

基于核心素养的初中体育分层教学模式探究

肖继鑫

吉林省大安市烧锅镇乡来福学校

摘要：在当今初中体育教育的演进中，引入分层教学模式不仅符合体育新课程标准的导向，也深深契合了“以人为本”的教育哲学与“因材施教”的教育智慧。此举的紧迫性不言而喻。教育者应基于学生的个性化差异，实施分层的指导和评价，确保每位学生都能依据其实际水平达成学习目标，进而实现个性化的成长和进步。本文深入探讨了核心素养背景下，初中体育实施分层教学的必要性与具体策略，旨在为体育教育工作者提供有价值的参考。

关键词：初中体育；分层教学；核心素养

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2024.06.241

随着素质教育理念的深化，体育教育在促进学生全面发展中的作用日益凸显。为了全面提升学生的体能素质，并加强他们的体育技能，体育教师必须深入观察学生的个体差异，灵活采用分层教学法。这一方法的实施，不仅有助于学生找到适合自己的学习路径，更能促进体育教育的均衡和可持续发展。

一、核心素养背景下的初中体育分层教学模式的重要性

（一）响应体育新课程标准对个性化教学的倡导

随着体育新课程标准的出台，教育的重心逐渐转向学生的健康与全面发展。在这一背景下，分层教学模式应运而生，它根据每位学生的体能、兴趣等个体差异，为他们量身打造独特的体育教学目标与方法。这种教学模式积极响应了新课程标准对个性化教学的呼唤，有助于促进学生的全面成长和个性化发展。

（二）体现“以学生为中心”的教育价值观

“以学生为中心”的教育价值观要求教育者关注学生的需求、情感和个性。在体育教学中，分层教学模式恰恰体现了这一价值观，它充分关注学生的内心世界，尊重他们的个体差异，以学生的发展为导向。通过分层教学，教师能够更好地理解学生的需求，从而更有效地促进学生的全面发展。

（三）贯彻“因材施教”的教学原则

“因材施教”是教育领域的经典原则，它强调根据学生的实际情况进行差异化教学。在体育教学中，分层教学模式正是对“因材施教”原则的生动诠释。它根据学生的体能、兴趣等特点，为他们制定个性化的教学计划和评价标准，从而实现真正意义上的因材施教。这种教学模式能够激发学生的潜能，提高他们的学习积极性

和兴趣。

二、核心素养下初中体育实施分层教学的实践策略

传统体育教学模式往往采用统一的教学方式，难以适应学生的个性化需求。为了克服这一弊端，教师需要积极引入分层教学模式。具体而言，教师应根据学生的体能、兴趣等实际情况，将他们划分为不同的层次，并为每个层次的学生设定不同的教学目标和计划。在教学过程中，教师应采用多样化的教学方法和手段，针对不同层次的学生提供针对性的指导和帮助。同时，教师还应制定差异化的评价标准，以全面、客观地评估学生的学习成果。通过动态分层和循序渐进的教学安排，确保分层教学模式在初中体育教学中的有效实施。

（一）依据学生个性化特点实施细致分层教学策略

随着初中生步入新的学习阶段，他们在身体素质、对体育的热情及参与度上展现出各自鲜明的特性。为更好地响应这一多样化需求，确保每位学生在体育教学中得到个性化的指导和成长，实施细致分层的教学策略显得至关重要。教师需要全面审视每位学生的具体情况，包括体能水平、运动天赋以及体育兴趣等多元因素，进而对学生进行科学、合理的分类。

以篮球教学为例，教师应全面评估学生的身高、体能基础、篮球技能基础以及他们对篮球的热爱程度。通过体能测试、技能评估及日常课堂表现观察，教师可以更为准确地判断学生的篮球能力，进而为他们量身定制合适的分层教学计划。

对于体能基础较为薄弱的学生，教师应将教学重点放在基础技能的训练上，如运球的基本要领、投篮的正确姿势等，同时注重培养他们的耐力与体能，逐步帮助他们建立自信。而对于体能和篮球技能较为突出的学

生，教师可以提高教学标准，强化他们在传球、投篮等高级技巧方面的训练，并培养他们的团队协作与竞技精神。

通过实施细致分层的教学策略，教师能够更为精准地制定教学计划，确保每位学生都能在符合自身特点的教学环境中得到发展。这不仅有助于激发学生的体育学习热情，提高他们的参与意愿，还能通过系统训练有效提升他们的体能、技能与体育素养，为初中体育教学质量的全面提升奠定坚实的基础。

（二）基于学生成长差异设定层次化教学目标

在推行分层教学策略时，教师应深入考虑学生成长过程中的个体差异，并据此为每位学生定制符合其实际发展水平的教学目标。这样可以确保每位学生都能有一个清晰、贴切的学习方向。

以中长跑训练为例，教师首先会通过体能评估来了解学生当前的身体素质。依据评估结果，教师会对学生进行分组，即隐性分层。具体而言，体能卓越、表现出色的学生将进入A组，体能稳定、成绩中等的学生将进入B组，而那些体能基础较弱、需要更多关注的学生将进入C组。在目标设定时，教师会结合各组的实际情况，为每组学生制定既具挑战性又切实可行的目标。对于A、B组的学生，教师将设定完成一定量练习内容的基准要求；而对于C组的学生，教师将更注重他们的体能进步，鼓励他们根据个人能力逐步增加训练量，并随着他们的进步适时调整教学期望。这样的安排旨在使每位学生都能在适合自己的训练强度下稳步成长。

（三）实施个性化分层指导策略

鉴于学生在体育学习中存在的能力和差异，教师在指导过程中应实施个性化的分层策略。一种高效的方法是设计层次化的学习任务，让学生在完成一项任务后能够逐步挑战更高层次的目标，从而感受到自身的进步，并激发持续的学习热情。

以耐久跑教学为例，这是一项对学生体力和耐力要求较高的体育项目，也是许多学生感到挑战的项目。对于体能较弱、对耐久跑存在畏难情绪的学生，教师可以通过设定不同层次的训练目标来帮助他们逐步建立信心并提高能力。在每节课程中，教师可以为不同组别的学生设定相应的训练目标和任务，确保每位学生都能在适宜的节奏下实现自我超越。这种个性化的指导方式能够

更好地满足学生的个体差异需求，促进他们全面而均衡地发展。

在《国家学生体质健康标准》中，初二男生的1000米跑能力被详细划分为“优秀”、“良好”、“及格”和“不及格”四个层次，每个层次都设有相应的达标时间。鉴于学生在训练初期普遍难以达到既定标准，教师可以灵活地为学生设定阶段性目标以激发他们的潜力。具体而言，针对体能基础较弱的C组学生，目标可设定为在6分40秒内完成1000米；B组学生则需在5分30秒内完成；而A组学生应努力达到4分06秒的“良好”标准。对于C组学生，教师应着重鼓励他们在自身能力范围内完成训练，而非过分强调达到及格线，这样的策略更有利于激发他们的积极性和自我驱动力。

每次耐久跑训练结束后，教师应针对每个小组进行详尽的点评和指导，尤其是针对C组学生。对于C组学生，教师应亲自示范如何调整呼吸，教授他们如何有效地分配体力，并帮助他们克服运动中常见的“极点”难题。这种个性化的指导方式广受学生欢迎，经过一段时间的锻炼后，学生们普遍对耐久跑产生了浓厚的兴趣，从而提高了他们的训练效果。

（四）针对个体短板，实施定制化教学

在分层、分类的教学模式中，教师应全面考虑教学目标、评价标准以及学生的实际学习状况，特别是那些体能较弱、兴趣不高或技能存在明显不足的学生。对于这些学生，教师应提供更为精准和有效的指导。

以篮球教学中的“三步上篮”为例，学生在练习过程中可能遇到各种问题，如步伐不稳、投篮命中率不高等。针对这些问题，教师应根据学生的具体情况进行个性化的指导。对于步伐不稳的学生，教师应着重教授他们如何调整步伐，并引导他们结合呼吸和手部动作来完善投篮技巧；对于投篮命中率不高的学生，教师应强调投篮的精准度和手感的训练，鼓励学生通过大量练习来提高投篮准确性。通过这种定制化的教学方式，教师可以更有效地提升全体学生的体育技能，并根据学生的进步情况灵活调整教学策略，从而充分发挥分层、分类教学的优势。

（五）构建多层级评价体系

鉴于学生群体在能力层次和成长速度上的显著差异，若教师一味坚持统一的评价标准，难免会造成一部

分学生成绩突出，而另一部分学生则难以企及。长此以往，不仅会对教学质量产生负面影响，还可能让那些体能和运动技能有待提升的学生感受到挫败和沮丧。为了更有效地实施个性化教学，教师亟须构建一个多层次、灵活多变的评价体系。

体育教师在制定评价规则时，需紧密结合评价目标、运动项目和学生的个体技能特点，量身定制差异化的评价标准。这些标准应包含多个层次和维度，确保每位学生都能找到与自己实际情况相契合的评价尺度。通过这种方式，教师可以为不同特点的学生群体量身打造更具针对性和实用性的评价标准，使评价体系更加科学合理、贴合实际。

在具体实施时，对于那些进取心强烈、学习能力强且富有创新精神的优秀学生，教师应采取高标准、严要求的评价方式，重点评估他们的创新意识、探究精神和团队协作能力，以此激发他们的学习潜能和动力。

对于能够完成基础训练任务的一般学生，教师应采用适中的评价标准，既要认可他们的付出和努力，也要及时给予正面激励，帮助他们树立信心。同时，还需关注他们的学习态度和学习积极性，引导他们更加积极地投入到体育活动中去。

针对运动技能相对较弱的学生，教师应采用以鼓励为主的评价方式。在指出不足的同时，更要为他们指明改进的方向和方法，协助他们找到适合自己的提升途径。在组织体育比赛时，教师应尽可能让技能相近的学生互为对手，以此减轻他们的压力，帮助他们树立信心。同时，也要密切关注他们在运动技能和知识学习上的点滴进步。

（六）动态调整分层策略以匹配学生成长轨迹

在初中体育教育中，学生的学习动态、体能状态、技能掌握程度等都会随着课程的深入而不断演变。因此，学生的分层并非一成不变，而是需要根据其成长轨迹进行动态调整。为了更加精准地满足学生个体差异化的成长需求，我们需要根据学生的体能水平、技能潜力、知识积累以及参与热情等多维度因素，定期重新评估并优化分层设置。为此，我们可以借助体育教学管理系统来精准捕捉和分析学生的体能数据，为动态分层提供科学依据。

在初始分层阶段，教师会进行全面的评估测试，以

明确每个学生的初始水平，进而实施有针对性的分层教学。在教学过程中，教师应设置层次分明的教学目标，为每个层级的学生量身设计教学计划和个性化的教学策略。经过一段时间的分层教学实施后，教师需再次进行评估测试，以检验学生的进步情况，并根据学生当前的实际水平对分层设置进行必要的调整。

（七）逐步推进分层教学以夯实学生基础

在体育技能的学习和身体素质的锻炼中，每个学生都需要经历从基础到精通的渐进过程。因此，在初中体育分层教学中，教师应根据学生的实际水平，以稳扎稳打的方式逐步推进教学。在教学内容的组织上，教师应遵循从易到难、从简到繁的原则，确保各个教学阶段之间的衔接性，使学生能够在逐步提升技能水平的同时，稳固其基础能力，最终实现全面发展。

针对体能基础薄弱或运动协调能力较差的学生，教师应保持足够的耐心，从基础训练入手，适当降低教学要求，逐步引导学生掌握基本动作技能，激发他们的学习兴趣，帮助他们建立自信，并在不断练习中取得进步。

三、结语

结合本人的教学实践，本文深入探讨了初中体育分层教学的实施策略及其教育价值。在新课程改革的大背景下，分层教学法在体育教学中得到了广泛应用，并取得了显著的教学成果。然而，在实施分层教学模式时，教师应确保对每一层次的学生都给予充分的关注，避免过分关注某一层次而忽略其他层次的学生。只有真正做到全面关怀和关注每一个学生，才能确保分层教学的有效实施，进而推动全体学生的全面发展。

参考文献

- [1] 张雯. 分层教学模式在初中体育教学实践中的应用研究[J]. 新课程, 2021(45).
- [2] 沈杰. 基于核心素养的初中体育分层教学[J]. 文理导航(下旬), 2022(2).
- [3] 张惠民. 基于“目标学习”视角的初中体育分层教学实验研究[J]. 中学课程辅导(教师教育), 2021(12).
- [4] 刘军剑. “分类指导, 分层达标”在初中体育教学中的实践[J]. 求知导刊, 2021(23).
- [5] 谢兆安. 分层教学法在初中体育教学中的应用现状及策略[J]. 体育视野, 2021(7).