

让分层教学引领初中体育新潮流

官聪

丰城市秀市中学

摘要: 分层教学是一种针对学生个体差异的教学策略,在初中体育教学中具有重要的意义。因此,教师可以通过根据学生的体能、技能和兴趣进行分层,采用灵活多样的教学方法,更好地满足每个学生的学习需求,促进学生的全面发展。本文提出了在体育教学过程中实施分层教学的改革思路,旨在通过探索和实践分层教学理论和方法,寻求在体育教学中的突破。

关键词: 初中体育; 分层教学; 策略实施

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2022.04.197

初中体育是学生身心健康发展的重要阶段,也是培养学生体育兴趣和习惯的关键时期。然而,由于学生的体能、技能和兴趣存在差异,传统的“一刀切”式教学方式往往难以满足所有学生的需求。因此,如何有效地进行初中体育教学,提高教学质量,成了教育工作者面临的重要课题。近年来,分层教学作为一种针对学生个体差异的教学策略,逐渐在初中体育教学中得到应用。根据学生的体能水平将他们分为不同的层次或组别。通过这种方式,每个学生都可以在自己的能力范围内进行学习和发展,避免了传统教学中存在的“快慢不齐”的问题。可以说分层教学充分体现了学生课堂学习的主观能动性,让学生根据自己的兴趣和需求选择参与的活动和课程内容,从而更加积极主动地参与学习。

一、分层教学的理念及意义

分层教学是一种科学的教育理念,强调在实际教学中根据学生的个体差异采取不同的教学方法。在初中体育课中,这种教育理念将学生置于教学的中心位置,避免了教育目标盲目性导致课堂教学质量的降低,有助于实现针对性教学^[1]。通过分层教学,教师可以根据学生的学习能力、兴趣和潜力等因素,将学生分为不同的层次或小组进行教学。这样,每个学生都能在适合自己的学习环境中得到更好的发展。同时,在教学中师生角色也发生了变化,教师在分层教学中更多地承担着引导者的角色,而学生则成为学习的主体。所以在体育课实施分层教学能够充分激发学生的学习兴趣 and 潜力,让学生在对自己感兴趣的领域进行深入学习和探索,培养他们的特长和技能。教师也要在教学中观察和评估学生的学习情况,及时调整教学内容和方法,更好地提高课堂质量。

二、初中体育实施分层教学的作用

(一) 激发学生对体育学习的兴趣

初中阶段的学生正处于身心发展的关键时期,由于心智尚未完全成熟,可能还没有意识到体育锻炼的重要性,对于体育活动缺乏兴趣和动力^[2]。这在一定程度上导致了当前学生的体育技能和体育素养普遍较低。在素质教学的背景下,教师可以通过体育分层教学模式来帮助学生认识到体育锻炼的重要性,激发他们对体育锻炼的兴趣。对于初学者或技能较弱的学生,提供基础的体育知识和技能训练,帮助他们逐步建立起对体育锻炼的兴趣和自信心。对于有一定基础的学生,提供更高级的体育项目和挑战,激发他们的学习热情和竞争意识。此外,个性化指导也是体育分层教学模式的重要组成部分,教师可以根据学生的特点和需求,制定个性化的学习计划和目标,为每个学生提供有针对性的指导和支持。通过了解学生的兴趣爱好、优势和劣势,调整的教学内容和方法能够使学生更加主动地参与体育锻炼,并从中获得乐趣和成就感。

(二) 转变教师对体育教学的认识

传统的教育观念往往将教师置于高高在上的地位,强调教师的权威和学生的被动接受。因此要想将分层教学模式有效地应用于初中体育教学活动中,教师必须改变传统的教育观念^[3]。建立平等和谐的师生关系是实施分层教学模式的基础,教师要在分层教学模式中积极接近学生,建立起平等和谐的师生关系。在这样的氛围中,学生能够更加自由地表达自己的想法和需求,方便教师更好地了解每个学生的个体差异和特点,给予他们充分的自主权和选择权。体育教学不仅仅是传授知识和技能,更重要的是培养学生的身体素质和健康意识。通过分层教学模式的实施,可以帮助他们全面提高身体素质,培养良好的运动习惯和健康的的生活方式,这将为学生的未来发展奠定坚实的基础。同时,教师还应该鼓励学生之间的合作与互助,营造积极向上的学习氛围。最

终，通过有效的分层教学模式，推动学生身体素质的不断提高。

三、初中体育实施分层教学的策略

（一）合理学生分层，优化教学过程

提升初中体育教学活动的效率是当前学生学习的主要目标，也是教学活动中的关键目标。传统的体育教学模式在初中体育教学活动中出现了许多问题，需要对策略进行改进，才能不断提升学生的运动效率^[4]。教师可以采用分层教学模式，根据学生的身体素质将他们合理地划分成不同层次的运动小组，以确保他们在不损害自身身体状况的前提下进行体育运动。首先根据学生的身体素质测试结果，将学生分为不同的层次或组别。这样，每个学生都能参与到适合自己能力水平的运动项目中，避免因过于困难或过于简单而失去兴趣和动力。接着可以设计不同层次的运动项目和任务，以满足学生的学习需求和挑战他们的潜力。对于高层次的学生，可以提供更复杂和有挑战性的运动项目，以激发他们的学习兴趣和动力；对于低层次的学生，则可以提供更多的辅导和指导，帮助他们逐步提高运动技能和自信心。

例如：为了能够科学合理地运用分层教学的模式，教师可以先组织学生进行短跑50米、中跑800（1000）米的测试。这些测试项目涵盖了速度和耐力两个重要的方面，可以全面了解学生的身体素质。通过测试，能够客观地评估学生的体能水平，教师要根据测试结果，将学生分为不同的层次，确保每个小组内的学生在体能上相对平衡。其次，将学生划分为不同层次的小组后，每个小组内的学生都能够充分展示自己的 ability 并与其他组员进行比拼。这种竞争性的环境会激发学生们的斗志和动力，让他们更加积极地参与运动活动。无论是速度较快的学生还是速度较慢的学生，他们都会努力发挥自己的优势，争取在比拼中获得好成绩。这样的分组不仅能够提高学生的运动效率，还能够彻底激发他们的运动活力。

（二）融入目标分层，激发运动潜能

学生的运动能力各不相同，这是制定科学运动方案的重要依据。在传统的体育教学中，往往采用一刀切的方式，忽视了学生的个体差异^[5]。这导致一些学生无法跟上课程进度，感到挫败和无趣，从而对体育运动失去兴趣。另一方面，一些学生可能因为缺乏挑战而感到无聊，无法充分发挥自己的潜力。这些问题不仅影响了学生的运动积极性，还在一定程度上阻碍了学生运动潜能

的培养。目标分层是根据学生的实际运动能力设定不同的教学目标，以帮助学生明确常规体育教学中存在的问题。作为一名新时代的教师，应该通过差异化教学来激发学生的运动潜能。在教学前需要了解每个学生的运动能力和兴趣爱好，并根据这些信息进行个性化的教学设计。这将有助于提高整体体育教学质量，推动学生全面发展。

例如：在进行耐久跑时，教师可以设定一个逐步提高的目标，不断提升学生的运动能力。首先根据学生的体能水平和兴趣，将他们分为不同的组别。对于初学者，设定一个相对较短的距离和较低的速度要求，让他们逐渐适应跑步的节奏和呼吸方式。随着他们的体能提升，可以逐渐增加距离和速度的要求，挑战他们的极限。其次，教师也可以采用一些有趣的教学方法来激发学生的兴趣。如设置比赛或者小组竞赛，让学生之间进行友好的竞争。在训练过程中，也需要鼓励学生坚持不懈地努力，克服困难和疲劳感。通过设定小目标并逐步实现，学生可以感受到自己的进步和成就，从而增强自信心和动力。有助于提高学生的身体素质和综合能力，培养他们的健康意识和积极的生活态度。

（三）实施能力分层，提高身体素质

初中时期的学生正处于身体发育快速成长阶段，他们的身体运动能力还有很大的提升空间。但由于学业压力的增加以及课余活动的减少，学生们的运动时间受到限制，影响了他们身体素质的提升。而且，一些学生可能对某些运动项目缺乏兴趣或自信心不足，从而影响了他们参与的积极性。为了促进学生的运动能力发展，提高他们的身体素质，教师可以采用分层教学这种教学模式。在每个小组内，根据学生的特点和潜力，设计适合他们的运动项目和训练内容，以帮助他们全面提高身体素质。此外，初中时期的学生具有较大的身体运动能力提升空间，还可以采取其他措施来提高学生的身体素质。如组织定期的体育比赛和运动会，让学生有机会展示自己的运动才能。

例如：在进行篮球运动时，可以将学生划分为篮球运动小组，进行分层教学，在提升他们身体素质的基础上促进他们的个性发展。在将学生划分为不同的运动小组之后，教师可以进一步细化教学内容：对于初学者，可以注重基础技能的培养，如传球、投篮和运球等；对于进阶学生，可以加强战术理解和团队合作能力的训练。此外，分组教学还可以激发学生的竞争意识和自信

心。在小组内部，学生可以通过与队友的互动和比拼，不断提高自己的技术水平。同时，小组之间的比赛也能够培养学生的团队精神和合作意识。在这个过程中，学生们不仅能够锻炼身体，提高体能素质，还能够培养出坚韧不拔、积极向上的品质。这将有助于培养学生的健康意识和积极的生活态度，为他们未来的学习和生活奠定良好的基础。

（四）分层科学施教，提高教学效果

在初中体育教学中，学生之间存在着很大的差异，主要体现在整体素质参差不齐以及学习基础和认知水平不同。然而，这些差异性实际上是一种可开发和利用的资源。如果教师想有效地利用学生的这种资源，就必须在教学上做到有的放矢、灵活多变，借助分层教学模式科学合理地为学生的提供个性化的教学。为了提升学生的体育水平，教师必须对照体育课程标准，遵循循序渐进的原则。将学生分成不同的小组或者多个小组，然后再根据每个小组成员的认知水平、体育技能掌握程度和潜力水平设定不同的教学目标。通过这种方式来激发学生对于体育锻炼的兴趣和积极性，帮助他们开展高效的体育课堂。这样的教学方式也能帮助学生不断提升他们的体育水平，创造高效体育课堂的前提条件。

例如：在有氧健身操的教学过程中，要充分体现学生课堂学习的主体性。首先设计一个小组活动，让学生分成不同的小组进行合作。接下来引入任务，要求学生设计一套自己的有氧健身操。每个小组可以根据自己的能力和兴趣选择不同的动作和节奏，展示给全班观看。这样不仅能够激发学生的学习热情，还能够培养他们的团队合作精神和创新能力。对于初学者来说，他们可以从模仿和跟随老师的动作开始，逐渐提高自己的技巧和灵活性。对于进阶学生来说，他们可以通过自主设计和创造来挑战自己，发展自己的风格和特点。学生可以根据自己对有氧运动的理解，结合音乐和舞蹈元素，创造出独特的健身操动作。在设计过程中，教师可以提供指导和建议，鼓励学生发挥创造力和想象力，提升不同层次学生的体育学习水平。

（五）教学个体分层，确保全面发展

根据目前的实际情况来看，初中阶段的学生在生理发育方面存在一定的差异性。这些差异可能包括身高、体重、肌肉发达程度等方面的差异。传统的教学模式往往将所有学生按照相同的标准进行评估和教学，忽视了学生的个体差异。教师需要打破常规教学中过于统一的

层级教育模式，通过灵活调整教学内容和方法，确保每个学生都能够在原有基础上不断提升自身的身体素质。首先以教学目标分层为基础，将学生分为不同的层次或组别，根据学生的实际水平和能力制定相应的教学计划和活动内容。如对于身体素质较好的学生，可以提供更高难度的训练和挑战，以进一步提高他们的身体素质；而对于身体素质较差的学生，则可以提供更温和和适合他们的训练方式，以帮助他们逐步提升身体素质。

例如：教师在教授鱼跃前滚翻和单肩后滚成单腿跪撑平衡这节课时，对于那些已经掌握了基本动作技巧的学生，提供更具挑战性的练习，以帮助他们进一步提高技能水平。如要求他们在进行鱼跃前滚翻时加入更多的旋转动作，或者在单肩后滚成单腿跪撑平衡时增加持续时间。这样的练习可以帮助他们提高灵活性、协调性和力量控制能力。而对于那些初学者或技术较差的学生，教师需要采用更简化的动作示范和练习方法，逐步引导他们掌握正确的动作技巧，并提供额外的支持和辅助器材，以确保他们的安全和正确性。此外，教师也要注意学生的个体差异和特殊需求，如果有学生有身体上的限制或健康问题，要及时与他们进行沟通，并根据医生或专业人士的建议进行调整。

综上所述，初中体育实施分层教学的策略是一种针对学生个体差异的有效教学方法。通过将学生按照不同的能力和水平进行分组，教师可以更好地满足每个学生的学习需求，提供个性化的教学指导和支持。这种策略不仅能够激发学生的学习兴趣和积极性，提高他们的学习效果，还能够培养学生的团队合作精神和竞争意识。同时，分层教学也为教师提供了更多的时间和机会去关注每个学生的发展和进步，实现个人潜力的最大发展。

参考文献

- [1] 张飞. 核心素养下的初中体育分层教学探究[J]. 科学咨询(科技·管理), 2019(12): 245-246.
- [2] 高彦强. 如何利用分层教学法提高初中体育教学[J]. 中学课程辅导(教师教育), 2019(16): 56-57.
- [3] 孟宽. 分层教学在初中体育教学中的运用研究[J]. 科学咨询(科技·管理), 2019(07): 154-155.
- [4] 李新义. 谈分层教学在初中体育课堂教学的实效性[J]. 中学课程辅导(教师通讯), 2019(11): 25-26.
- [5] 刘志传. 分层教学在中学体育教学中的应用途径探索[J]. 当代体育科技, 2019, 9(14): 142-143.