AI 赋能体育教师角色转型：从“技能传授者”到“身体解放者”的实践困境

徐萌轩

韩国国民大学，首尔特别市，136-702；

摘要：人工智能的快速发展正在重塑教育生态，为体育教师角色转型带来新的机遇与挑战，从传统“技能传授者”转变为“身体解放者”，利用人工智能优化体能训练、运动技能学习、创造性思维拓展，最大限度地释放学生身体潜能。体育教师角色转型面临诸多现实困境，如智能技术应用与体育学科本质的冲突、人机协同与课堂生态的失衡。体育教师应立足学科属性，厘清技术边界，在人机协同中突出教师主导作用；转变教学理念，优化知识技能结构，提升智能时代下的育人能力；关注智能技术的伦理风险，确保体育教学朝着科技向善的方向发展。唯有直面困境，积极作为，体育教师才能搭建起通往“身体解放”的智慧之桥，引领学生走向身心自由的远方。

关键词：人工智能；体育教师；角色转型；身体解放；实践困境

DOI：10.64216/3080-1516.25.04.012

引言

作为融合自然科学、人文社会科学和教育学多学科知识的交叉性学科，体育学具有独特的身体教育属性，在人工智能时代，大数据、物联网、虚拟现实现代科技的广泛应用，正在为体育教学注入新的活力。传统体育教学模式受到冲击，体育教师角色面临转型，习近平总书记指出：“人工智能是引领这一轮科技革命和产业变革的战略性技术，具有溢出带动性很强的‘头雁’效应。”在人工智能“头雁”的引领下，教育领域正发生着从内容到形式、从管理到评价的全方位变革，面对智能技术的全面渗透，体育教师主动作为，积极拥抱变革，实现从“身体技能传授者”到“身体解放者”的角色转变。

1 AI 赋能下体育教师“身体解放者”角色的实践图景

人工智能技术以其精准感知、实时反馈、虚实融合独特优势，为体育教师角色重塑提供广阔空间。体育教师应发挥人工智能“放大器”作用，突破人力资源和专业技能限制，从“技能传授者”转变为“身体解放者”，最大限度地挖掘学生身体运动潜能。

1.1 体能数据采集与个性化体能提升

体育教学过程中，准确记录与分析学生的身体素质数据是开展个性化体能训练的基础，传统体育课堂受限于师生比例失调、教师专业不足因素，难以对学生运动负荷、身体机能进行全面监测，个性化训练方案设计与实施困难重重。

人工智能时代，可穿戴设备、智能运动器材、动作

捕捉系统为体能数据采集提供有力支撑，学生在体育课堂、课外锻炼中佩戴智能手环，即可实时记录心率、运动量、热量消耗生理数据；借助智能跑步器材，可精准采集步频、步幅、触地时间运动学参数；利用动作捕捉系统，可完整记录学生在不同体育项目中的关节活动轨迹、肌肉发力顺序。海量的体能数据通过物联网实时传输到云端平台，结合学生身体发育水平、运动能力基础、兴趣爱好维度，借助人工智能算法深入挖掘，即可绘制学生个性化体质健康画像。体育教师依托这一画像，结合学生身体实际和体育课程目标，制定有针对性的个性化体能提升方案，针对肥胖、营养不良特殊体质学生，匹配科学的运动处方；针对不同体育项目的专项体能需求，量身定制周期化、阶段化训练计划；针对运动损伤风险，预警高危时段与动作，调整运动强度与技术动作。借助人机交互终端，学生可随时调取个性化体能提升方案，在虚拟教练的指导下完成训练^[1]。

1.2 运动技能学习过程监测与反馈优化

在传统体育技能教学中，教师凭借经验对学生动作完成情况做出判断，存在主观性强、反馈不及时不足，学生对动作要领的理解、对身体的控制能力参差不齐，难以对症下药，因材施教。以智能足球训练为例，学生身体各关节位置的实时三维坐标数据被动态捕捉，并传输到智能终端，人工智能系统通过三维骨骼识别算法，重建学生完整的运动骨骼模型，并与标准动作模板实时比对，进行姿态识别、动作分解。系统自动检测并标注学生动作完成过程中的关键错误，并结合学生运动能力

基础、身体素质特点,提供个性化的纠错反馈,包括动作要领文字说明、矫正示范视频、反复练习提示。学生可通过AR眼镜实时调取反馈信息,在虚拟情境中优化动作,突破关键障碍,这一过程中,体育教师从“动作示范者”转变为“训练数据分析师”,从“凭经验判断”转变为“依据数据诊断”,在数据采集、智能分析、针对性反馈的闭环中,学生对标准动作的认知更加清晰,运动控制能力、自我修正能力显著提升,运动技能学习的效率与效果大幅提高。

1.3 虚拟现实与运动想象力拓展

人工智能时代,VR/AR虚拟现实技术为拓展学生运动想象力提供全新路径,学生戴上VR眼镜,即可在虚拟场景中开启身体探索之旅,置身逼真的全景游泳池,学生化身“小鱼儿”,尽情畅游在碧波荡漾的梦幻水世界;徜徉在巍峨壮丽的山脉之上,学生变身“雄鹰展翅”,翱翔于险峻的崖壁之间;漫步在未来城市的立体球场中,大脑神经信号的驱动下,运动想象得以直观呈现,并引发相应的肢体运动。学生的身体创造力在虚拟与现实的无缝切换中被充分点燃,身体运动能力的边界不断拓展,虚拟现实体验后,学生迫不及待地分享想象力的碰撞火花,他们或绘制思维导图、编写探索日记,或开展小组头脑风暴、主题讨论,用丰富的形式表达独特的身体感悟。体育教师还可引导学生利用虚拟现实装备,将天马行空的运动创意转化为立体动画、沉浸式游戏,在创作中升华体育精神,体育教师从“想象力点化者”转变为“创造性思维引导者”,教学情境从“真实的体育场馆”拓展为“虚拟的未知空间”,师生互动从“单向知识传递”转变为“创意交流碰撞”。沉浸式的运动体验激发学生体育学习兴趣,师生共创的游戏化学习激励学生挑战自我极限^[2]。

2 体育教师“身体解放者”角色转型的实践困境

尽管人工智能时代为体育教师角色转型带来诸多机遇,但在身体教育的语境下,体育教师要真正成为“学生身体解放的引路人”,仍需直面诸多现实困境。

2.1 智能技术应用与体育学科属性的张力

体育学科以身体运动为主要教学手段,强调人的主体能动性,突出身心统一,而人工智能所倡导的智能化、数字化,易导致体育教学物化、工具化倾向,忽视学生在体育活动中的主体体验。例如,过度依赖人工智能系统对学生身体数据的采集分析,可能割裂学生身心,偏离体育教育“以人为本”的根本要求,体育教学内容具有开放性、不确定性,教学过程强调动态生成,师生互

动难以完全遵循预设程序。而人工智能系统遵循特定算法逻辑,更适用于结构化、规范化的教学,在体育与人工智能的邂逅中,算法驱动的确定性逻辑,与体育教学的不确定性特征之间不可避免地存在张力。

2.2 AI应用与体育课堂生态的冲突

在人工智能的介入下,传统体育课堂生态正发生微妙变化,师生互动将从直接对话转向人机交互,教师角色从主导转向引导,师生情感交流的机会减少,其次,学生个性化学习需求增加,学习进度差异拉大,群体授课方式受到冲击,教学组织管理难度加大。学生沉浸于虚拟运动空间,体验电子游戏化学习,可能弱化课堂纪律意识,对教师课堂掌控力提出挑战,积极运用人工智能改革体育教学的同时,也要审慎评估其可能带来的负面影响,着力构建人机协同、虚实结合的智慧课堂生态,维系课堂有序和谐^[3]。

2.3 体育教师角色认知与能力结构的落差

习惯于“教练式”身份的体育教师,面对人工智能所倡导的“引导者”角色,在心理认同和行为转变上存在一定困难,部分教师对人工智能抱有排斥心理,担心技术手段的嵌入会弱化自身作用。还有教师囿于传统观念,仍视学生为被动接受者,亦步亦趋按照预设方案组织教学,忽视学生的主动探索,转变教学理念只是第一步,体育教师还须提升人工智能应用能力,优化知识技能结构,加快向“智慧型”、“研究型”转型,当前体育教师的数字化教学能力普遍不足,对智能化教学工具、平台、系统的了解有限,无法充分发挥人工智能赋能作用。

3 体育教师角色转型的应对策略

3.1 厘清技术边界,把握体育教育的本质

体育教师准确把握人工智能技术内涵,明晰其在体育教学中的边界,人工智能只是体育教学的辅助工具,其应用须以服务“全人”培养为宗旨,围绕增强学生身心健康、提高体质健康水平这一体育教育的核心目标展开。切不可本末倒置,沉溺于技术至上,过度使用人工智能替代师生互动、师生共情,体育教学要坚守育人初心,关注学生在体育活动中的身心体验,唤醒学生运动的内驱力,师生良性互动是体育课堂的灵魂,也是学生树立体育价值观、陶冶体育道德情操的关键。人工智能的使用聚焦于深化师生交流,为生成性学习提供支持,激发学生自主探究的主体性,培养学生终身体育意识,体育教师注重在人机交互中渗透体育文化,引导学生在运动中感悟斗志、坚毅、协作体育精神,升华体育课堂的人文内涵。智能时代下保持教育的“人本性”,需要

体育教师准确厘清技术边界,将人工智能视为“体育育人”的助推器,而非主角,牢牢把握体育教育的本质,唯有奠定“以人为本”的理念根基,方能在纷繁的技术变革中把稳体育教学的航向,激活学生身心,最终引领学生实现身体的全面解放^[4]。

3.2 平衡冲突张力,优化人机协同生态

“机器永远不能取代教师,但懂得机器的教师,将取代不懂机器的教师。”这一观点道出人工智能时代教师专业发展的方向,在人机协同日益成为常态的智能化课堂,体育教师应当成为引领者和决策者,主动应用人工智能创设个性化、智能化、沉浸式的体育学习情境,为学生身心发展提供精准支持。人机协同的过程中,体育教师着力平衡人工智能介入带来的种种冲突张力,针对师生互动方式的转变,教师创新交流模式,在人机交互中适时嵌入师生对话、组织小组讨论、开展合作探究,拉近师生距离,增进心灵契合。针对学生学习进度差异拉大的现实,教师因材施教,为不同层次、不同风格的学习者提供匹配的学习资源和指导,同时强化小组协作,发挥学生的同伴效应,缩小学习分化。针对可能出现的课堂纪律问题,教师合理设置技术使用边界,明确实体课堂纪律和网络学习规范,培养学生自律意识。

3.3 重塑教师形象,升级知识技能结构

体育教师要革新观念,将人工智能视为推动自身专业成长的契机,积极探索信息化教学新形态,努力成为智慧型、创新型、研究型的“身体解放者”,更新教育理念,树立终身学习意识,用发展的眼光审视人工智能,主动拥抱变革,化“威胁”为“助力”。坚持问题导向,针对教学中的技术痛点,探寻人工智能的解决方案,在实践应用中提炼优化教学流程,创新教学范式,改变知识结构,向复合型发展。除体育专业知识外,掌握人工智能、大数据、虚拟现实前沿科技知识,了解智慧教育工具种类、功能及应用场景,提高用技术手段解决实际问题的能力,加强学习科学、脑科学交叉学科知识,用认知发展规律指导人机协同教学设计,实现“教学做合一”。优化技能结构,提升“智能+”素养,“感知智能”要求教师具备收集和分析学情数据的信息素养;“认知智能”要求教师具备利用智能工具开展个性化教学的设计能力;“思辨智能”要求教师具备引导学生对人工智能的责任伦理进行思考的人文素养,教师还要练就一定的编程能力,用计算思维创新教学^[5]。

3.4 关注伦理风险,推动科技向善发展

推进教育人工智能,既要立足当下解决实际问题,

更要着眼长远布局未来,在人工智能与教育的融合中,伦理与安全始终是绕不开的话题,体育教师在享受智能技术红利的同时,保持应有的警惕,担负起技术把关、风险防控的责任。提升数据安全意识,数据采集过程中,保护学生个人隐私,防范数据泄露、滥用风险,坚守教育公平理念,谨防借助人机放大教育资源配置的不均衡,加剧城乡、区域、校际间的数字鸿沟。在人机协同教学中,关注弱势群体,避免将学习困难学生边缘化、工具化,加强人工智能伦理教育,引导学生思考人工智能发展的利弊得失,增强学生对技术运用边界的认知,提高甄别不良信息的能力,帮助学生厘清人机关系,培养人本情怀,坚定人工智能为人所用、造福人类的信念。

4 结语

人工智能与体育教育的交叉融合是大势所趋,为体育教师角色转型提供难得的窗口期,聚焦学生身心解放这一终极目标,创新体育教学新范式,在人机协同中突显教育的人本性,最大限度地挖掘学生身体潜能。人工智能的赋能下,体育教学将焕发勃勃生机,体育教师也将实现华丽转身,在这场变革中,体育教师要不忘育人初心,将“以人为本”的教育理念融入血脉。因为不管技术如何进步,不变的是教师点燃学生心中希望之火的使命,不变的是唤醒学生身体潜能、引领学生自由生长的责任,只要体育教师不断迭代理念与能力,以赤诚之心拥抱未来,必将在人工智能时代的体育教育舞台上,谱写更加华彩的乐章。

参考文献

- [1]叶蓓蓓,徐滔.AI赋能中小学智慧体育教学的新样态研究[J].教育理论与实践,2025,45(02):57-60.
- [2]张宝军,闫生,李卓嘉.AI赋能体育教学的创新应用与发展路径探析[J].当代体育科技,2025,15(13):36-39.
- [3]江南,杨钰婷,刘书勇.GAI技术赋能体育教学的逻辑、困境与策略[J].体育世界,2025,(04):42-45.
- [4]蔺天宇,鲁肖麟,张洋嘉.人工智能赋能体育教育的现状、挑战与优化策略[J].当代体育科技,2025,15(12):182-185.
- [5]谢幼如,曾丽红,邱艺,等.人工智能赋能教育集团教师高质量发展:AI+OTCR模式构建[J].中国教育信息化,2025,31(05):24-33.

作者简介:徐萌轩(2001.2-)男,汉,四川乐山人,硕士,研究方向:运动表现。