、学生应学会自主学习和合作探究，能够运用所学知识解决实际问题；培养创新思维和实践能力，提高啦啦操动作的编排和创新能力。<br>3、激发学生对啦啦操运动的兴趣和热爱；培养学生的团队合作精神和竞争意识；提升学生的审美情趣和体育文化素养。 |

课程目标决定学生在学习过程中的努力方向，明确本节课需要学习的内容，通过一段时间的学习来检验自己是否达到课程目标的要求，学生在学习过程中具有明确的奋斗方向，既能增加学生的学习兴趣还能提高学生的专业水平，总支明确目标，找准方

向，学生才能有明确的奋斗方向。

### 1.OBE 理念在课程目标设计中的应用

上述课程目标设计始终以 OBE 理念为导向，以学生为中心，对啦啦操课程目标进行设计，不仅有助于提高专业知识和技能水平，还能提高学生的可持续发展能力。

(1) 掌握学生需求：考虑学生需求，激发学生的学习积极性；

(2) 强调能力的培养：注重知识点的掌握，也重视能力的培养，如自学、创编和沟通能力等；

(3) 以成果为导向：课程目标明确具体，且可衡量，便于评估教学成效。

### (二) 课程内容的选择与安排

啦啦操课程主要内容从课程知识、专业知识、实践能力、实践发展能力四个方面，具体见（图 2）。

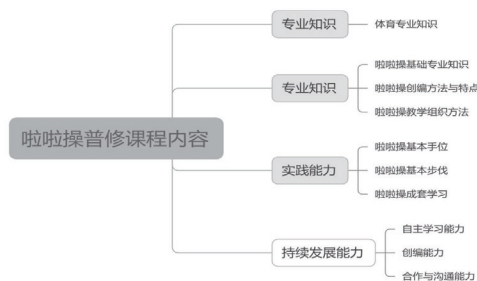


表 2 啦啦操课程内容设置

| 分类 | 内容要求   |
|----|--|
| 理论 | 1、啦啦操基本知识<br>2、啦啦操创编原则、方法、特点<br>3、啦啦操教学方法  |
| 实践 | 1、啦啦操基本 36 个基本手位、步伐<br>2、啦啦操手位+步伐的组合<br>3、啦啦操难度技巧的学习<br>4、啦啦操体能训练<br>5、啦啦操成套动作学习 |

在啦啦操普修课程内容设置上，打破传统教学模式即注重学生实践能力的提升，而是注重发展学生的持续发展能力，即发展学生的自主学习能力和创编能力、以及合作与沟通的能力。实践能力作为学习的基本能力，在此基础上重点发展学生的持续发展能力，通过小组合作、自行创编、自评互评等模式，让学生即当教练又当评委，练、赛、评与一体。

### (三) 教学计划的设计

基于 OBE 理念，啦啦操课程的教学计划设计需以预期学习成果为导向，确保学生课程结束后能达到预期学习目标。设计啦啦操课程教学计划应以学生为中心，提高其知识与技能的掌握情况；为促进学习成果的产出，培养学生的自主学习能力和创编能力和沟通能力。具体教学计划如下。

| 周次 | 课时 | 教学要点   |
|----|----|--|
| 1  | 2  | 1、啦啦操起源与发展、啦啦操项目分类<br>2、团队协作与团队文化<br>3、啦啦操音乐选择编排 |

|   |    |   |
|---|----|---|
| 5 | 10 | 1、啦啦操36个基本手位前八个、啦啦操基本步伐<br>2、手位+步伐组合<br>3、啦啦操难度技巧学习<br>4、专项体能训练 |
| 8 | 16 | 1、啦啦操成套动作学习<br>2、啦啦操成套队形的编排<br>3、啦啦操难度技巧练习<br>4、专项体能训练          |
| 2 | 2  | 1、啦啦操成套作品展示<br>2、考评   |

#### (四) 教学评价

教学评价不仅是教学体系的重要环节，还是教学科学化的必要环节<sup>[6]</sup>。在构建 OBE 为指导的啦啦操课程教学评价体系过程中，必须把学生的“学”和教师的“教”放在突出位置，以此来对学生的成果作出评价。

1. 通过课堂观察对学生的情况进行了深入观察和详尽记录，进行实时评价和调整教学策略。

2. 通过学习通、班级微信群等方式定期布置和评阅作业，及时掌握学习动态，对学生进行全面的观察和追踪。

3. 通过观察小组内的互动情况，评价学生的团队合作精神和领导能力。

4. 通过学生自评和互评，培养其观察能力、沟通能力和自我评价能力。

5. 通过课堂测试教师能及时了解学生掌握情况，促进学习成果的持续产出，通过随测结果，及时调整教学进度和方法。

### 三、基于 OBE 理念的啦啦操课程教学实施成效

#### (一) 激发学生的学习动机。

以 OBE 理念为导向的课堂教学模式，帮助学生制定可实现的学习目标，增强学生的学习兴趣，给予学生自我思考的个人空间，啦啦操课程教学部分设计所选内容难度适中，让学生在课上体验成功的快乐，学生通过小组合作学会相互支持与鼓励，增强

团队凝聚力与归属感。让学生在课堂上有归属感，从而激发学生的学习动机，提升学习成效。

#### (二) 提升学生的学习质量。

OBE 理念为导向的课堂教学模式打破老师教学生被动学的传统模式，该模式旨在把课堂空间留给学生，让学生做课堂的主体，学生通过自主创编，自编成套自己表演，充分的把所学知识运用起来，对于提高学生学习效果具有重要作用<sup>[7]</sup>。此外，OBE 理念下教学模式中通过分组学习、展示、多元评等内容，帮助加强学生之间的合作意识，让学生学会合作、创新，提升学生综合实力。

#### (三) 提高学生的合作能力。

良好的学习与氛围是上好一堂的关键，OBE 理念的小组合作，帮助学生增强沟通与交流的能力，小组合作学习，能够让学生发现学习问题，再通过小组合作一起解决问题，啦啦操技术动作学习需要具有较强的团队合作意识以及凝聚力，充分的信任彼此才会有技术动作的突破，所以小组学习不仅能让同学之间增强凝聚力，还可以极大程度上提高学习效率。使得课堂学习效率不断提升<sup>[8]</sup>。

### 四、结论与建议

以 OBE 理念为导向的课堂教学模式能激发学生自主学习能力的提高，够提高学生学习的欲望，学生能够更加高效地学习，更好地掌握技术动作，学生在课堂学习过程中通过小组讨论、交流合作的形式的形式，学生拥有独立思考的机会，培养良好的合作意识，养成独立思考的习惯，更有利于整体教学质量的提高<sup>[9]</sup>。

目前，以 OBE 理念为导向的课堂教学模式在体育专业中的应用并不广泛，仍以传统模式为主。在实际教学中需逐步融入新教学模式，同时保留传统模式的优势，并注重循序渐进地实施教学改革，又要发挥 OBE 理念下对分课堂教学模式的作用，以便可以更加高效地完成提前预设的课堂学习目标<sup>[10]</sup>。

### 参考文献

- [1] 林俊."十四五"时期我国高等职业教育深化改革的导向、任务与路径[J].教育与职业,2022,(04):5-12.
- [2] 王德选,陈秀玲.基于 OBE 的智慧课堂教学改革与实践[C]//中国智慧工程研究会智能学习与创新研究工作委员会.2022 教育教学与管理(高等教育论坛)论文集.重庆化工职业学院;2022:291-293.
- [3] 赵婧.基于 OBE 理念下体育教育专业体操普修学生教学实践能力培养策略研究[D].武汉体育学院,2025.000048.
- [4] 杨书平.基于 OBE 理念的体育院系健美操课程教学设计与实践研究[D].成都体育学院,2025.000002.
- [5] 胡微,石伟平.从高通应到高质量:新时代职业教育改革的定位、挑战与路径[J].教育发展研究,2022.09.001.
- [6] 刘玉芳.OBE 教学理念应用于高职院校啦啦操选修课的实验研究[D].哈尔滨体育学院,2024.000253.
- [7] 姚碧玉.基于 OBE 教育理念下 PBL 教学模式在学校体育学课程中的应用研究[D].河北师范大学,2023.000235.
- [8] 黄美林.啦啦操星级俱乐部亲子课程教学设计与实践研究[D].武汉体育学院,2021.000231.
- [9] 卢艳.高职啦啦操教学对学生团队协作能力的培养[J].娱乐体育,2025,(10):76-79.
- [10] 鲍碧翔.高职院校啦啦操课程思政建设的实践路径研究[J].体育视野,2023,(21):64-66.