

核心素养导向下高中体育分层教学模式的实践研究

任玲玲

长春艺术实验中学

摘要:在当前素质教育背景之下,体育课程获得了更多的关注。在高中体育教学中采取分层教学这一模式,有利于突出学生在课堂中的主体地位,激发学生的学习热情,促进学生的综合化发展。对于教师而言,在分层教学模式下,还需要关注学生与学生之间的差异性,能够鼓励学生进行跨层次的互动,以获得更为理想的教学效果。基于此,本文对核心素养下高中体育分层教学模式的实践等相关内容进行了简单分析,仅供参考。

关键词:核心素养;高中体育;分层教学;实践研究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2025.09.235

引言

高中阶段所开展的体育课程,最终的目的不仅仅是提高学生的运动能力,同时也是为了帮助学生养成良好的健康习惯以及培养学生良好的体育品德等。因此,该课程在高中阶段中占据着较为关键的位置。分层教学模式相较于传统教学模式而言,更加关注学生在学习中的主体性,注重学生创造能力的开发,其优势更为显著。

一、核心素养导向下高中体育分层教学模式现状

核心素养导向下高中体育分层教学模式现状可以从下述几个方面分析。第一方面,教师没有对学生进行合理地分层。每个学生的体育素养以及学习需求是不同的。但是,在实际教学的过程中,一些教师并没有意识到学生之间的这种差异性,因而无法为学生提供个性化的学习指导,导致一些学生在学习的时候会觉得所学习的内容过于简单,一些学生会觉得所学习的内容过于复杂。第二方面,教学模式比较单一。当前高中体育教学的开展所选择的教学方法比较单一。比如,一些教师在教学时只是单纯依照教材的要求带领学生获取相应的知识,但是却没有关注学生在学习中的积极性,使学生的课堂体验感不佳,其最终的学习效果自然也不够理想。第三,课堂的互动效果不佳。在体育教学开展中,一些教师把自己单纯放在了知识传授者的位置上,缺乏与学生之间的互动,也会对最终的教学效果产生一些不良影响。

二、核心素养导向下高中体育分层教学模式实践思路

核心素养导向下高中体育分层教学模式实际上就是一种因材施教的教学模式,在教学过程中所强调的重点是以学生为中心,使学生在在学习体育时可以化被动为主动。想要实现理想的分层教学效果,其关键在于激发学生的积极性,使学生可以主动参与到教学之中。因此,对于教师而言基于核心素养进行体育分层教学时的整体思路为,以学生为中心、以学习任务为主体、展示最终

的学习成果三位一体化的教学思路。其中,以学生为中心主要表现的是,教师需要以学生为中心,依据学生的实际情况,对学生进行合理地分层,同时需要结合现阶段体育课程的教学目标,为不同层次的学生设置相应的学习目标,使每一个层次的学生都可以从学习中有所收获,激发学生的学习热情。以学习任务为主题,所表达的则是学生学习的过程,在过程中教师不仅要为学生营造一个舒适的分层学习氛围,同时也需要尝试对教学的内容进行分解,减少学生对于体育课程的排斥心理,使学生可以在过程中逐步提高自身的体育综合素养。总而言之,在核心素养导向下所实施的高中体育分层教学,其总体思路就是要构建起以学生为中心,以促进学生积极性为目标的一种教学活动,对学生个体给予充分的尊重,让每个学生可以在自己的能力范围之内去不断进行提高,自由地学习,保证最终的学习效果。

三、核心素养导向下高中体育分层教学模式的实践价值

核心素养导向下高中体育分层教学模式的实践价值可以从两个方面进行阐述。第一方面,有利于促进学生的个性化成长。首先,每一个学生本身都是独一无二的,他们有自己的性格,且每个学生的体质也存在着一一定的差异性。开展分层教学,可以满足不同学生的发展特点,使每一名学生都可以拥有展示自我个性的空间,从而推动了学生的个性化发展。其次,在分层教学模式下,教师需要为学生设计不同的学习任务,并使用分层化的评价方式,这也有利于进一步提高学生的体育素养。最后,分层教学模式开展过程中要求教师需要始终把学生放在主体位置上,使学生在课堂中拥有了更多的自主性,有利于进一步推动学生的健康成长。第二方面,有利于促进教师的成长。基于核心素养所实施的体育分层教学模式,不仅有利于促进学生的发展,同时也有利于促进学生的成长。首先,在进行分层教学的过程中,对于教师

而言,还需要对学生之间的差异进行仔细地观察和分析,以保证最终的教学效果。在这一过程中,教师也会对学生有更加全面地了解,而这对于教师后续教学效果的提升有着较为积极的意义。其次,分层教学模式的实施对于教师本身的能力也有一定的要求,要求教师可以依据学生的层次,为学生合理安排教学内容与设置教学目标等,在这一过程中教师个人的备课能力与教学能力等也可以获得逐步的提升。最后,针对学生的分层并非一成不变的,教师还需要结合学生不同阶段的表现情况对其分层进行科学的挑战,这对于教师的能力也是有一定要求的,从而也可以进一步提高教师的专业素养。

四、核心素养导向下高中体育分层教学模式的实践要点

(一) 构建良好的师生关系

良好的师生关系无论是对分层教学模式的实践而言,还是对于普通教学的开展而言,都有着较为积极的意义。核心素养导向下高中体育分层教学模式实践过程中,教师还需要尊重班级中的每一名同学,能够尝试站在学生的角度去进行思考,和学生可以建立起一个平等的师生关系,使学生能够以更加积极的状态参与到体育课程中。在实际教学中,教师可以鼓励学生积极参加运动,并且可以尝试开展一些体育比赛,以调动起学生的积极性。同时,在日常教师也需要时常倾听学生的意见,能够尊重学生的想法,鼓励学生主动提出自己的意见。在开展教学中要对学生进行合理地分组,使学生在分层教学的过程中,可以充分发挥出自身的优势。

(二) 提高教师的体育素养

在上述文章中我们已经提到,体育分层教学模式的实践对于教师本身的能力有着一定的要求。因此,在进行分层教学时,提高教师的体育素养也是十分关键的。首先,对于高中体育教师而言,在日常还需要不断加强自身的理论素养,可以为日常分层教学的开展打下一个更为牢固的基础。详细而言,体育教师在日常可以多观看一些体育分层教学的课件以及资料等,对分层教学进行系统化地了解,还可以到其他学校去参观优秀案例,最终能够对体育分层教学有一个清晰的认知,并可以在后续教学中进行灵活地应用。其次,在上文中我们提到,分层教学中师生之间的互动是十分关键的。因此,在进行分层教学的过程中,教师也需要主动与学生之间进行交流和沟通,这种交流和沟通不仅仅局限于为学生讲解相关的知识和技能,同时也要求教师能够时刻关注到学生在分层教学中所存在的个体化差异问题,可以及时帮助学生进行改善与解决,使班级中的每一名同学都可以

在分层教学模式中有所收获。最后,对于高中体育教师而言,在日常也需要注重专业知识和技能的更新和积累。比如,可以定期参与一些培训,主动了解当前较为前沿的教学理念等。

五、核心素养导向下高中体育分层教学模式的实践原则

核心素养导向下高中体育分层教学模式的实践还需要遵循下述几项原则。第一,需要遵循学生主体性原则。该原则所表示的是,在进行分层教学的过程中,教师还需要关注学生的主体性与主动性,了解学生在学习中的需求,为学生制定更加科学合理的教学方案。第二,需要遵循个性化原则。分层教学从本质上来说其实就是一种个性化的教学策略,因此在教学中教师需要尊重个性化的原则。详细而言,在分层教学开展过程中,教师要结合现阶段体育课程的实际教学内容、学生的兴趣爱好、学生之间的个性化差异、学生的个人潜能与内在动力等。为学生制定个性化的教学方案,以更好地满足学生的多元化学习需求,让学生可以在自己所擅长的运动项目中不断进步。第三,循序渐进原则。体育分层教学想要获得显著的效果并非一朝一夕的事情,而是需要一个较为长久的过程。在高中体育课程中所涉及的专业内容和技能较多,其最终的目的也不仅仅是提高学生的运动技能,而是全面提高学生的体育素养。因此,教师在分层教学实践中应遵循循序渐进的原则,灵活地设计分层的内容,并对其难度进行合理地调整,以保证最终的实践效果。

六、核心素养导向下高中体育分层教学模式的实践策略

(一) 对目标进行分层

核心素养导向下高中体育对目标进行分层可以从下述两个方面入手。第一方面,结合学生的心理状态,为其制定分层目标。高中体育分层教学的开展不仅仅是提高学生的身体素质,同时也关注学生的心理韧性等。高中阶段学生所面临的压力较大,结合学生的心理状态调整训练目标,能够更好地满足学生的心理承受能力,使学生在进行体育锻炼的同时,也可以获得一定的自我效能感。针对基础层的学生,他们对于体育缺乏足够的积极性,其中一部分学生是由于自身的身体素质较差,一部分则在于自己对于运动并不擅长,在设置目标的时候,教师就需要考虑到这一部分学生的心理承受能力,适当安排教学内容,避免给他们造成较大的心理负担。针对中间层的学生,他们相对于基础层学生而言,心理状态相对比较稳定,也拥有一定的自我调节能力,不过在面对一些强度较大的训练时,还有可能会出现心理状态不

稳定的情况。因此,在制定目标的时候,教师可以依据他们的心理状态适当做出调整,让这一层次的学生有一个适应的过程,并在这一过程中逐步提升自我。最后,针对高层次的学生而言,他们往往是渴望挑战自我与战胜他人的,他们大多具有较强的心理承受能力。因此,在制定目标的时候,教师可以适当增加一些具有挑战性的内容。但是,教师不能够完全忽视这一层次学生的心理状态,还是需要关注他们的心理承受极限。第二方面,依据体能测试,对学生进行分层。对于体育课程而言,体能测试是对学生进行分层的一个主要手段,可以帮助教师较为客观地了解到学生当前的体能情况以及运动素养等。依据体能测试的结果,教师可以把学生分为三个层次,即:基础层、中间层、高级层。其中,基础层学生本身的体能较差,自身的运动经验也有所不足。中间层的学生具有一定的提升基础与运动经验。高级层的学生,无论是自身的体能还是所具有的运动能力都是比较突出的。对于不同层次的学生,教师在设置教学目标的时候也要体现出一定的差异性。比如,针对基础层的学生,其目标是提高他们的基础体能,因此可以选择一些简单的运动项目,比如慢跑和快步走等。

(二)对方式进行分层

核心素养导向下高中体育对内容进行分层,详情如下。针对基础层次的学生,由于他们本身的运动积极性不高,且体能相对而言较差,因此所选择的训练内容以低强度的训练方式为主,使这一层次的学生可以通过循序渐进的方式逐步提高自身的身體素质,并加强自身对于体育锻炼的信息。在实际教学中,教师也需要提前了解该层次中学生的实际身体情况,为他们制定科学的训练计划,其方式以简单为主,同时应该要避免一些比较复杂且强度较高的训练方式。比如,针对跑步训练,此部分学生可以先从慢跑进行练习,随着自身体能的提升,后续可以逐步延长距离。针对于中间层的学生,则可以选择小组合作的训练方式。这一层次的学生本身是具备一定运动能力的,且具有一定的基础,小组合作训练的方式,可以让同一层次的学生通过团队合作的方式去进行训练,不仅可以提高他们自身的运动能力,同时还可以在过程中进一步提升他们的团队合作能力与沟通能力等。在实际教学中,教师可以结合学生的特点,把学生分成几个不同的小组,并未学生设置分组比赛,让学生通过竞技获得提升,以获得更为理想的分层教学效果。针对高级层的学生,他们本身的身体素质较强,且具有一定的竞技意识,因此其教学的形式可以以对抗类型的为主。同时,对于该层次的学生而言,他们往往具有较

强的挑战意识,因此教师在选择训练形式的时候,也可以为他们设置一些具有较高挑战性的训练形式,以进一步增强该层次学生的竞技能力与心理承受能力,这对于他们今后的成长而言也有着十分积极的意义。

(三)对内容进行分层

针对内容所进行的分层,可以尝试从下述几个角度入手。第一,从学生的体能素质入手。为了保证不同层次学生的体育训练效果,教师可以结合学生的体能,为他们设置科学的训练内容。比如,针对于基础层的学生,在选择训练内容的时候,可以以低强度的内容为主,比如跳绳或者慢跑等,随着他们体能的逐步提升,可以适当地增加一些训练内容。针对中间层的学生而言,则可以适当丰富训练的内容,比如一些耐力训练等,以进一步增强中间层学生的身体素质。针对高级层的学生而言,则可以安排一些专项的运动训练,比如针对性的耐力训练等,使他们能够在专项的运动能力上获得进一步的提升。第二,从学生的兴趣爱好入手。兴趣是最好的老师,如果学生可以对一个运动项目有足够的兴趣,在运动的过程中往往也可以表现出更高的积极性,最终也可以获得较为理想的运动效果。因此,在进行分层训练时,教师也可以从学生兴趣爱好入手,对内容进行分层。比如,一些学生对于篮球比较感兴趣,针对此部分学生,教师可以为其设置一些与篮球相关的技术训练。针对热爱乒乓球的同学,则可以为其设置一些和乒乓球相关的训练。

结语

核心素养下所进行的高中体育分层教学模式的实践,要求教师在教学中要始终把学生放在主体位置上,在提高学生运动能力的同时,也需要关注学生的综合化发展。为此,教师还需要制定科学的分层计划,在减轻学生心理负担的同时也可以获得更为理想的学习效果,保证高中体育教学的有效性。

参考文献

- [1] 高建婷,周刚.分层教学法在高中体育教学中有效运用策略分析[J].体育世界,2024,(04):93-95.
- [2] 袁霞.分层教学法在高中体育教学中的应用途径[J].体育世界,2024,(05):64-66.
- [3] 刘爽.分层教学法在高中体育教学中的科学应用[J].高考,2024,(23):171-173.
- [4] 娄赛.分层教学法在高中体育教学中的运用研究[J].中国多媒体与网络教学学报(下旬刊),2024,(01):183-185.
- [5] 谭家鹏.高中体育教学中分层训练法的应用策略研究[J].教师,2025,(03):107-109.