

典型案例一：

在线教学课程案例——健身气功·八段锦

陆守芹

根据学校统一安排，确保疫情防控期间按时有效开展教学，《健身气功·八段锦》课程教学从2月24日开始，通过在线教学方式组织实施。前期参加学校各种在线教学技能和平台培训，对教学方案、未来线下课程衔接和在线授课突发情况等进行详细安排。在此之前，建立微信教学群、对分易教学系统，进行线上教学测试演练，确保每位学生能够顺利进入网络课堂参加课程学习，及时发现测试中存在的问题并做出相应调整，力求达到较好的教学效果。

一、在线教学课程介绍

1. 任课教师

陆守芹，体育学院，长期主讲有氧健身、体育舞蹈、瑜伽课程。

2. 教学目标

本课程是民族传统课程的健身气功的一项实践运动课程，主要让学生通过8个优美的动作锻炼人体四肢，达到强健身体、气血流畅的效果，从而提升人体阳气以及代谢功能，增强自身对抗湿毒的能力。

3. 教学重点

身体活动的练习、呼吸的练习、意识的调整

4. 教学难点

动作的连贯和流畅、动作练习和呼吸、意识的配合。

5. 教学支撑材料

电子教材、参考书、教学平台、搜集的教学视频等。

视频链接地址：

<https://haokan.baidu.com/v?vid=18232216215599987158&pd=bjh&fr=bjhauthor&type=video>

二、在线教学课前准备

在正式教学开始之前建立微信教学和对分易教学群，确认选课名单，将7个公共课程教学班学生全部入群，保证每次通知所有选课同学都能及时收到，并能正常完成线上各教学环节任务，教学时所有学生都能参与课堂教学互动。利用教学群提前发布教学安排、电子教材、教学软件、课程作业等。

三、在线教学方案设计

针对本课程特点，结合课前问卷调查，并考虑到网络平台的稳定性，形成最终适合本课程的教学方案。采用课前预习教学任务+课内（语音+PPT）直播+课内限时单元随堂测试+课后讨论及作业形式，充分调动学生的课程参与度，实现学生在线学习、自主探究等。另外，为防止学生因其他客观因素导致中断在线听课，可选择在直播过程中生成回放，学生即可利用历史课程在课后进行查看回放二次学习。

四、在线教学环节实施

1. 课前预习

通过在微信教学群和对分易教学系统发放相关的学习资料和视频，让学生提前做好预习。

2. 课中教学

（1）首先利用学习通平台进行手势签到，查看未到学生名单并及时通知班级考勤同学进行联系，确保学生都能按时进入在线教学。

（2）在微信教学群发放教学链接和视频，通知学生进行教学。具体上课时间段教学主要采用语音形式进行。在教学过程中，以老师讲解为主，同时利用腾讯课堂的签到、答题、讨论、举手发言等手段进行互动，实时了解学生的参与情况，提高学生的学习兴趣。

上课学生端实时互动界面：



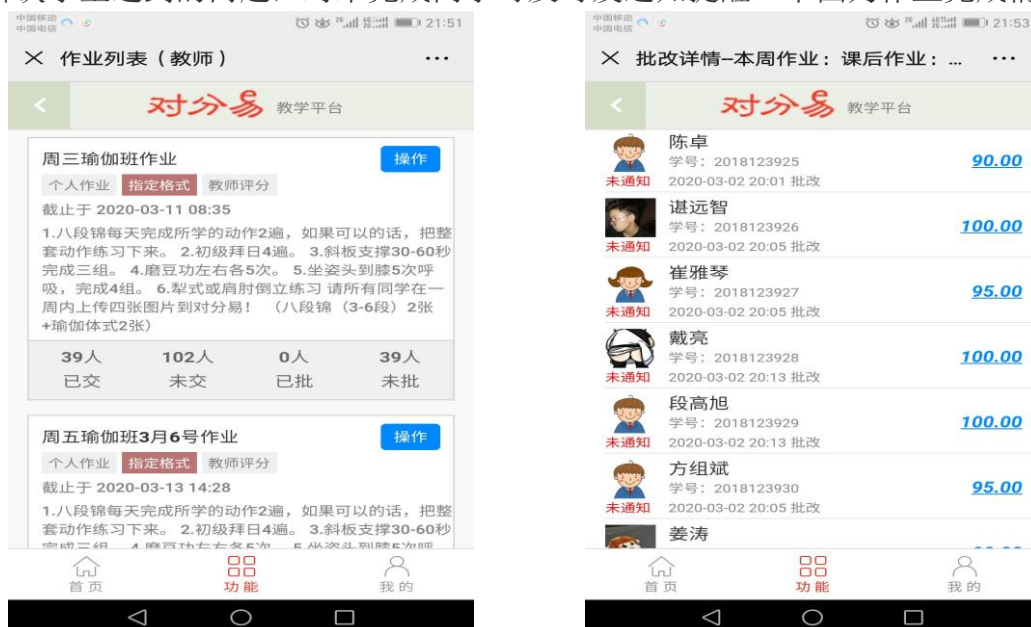
（3）单元随堂上传动作图片

课程单元内容的动作教学完后，学生练习时让学生随时上传练习动作的图片，一方面可以实时了解学生学习状态，另一方面可以帮助学生及时纠正错误动作。



3. 课后作业

通过学习通平台定时发布课后作业，学生作答，然后拍照上传至学习通平台，学生提交后老师可在学习通平台进行批改作业，老师可查看作业完成情况，掌握学生学习情况并解决学生遇到的问题，对未完成同学可及时发通知提醒。下图为作业完成情况。



4. 在线讨论

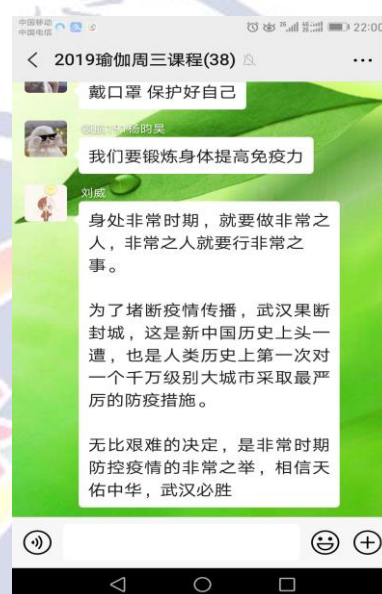
可利用网络教学在线平台发布一些与课程有关的话题，鼓励学生参与互动，加深学生对所学课程的了解。同时发布一些课外阅读材料，拓展学生眼界，提高学生对本课程的学习兴趣。



五、在线教学小结与思考

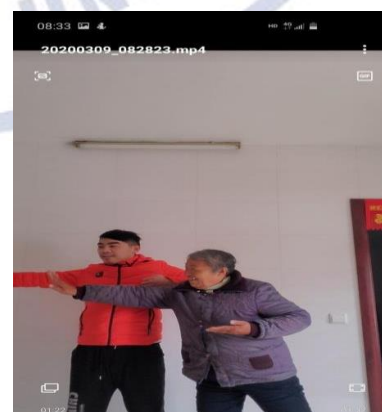
1. 课程教学与课程思政相融合

在线开课以来，积极响应学校号召，持续将思政元素融入课堂教学。所谓教学，除了“教”，还有“学”，居家抗疫的日子里，教学中督促学生无论是在校还是在家都不要在学习上止步，要学会从 QQ 群、课后直播、网上课堂等各种渠道筛选优质资源进行学习。在线教学中平滑融入爱国主义情怀和民族自豪感教育，让“课程思政”在线上教学的道路上落地见效。



2. 教学相长，全家总动员，其乐融融

在疫情这个特殊时期，每个人都响应国家的号召，为了更好地控制疫情，待在家里不出门。活动范围受限了，如何能在狭小的范围里让学生和家人也能达到运动强身健体的效果，我们制定了让学生学习健身气功八段锦方案。让当代大学生练习八段锦，不仅有利于民族传统的健身功法得以继承和发扬；而且一人带动全家人一起练习，有利于学生技术的学习和巩固的同时，还促进了家人的身体健康、加强了亲情互动，意义非凡。



3. 线上与线下合理衔接

制定疫情防治期间的在线教学方案，待恢复正常上课后，将线上和线下两者合理衔接，为将来建设“线上线下”混合式课程奠定良好的基础。

