

常州市教育科学“十三五”规划课题

# 开题论证书

学 科 分 类 体 育

课 题 名 称 微课频在课外体育课程中的应用

课 题 负 责 人 吴芬 周建军

负责人所在单位 常州市北环中学

开 题 时 间 2016.6

常州市教育科学规划领导小组办公室制

2016年1月

## 一、开题活动简况（开题时间、地点、评议专家、参与人员等）

2014.3 北环中学体育组 蔡军 符爱琴

周建军 吴芬 李力吴捷 吴小主 李勇吉 刘力 乐欢

## 二、开题报告要点（题目、目标、内容、方法、组织、分工、进度、经费分配、预期成果等，限 5000 字，可加页）

题目：微课频在课外体育课程中的应用研究

目标：中国共产党的十八届三中全会《中共中央关于全面深化改革若干重大问题的决定》在深化教育领域综合改革中明确指出：强化体育课和课外锻炼，促进青少年身心健康、体魄强健。体育课、课外锻炼是途径、阵地和载体，强化是要求，身心健康、体魄强健是追求的目标。随着颠倒的课堂（翻转课堂）、可汗学院等新概念、新的教学形式的传播，在线教育发展到了一个全新时代，它是教育变革的一个新的突破口，也是学生学习的新的发展契机。国家教育部体卫艺司王登峰司长在华师大全国体育教研员研修班上的讲话中提出：必须明确当前学校体育的三个目标：1、提高学生体质健康水平。2、提高学生的运动技能水平。3、培养学生的健全人格。体育与健康课程是学校课程的重要组成部分，是实施素质教育的有效途径。义务教育体育与健康课程标准（2011 版）明确提出各地应根据本地区的实际情况和课程发展需要，制定符合本地本校实际的课程实施方案和实施计划，创造性的对国家课程进行校本化的改造与实施，以提高学校体育教学质量。我校从 2012 年起，开始了体育与健康国家课程校本化实施研究，已经形成了一套具有我校特色的课程实施方案与体系。在此基础上，针对学校课外体育课程特征，结合体育与健康课程以身体练习为主要手段特性，运用现代教育技术，开发课外体育课程的微课程，借助网络与视频技术，通过视频、图片、PPT 等形式，形象直观的将体育运动技能学习视觉化，帮助学生养成个性化学习的习惯，极大的发挥课外体育的应有的作用，将学校体育促进学生身心健康发展的功能发挥到极致。

1、内容：微课程（microlecture）这个术语并不是指为微型教学而开发的微内容，而是运用建构主义方法化成的、以在线学习或移动学习为目的的实际教学内容。《高等教育纪事报》介绍说，这些大约只有 60 秒长度的展示带有具

体的结构，它们并不仅仅是简单的演示。在国外，早已有了“微课程”

(Microlecture) 这个概念，它最早是由美国新墨西哥州圣胡安学院的高级教学设计师、学院在线服务经理戴维·彭罗斯 (David Penrose) 于 2008 年秋首创的。后来，戴维·彭罗斯被人们戏称为“一分钟教授” (the One Minute Professor)。戴维·彭罗斯把微课程称为“知识脉冲” (Knowledge Burst)。

“微课程”又被人们称为“微课”“微视频”，是指围绕某个课题、实验项目、知识点、重点方法或典型例题而展开的、以在线视频为形式的视频资源。教学内容含量小，每集只针对一个知识点或一个具体问题。微视频具有短、快、精、活等特点。

**短：**微视频时间一般控制在 1 至 5 分钟，这样的时间控制有利于学生注意力的集中，印象更深刻，也更容易记住，不易产生前后抑制作用。

**快：**微视频即拍即用，使教学评价与反馈更清晰、更有说服力。微视频随处可见随拍，让学生在课余时间也可进行在线学习。

**精：**教学内容摒弃了以往的繁难偏旧，也许只是一个技术动作的教学、亦或者是一个重难点的解决策略，还可以是介绍一个游戏的玩法。

**活：**微视频可以使我们的教学更生动、更形象，学生的学习更自主、更个性，教师不再需要用冗长繁琐的言语进行重复讲解，要做的只是解疑、点拨、升华，而且一频多用，在减轻教师负担的同时，提高活动的效率。

简短的微课符合学生的视频驻留规律和学习认知特点，能让学生在短暂的零碎时间中高效完成学习任务而不会感到疲劳和注意力分散。形式生动活泼，趣味性强，能在短时间内吸引学生的注意力。它还具有切入课题迅速，讲授线索清晰，总结收尾快捷的特点。微课程的设计开发研究微课程是网络时代的新型学习资源，高质量的微课程不但能满足学生的个性转自论文部落论文范文发表论文发表化学习需求，提高课堂教学效率，而且能有效提高教师的专业发展能力。因此，设计开发高质量的微课程将是当前的重点问题。

方法：文献研究法、行动研究法、实验法、案例研究法、问卷调查法、观察法等。

组织：本课题以吴芬为总负责，成员包括周建军、李力、吴捷、吴小主、李勇吉、刘力、乐欢等。吴芬、吴小主负责整个课题的研究策划、设计、组织、管理，并以研究工作会议、讲座、论坛等方式部署研究任务，协调研究力量，组织研究活动，评价研究成果，指导和推动研究工作的开展。吴芬、吴小主、李勇吉等教师老师负责资料的收集，整理，活动的宣传，策划，以及材料收集、汇编的事务，课堂实践及反馈，周建军老师负责理论指导，吴芬，吴小主、李勇吉、吴捷责材料梳理，现状调查，李力、吴捷、吴芬、吴小主、李勇吉、刘力、乐欢负责资料汇编。

进度：

落实本课题组的研究制度。

(1) 学科研究组每二周活动一次。

(2) 学科研究组成员每周重点研究 1 节课，每月写 1—2 篇教学反思。

2、实施课题研究的评比和奖励措施。

(1) 每学期对各学科组的研究情况进行期中和期末评估。

(2) 每学年对课题研究的优秀个人进行表彰和奖励。

(3) 课题结题时，评比课题研究先进个人，学校给予表彰和奖励。

3、实施课题组研究成员滚动制度。

由于本课题研究时间长，故一般每学期对课题组成员调整一次，对于缺乏研究热情或不能执行研究计划的成员，将流出课题组，而对有研究能力、想参与研究的教师，经课题组讨论后可在中途进入课题组。

预期成果：

1、完成多个微视频的拍摄，通过学生对微视频的了解和观看技术动作及游戏，达到了相当不错的效果。

2、完成微视频论文两篇

1. 《体育类微课程开发的必要性研究》体育师友 2014.6 周建军

2. 《体育游戏微视频在体育课程中的运用》教师 2015.10 吴芬

**专家评议要点**（侧重于对课题组汇报要点逐项进行可行性评估，并提出建议，限 800 字）

将此次申报工作做为我校本学期的重点工作来抓。广大师生积极参与体育运动，学校具有非常浓郁的体育运动氛围。我校有 250 米 6 条分道的塑胶环形田径场，加上周边活动区域，足够供一次课外活动的大部分同学进行活动。另外微课程的起点可高可低，适用性非常强。即使偏远的学校，只要有网络，有电脑，都可以学习，可以说是“人人有起点、校校有起点、事事有起点、时时有起点”。我校有体育教师 7 名，都具有本科以上学历，高级职称教师 3 名，中级职称教师 3 名，担分别担任七八九年级的体育教学和运动队的训练。为教学提供了有力的保证。课题组成员普遍具有较强的学科专业知识和教育理论基础。课题组成员在教育教学过程中积累了一定的教科研的能力。周建军老师从教 10 几年来，参加了“十五”学校体育卫生科研规划重点课题《中小学生体育与艺术素质多元化主体发展的策略和评价研究》的子课题《中学生课外文体俱乐部活动的实验研究》和市级立项课题《初中学生“体育、艺术 2+1 项目”工程的研究》的研究工作，有多篇论文在省市的各级各类论文评比中获奖，李力、吴捷、吴小主、吴芬、李勇吉等都具有较强的教科研能力，近年来撰写了多篇论文并获奖。学校是首批江苏省数字化学校，无线网络已全面覆盖全校。根据《常州市中长期教育发展规划纲要》（2010-2020 年）的要求，目前我校完善覆盖了信息化基础设施，成为一级校园网，学校日常管理 100%实现信息化，形成教育信息化支撑和保障体系。到 2015 年，国家教育信息化标准达标率达 95%以上，建成包括学生网络学习平台、教师专业发展平台、教育管理服务平台和市民终身学习平台的教育公共服务平台，推进信息技术在教学、管理和科研等方面的深入应用，构建教师和学生学习空间，用技术促进学生学习方式的变革和教师教学方式的变革，初步形成常州市教育信息化公共服务体系，促进信息技术与教育的全面融合。教学资源上 具备可供拍摄的摄像机 3 台、照相机 3 台、三脚架 2 只、脚轮、同期录音系统等

在这样优越的条件下，领导们坚信你们有理由相信只要能够通过立项，希望你们能够有效，高效的开展研究活动，并在专家的指导、引领下，顺利的完成预定的研究任务，进而指导我校体育类微课程研究项目的实施。同时也促进我校体育组教师的专业成长，将我校体育组教师的教科研的水平提高到更高的层次

评议专家组签名

年 月 日

四、重要变更（侧重说明对照课题申报评审书、根据评议专家意见所作的研究计划调整，限 1000 字，可加页）

#### 五、第一阶段

##### 1. 组建了课题研究小组

##### 2. 撰写了课题研究方案

收集有关“微课频”的文献资料，撰写课题研究方案，制定了课题研究计划，明确了课题研究内容，同时请专家对方案进行了修订和论证，做好课题的申报。

##### 3. 组织相关理论的学习

组织课题组成员进行相关理论的学习并编制成课题内部学习资料，供课题组成员阅读，增强了实验教师对课题的理解和把握，明确各自的研究目标和任务，掌握进行课题研究的基本方式和方法。

##### 4. 进行问卷调查

对全校的学生、家长、教师进行学校特色教育的问卷调查，并作出分析报告。

##### 5. 制定多项微视频制作，教学计划、教学内容及各个项目社团活动方案。

##### 6. 完成物质化平台建设。

#### 第二阶段：实验阶段

##### 1. 构建课题研究网络，提供管理保障。

##### 2. 制订课题研究制度，提供规范保障。

进一步完善学校课题的管理，确保各项训练高效开展，促进运动队员专业技能不断进步，提高学生学习体育的信心。

##### 3. 调整课时的分配，提供时间保障。

##### 4. 深化师资培训，提供人文资源。

###### （1）组织学习

###### （2）专家引领

##### 5. 搭建交流平台，促进课题研究。

##### 6. 编撰微课校本教材，实践中改进。

##### 8. 实施体育特色文化建设。

##### 8. 开展体育节系列活动，评比体育小明星。

#### 第三阶段：总结阶段

##### 1. 做好了有关课题研究的各种材料归档整理工作。

##### 2. 完成了实验成果的编辑。

##### 3. 撰写了课题结题报告，做好上报结题工作。

##### 4. 举办教师论坛，汇编论文集，开好课题研究成果论证与推广会，推广研究成果。

##### 5. 整理资料，撰写结题报告，开好结题会。

五、所在单位科研管理部门意见

科研管理部门盖章

年 月 日