数智化背景下高校公共体育啦啦操混合式教学创新研究

解浏丽，姚柳，谌梓研
湖北师范大学文理学院，湖北 黄石 435109
DOI: 10.61369/RTED.2026180010

摘　　要： 在教育数字化转型与《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》政策指引下，数智化技术为高校公共体育课程改革提供全新路径。啦啦操作为高校公共体育热门课程，兼具健身、美育、团队协作育人价值，但传统课堂存在课时有限、动作纠错效率低、评价模式单一、学生个体差异难以兼顾等现实问题。本文依托国家智慧教育公共服务平台建设要求，梳理数智化赋能啦啦操混合式教学的内在逻辑，剖析当前教学实践困境，构建“课前—课中—课后”一体化混合式教学框架，设计包含线上资源、线下实操、多维评价的创新教学方案，提出师资建设、资源开发、制度保障等实施对策，为高校公共体育啦啦操课程提质增效提供实践参考[1]。

关 键 词： 数智化；高校公共体育；啦啦操；混合式教学；教学创新

Research on the Innovative Blended Teaching of Public Sports Cheerleading Courses in Universities Under the Background of Digital Intelligence

Xie Liuli, Yao Liu, Chen Ziyan
College of Arts and Science of Hubei Normal University, Huangshi, Hubei 435109

Abstract: Guided by the digital transformation of education and the policy of Opinions on Comprehensively Strengthening and Improving School Physical Education in the New Era, digital intelligence technology has provided a new path for the reform of public physical education courses in universities. As a popular public sports course in colleges and universities, cheerleading boasts educational values in physical fitness, aesthetic education and team collaboration. However, traditional classroom teaching is confronted with practical problems such as limited class hours, low efficiency of movement correction, single evaluation mode, and difficulty in accommodating individual differences among students. In accordance with the construction requirements of the National Smart Education Public Service Platform, this paper sorts out the internal logic of digitally empowered blended teaching for cheerleading courses, and analyzes the practical dilemmas in current teaching. It constructs an integrated pre-class, in-class and after-class blended teaching framework, designs an innovative teaching scheme covering online resources, offline practical operation and multi-dimensional evaluation, and puts forward implementation strategies in terms of teacher team construction, resource development and institutional guarantee. The research provides practical references for improving the quality and efficiency of public sports cheerleading courses in universities[1].

Keywords: digital intelligence; university public physical education; cheerleading; blended teaching; teaching innovation

引言

随着《教育信息化2.0行动计划》《学生体质强健计划》相继出台，国家明确鼓励将人工智能、大数据、动作捕捉等数智技术深度融入学校体育教学，推进体育课程线上线下混合式教学改革，推动体育教学由传统结果导向转向过程性育人模式[2]。

啦啦操是高校公共体育重要选修课程，融合体操、舞蹈、音乐、团队协作，既能够锻炼学生身体协调性、柔韧力量，也能够培养集体意识、审美素养，落实体育美育融合育人目标[2]。传统啦啦操课堂以教师示范、学生模仿练习为主，受课堂时长、场地条件限制，教师难以对每一名学生动作进行精细化纠错；学生课下缺少高质量复习素材，基础薄弱学生跟不上教学进度，基础较好学生得不到拓展提升[3]。

混合式教学整合线上数字资源与线下实操训练，能够打破时空限制。数智化技术进一步赋能混合式教学，通过短视频教学、AI动作比对、学习大数据追踪，实现课前预习、课中精讲实操、课后巩固拓展的闭环教学[3]。但当前不少高校啦啦操混合式教学仍存在线上线下“两张皮”、数字化资源质量不足、教师数智教学能力薄弱、评价体系不完善等问题，亟需开展教学模式创新研究。

Copyright © This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

一、数智化赋能高校啦啦操混合式教学的价值

（一）破解传统课堂教学局限

公共体育啦啦操选课人数多，班级规模大，一节课内教师很难兼顾全部学生的动作细节。借助数智平台，课前推送分解示范视频、理论微课，学生自主预习基本手位、步伐，线下课堂可以把更多时间用于纠错、创编、分组练习，提升课堂效率，解决体育课理论教学薄弱的痛点[4]。

（二）满足学生个性化学习需求

不同学生身体素质、运动基础差异较大。数智平台可以根据学生学习数据，推送分层学习任务，基础薄弱学生反复回看基础动作视频；能力较强学生可以学习成套创编、竞赛编排拓展内容，实现因材施教，落实“健康第一”教育理念[5]。

（三）完善全过程多元评价体系

传统啦啦操考核多依靠期末成套动作展示，重终结性结果，忽视学习过程。数智化平台记录学生线上学习打卡、视频作业提交、课堂参与、小组创编、课外展演等全过程数据，实现过程评价与终结评价相结合，更加客观全面反映学生课程学习成效。

（四）拓展课程育人边界

依托数智平台，可以推送啦啦操赛事视频、课程思政素材，结合校园展演、线上作品展示、校级啦啦操比赛，打通第一课堂与第二课堂，实现“学—练—赛—评”一体化育人，强化团队精神、美育素养培育[6]。

二、当前高校公共体育啦啦操混合式教学现实困境

（一）线上线下教学割裂，资源建设质量不足

部分高校开展啦啦操混合式教学仅简单上传网络短视频，没有结合本校教学大纲开发校本教学资源；线上任务仅为打卡看视频，缺少配套习题、动作作业、讨论互动。线上学习和线下实操没有形成联动，线上学习数据没有反哺课堂教学设计，出现“线上挂课、线下应付”现象，混合式教学流于形式[7]。

（二）教师数智化教学能力存在短板

啦啦操授课教师大多具备专项运动技能，但缺少数字课程开发、AI 教学工具运用、教学数据分析能力。多数教师只会简单使用在线平台，不擅长录制标准化教学微课、运用动作比对工具开展教学，难以发挥数智技术的教学价值。

（三）评价体系仍偏传统，数智评价落地不足

不少课程依旧以期末成套动作展示作为主要考核，线上学习仅占很小权重。学生提交的练习视频缺少智能辅助评判，教师批改工作量大；体质数据、学习过程数据没有充分纳入课程评价，未能实现数据驱动的多元评价[8]。

（四）硬件条件与制度保障不完善

部分院校智慧体育设备不足，缺少动作捕捉、AI 动作纠错等硬件；学校缺少对体育混合式课程的专项经费支持，缺少激励机制，教师开展数字化课程建设积极性不足。

三、数智化背景下啦啦操混合式教学模式构建

本文构建“课前线上预习—课中线下实操—课后拓展巩固”三位一体混合式教学模式，依托国家智慧教育平台、雨课堂、MOOC 等数字化载体，实现线上线下深度融合。

表1 数智化啦啦操混合式教学流程设计

教学阶段	数智化工具	教学内容	教学目标
课前线上预习	MOOC 平台、教学短视频、在线题库	1. 推送啦啦操理论、手位步伐分解示范微课；2. 发布预习任务，完成线上小测验；3. 学生上传预习练习视频，教师提前掌握学生薄弱点	提前熟悉基础动作，降低线下课堂学习门槛，收集学习难点数据
课中线下实操	手机拍摄、AI 动作比对、智慧投屏	1. 针对线上反馈的共性难点集中讲解示范；2. 分组练习，学生录制练习视频，与标准动作对比；3. 开展成套创编、小组展示，教师针对性纠错；4. 组织课堂小组互评	重点攻克动作难点，开展实操训练，提升动作规范性、创编能力
课后巩固拓展	在线学习平台、校园赛事系统	1. 推送复习视频、拓展创编案例；2. 完成课后视频作业；3. 开展线上讨论，参与校园啦啦操展演、竞赛报名；4. 记录课外体育实践表现	巩固课堂学习内容，拓展第二课堂，强化团队协作与审美素养

（一）课前：数智化预习，实现学情前置诊断

教师结合教学大纲制作校本微课资源，把啦啦操基本手位、步伐、难度动作拆解为短视频，上传在线教学平台。学生利用课余时间自主观看学习，完成线上知识点测试，上传自己的练习视频。教师通过平台后台统计学习数据，梳理学生普遍存在的动作错误，作为线下课堂教学设计依据，做到精准备课，避免课堂重复讲授简单基础内容[9]。

（二）课中：线下为主，数智工具辅助实操教学

线下课堂以身体练习为核心，充分发挥体育课程实操属性。教师针对课前收集的共性问题进行重点讲解示范；学生分组练习，使用手机拍摄练习片段，投屏对比标准示范动作，直观发现自身动作偏差。教师针对个体问题开展一对一指导，同时组织小组创编练习，鼓励学生结合音乐完成简单成套编排。课堂内组织小组展示、同伴互评，把线上学习的成果转化为线下实操能力，避免线上线下脱节。

（三）课后：线上拓展，打通第一、第二课堂

课后依托平台布置巩固作业，学生提交练习视频，教师进行线上批改点评。同时推送国内外啦啦操赛事视频、课程思政素材，引导学生拓展学习。鼓励学生参与校园啦啦操社团、校内比赛、文艺展演，把课外实践表现纳入课程学习档案，实现课内学习向课外延伸。

 Copyright © This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

四、数智化啦啦操混合式教学多元评价体系

混合式教学改变“一考定成绩”的模式，构建线上学习＋线下实操＋课外实践三维评价体系，总评成绩由过程性评价（60%）＋终结性考核（40%）构成，充分运用数智平台采集全过程学习数据[4]。

表2 啦啦操混合式课程评价指标权重

评价维度	占比	评价内容	数据采集方式
线上学习过程	20%	线上微课学习、预习测验、课后作业、线上讨论参与度	在线平台后台数据
课堂实操表现	25%	课堂出勤、分组练习、小组创编、课堂展示、同伴互评	教师课堂记录、课堂视频记录
课外实践表现	15%	课外练习打卡、社团活动、校园展演、赛事参与	平台打卡记录、第二课堂系统
终结性考核	40%	成套啦啦操动作完成质量、节奏表现力、团队协作	期末现场展示

该评价体系将数智平台记录的学习轨迹作为重要评分依据，不只看期末成套动作，更加重视学生学习态度、进步幅度、创编能力、团队素养，落实立德树人的课程目标。

五、教学创新实施保障对策

（一）建设校本化数智教学资源

高校体育部要结合公共体育啦啦操教学实际，组织教师录制标准化微课、动作分解视频，开发配套习题、创编案例，避免直接搬运网络通用素材。依托国家智慧教育公共服务平台实现资源共享，建立校内啦啦操课程资源库，适配普通大学生的运动基础，兼顾基础教学与拓展提升。

（二）加强体育教师数智教学能力培训

定期组织体育教师开展混合式教学、数字化课程制作、AI教学工具应用专题培训。鼓励教师参加国家级、省级体育数字化教学培训，提升教师微课录制、教学数据分析、线上作业批改能力。建立教学激励机制，对优质混合式体育课程给予教学改革项目支持，调动教师课程建设积极性。

（三）完善硬件与制度配套

有条件高校逐步配置智慧体育教学设备，支持动作比对、视频采集；完善混合式课程教学管理制度，明确线上学习的考核要求，规范线上作业、过程记录的管理。建立课程质量反馈机制，定期收集学生学习反馈，持续优化教学方案。

（四）坚持体育课程实操为本，避免过度技术化

数智化只是教学辅助手段，公共体育啦啦操课程核心是身体练习。在混合式教学中不能过度依赖线上视频，必须保证线下实操课时占主体，防止出现“重线上、轻实操”的误区，守住体育课程的育人本质。

六、结论

数智化技术为高校公共体育啦啦操混合式教学改革提供新的机遇。面对传统课堂教学痛点，通过构建课前－课中－课后一体化混合教学模式，依托线上数字资源完成预习拓展，以线下实操为核心开展技能训练，建立线上线下课外多维融合评价体系，可以有效破解班级人数多、纠错困难、评价单一等现实问题。

在教学实践中，要坚持“技术赋能，体育为本”，重视校本教学资源建设，提升教师数智教学素养，完善制度硬件保障。通过教学模式创新，不仅提升啦啦操专项技能教学效果，同时发挥课程美育、团队育人价值，落实新时代学校体育立德树人的根本任务，推动高校公共体育课程高质量发展[10]。

参考文献

[1] 教育部 . 关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见 [EB/OL].http://www.moe.gov.cn[2020-10-15].

[2] 教育部 . 教育信息化 2.0 行动计划 [EB/OL].http://www.moe.gov.cn[2018-04-13].

[3] 教育部等五部门 . 关于实施学生体质强健计划的意见 [EB/OL].http://www.moe.gov.cn[2025-11-12].

[4] 李洪波，罗曼 . 深度学习视域下舞蹈啦啦操混合式教学模式的构建与实验研究 [J]. 武汉体育学院学报 ,2025,59(02):87-94.

[5] 汝铁林 .《大学体育》混合式教学案例库 [EB/OL]. 西安科技大学体育部 ,2023-03-26.

[6] 庞秀梅 . 省一流本科课程啦啦操课程 " 学、练、赛、益 " 模式得到广泛认可 [EB/OL]. 湘潭大学新闻网 ,2021-07-15.

[7] 孙姝伟 . 元认知理论在高校公共体育课教学中的应用效果研究：以花球啦啦操为例 [D]. 辽宁师范大学 ,2020.

[8] 秦新 . 云南省普通高校公共体育啦啦操选项课程实施现状及对策研究 [D]. 云南师范大学 ,2020.

[9] 胡培培 . 昆明市普通高校公共体育健美操选项课学习评价指标体系构建研究 [D]. 云南师范大学 ,2020.

[10] 姜飞霞 . 五星教学模式在高校公共体育啦啦操课程教学中的应用研究 [D]. 南京师范大学 ,2020.

Copyright © This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License