

浅谈“双减”背景下小学体育分层教学模式

刘凤辉

江西省樟树市黄土岗镇中心小学

摘要：在“双减”政策背景下，小学体育教学面临新的挑战 and 机遇。为了更好地适应这一政策，本文提出并探讨了小学体育分层教学模式。分层教学模式旨在根据学生的体育水平和兴趣爱好，实施针对性的教学策略，从而提高教学的有效性和学生的参与度。本文分析了分层教学的理论基础和实践意义，并通过案例研究展示了分层教学在实际应用中的效果和解决方法。研究表明，分层教学模式能够有效提升学生的体育素养和身心健康，为实现“双减”目标提供了有力支持。

关键词：双减政策；小学体育；分层教学；教学模式；学生发展

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2024.11.128

引言

近年来，中国教育领域推行的“双减”政策，旨在减轻学生的学业负担和校外培训负担，从而促进学生全面发展 and 健康成长。体育作为素质教育的重要组成部分，在这一政策背景下显得尤为重要。小学阶段是学生身心发展的关键时期，体育教学不仅能够增强学生的体质，还能培养他们的团队合作精神和竞争意识。然而，传统的“一刀切”教学模式往往忽视了学生之间的个体差异，导致教学效果不尽理想。为了解决这一问题，分层教学模式应运而生。分层教学模式通过对学生进行科学分组，根据他们的不同需求和能力，制定个性化的教学方案，使每个学生都能在适合自己的层次上得到充分的发展。这种教学模式不仅提高了教学的针对性和实效性，还激发了学生的学习兴趣 and 参与热情。本文将结合实际案例，深入探讨小学体育分层教学模式的应用与效果，为推动“双减”政策下的教育改革提供参考。

一、小学体育分层教学的理论基础

分层教学的理论基础源自教育学和心理学的多种研究成果。教育学领域的个体差异理论认为，学生在认知能力、兴趣爱好、身体素质等方面存在显著差异。因此，统一的教学模式难以满足所有学生的需求，容易导致部分学生的参与度和学习效果不佳。分层教学模式旨在根据学生的实际情况，制定差异化的教学方案，从而提高教学的针对性和有效性。心理学中的多元智能理论进一步支持了分层教学的必要性。多元智能理论提出，人的智能多种多样，包括语言智能、逻辑-数学智能、空间智能、身体-运动智能等。体育教学主要涉及身体-运动智能，但不同学生在此方面的表现和潜力各不相同。通过分层教学，教师可以根据学生的不同智能类型和发展水平，采取适应性的教学方法，激发每个学生的潜能，促进其全面发展。

建构主义学习理论强调，学习是一个主动构建知识的过程，学生在学习中应当发挥主体作用。分层教学模式通过为学生提供适合其水平和兴趣的学习任务和活动，增强了学生在学习过程中的主动性和参与感。这种方式不仅提高了学生的学习效果，还培养了他们的自主学习能力和解决问题的能力。在实践层面，分层教学模式的实施需要科学的学生分组方法。通常采用的分组依据包括学生的体育测试成绩、课堂表现、兴趣调查等。根据这些信息，将学生分为不同层次的小组，每个小组设置不同的教学目标和内容。例如，基础层的学生主要进行基本运动技能的训练，发展层的学生则进行较高难度的技能练习和战术学习，而提升层的学生则参与更加复杂和具有挑战性的体育活动。

实际案例表明，分层教学模式能够显著提升小学体育教学的效果。教师在实施分层教学时，不仅要关注学生的体能和技能，还应注重培养学生的合作精神和竞争意识。这种模式有效地克服了传统教学中存在的“吃不饱”和“吃不了”的问题，使每个学生都能在适合自己的层次上获得最佳的发展。分层教学的理论基础既包括教育学和心理学的理论，又结合了实际教学中的具体方法和经验。这种教学模式为实现因材施教、提高教学效果提供了有力支持，是适应“双减”政策背景下小学体育教学改革的重要途径。

二、“双减”政策对小学体育教学的影响

“双减”政策对小学体育教学产生了深远的影响。这项政策旨在减轻学生过重的作业负担和校外培训负担，鼓励学生全面发展，尤其是体质健康的重要性得到了前所未有的重视。政策的实施促使学校重新审视和调整体育教学内容和方法，以更好地满足学生身心健康发展的需要。政策的实施带来了小学体育课时的增加，使得体育课在整个教学体系中的地位更加突出。为了更好地利

用增加的课时，学校在教学计划中更加注重体育课程的科学性和系统性。教师被要求设计多样化的体育活动，以增强学生的参与感和兴趣，从而提高他们的运动能力和健康水平。同时，学校也增加了体育设施和器材的投入，为学生提供更好的运动环境。

双减政策强调减轻学生的学业负担，这使得体育课成为学生释放压力、调节情绪的重要途径。学生在体育课上通过运动能够有效地缓解学习带来的紧张和疲劳，提高他们的心理健康水平。此外，体育课上的团队合作、竞争游戏等活动，有助于培养学生的团队合作精神和集体荣誉感，增强他们的社会适应能力和情感发展。在实际教学中，双减政策推动了体育教师教学观念的转变。教师们更加关注学生的个体差异，努力实现因材施教，确保每个学生都能在体育课上有所收获。通过分层教学模式，教师根据学生的不同能力水平和兴趣爱好，设计不同层次和类型的体育活动，使所有学生都能找到适合自己的运动方式，从而提高课堂的参与度和有效性。

政策的落实还促使学校加强了课外体育活动的组织和管理。学校积极开展各种形式的课外体育活动，如校内体育竞赛、体育社团、兴趣小组等，丰富了学生的课余生活，拓展了他们的运动空间。这些活动不仅激发了学生的运动兴趣，还为他们提供了展示自我、挑战自我的平台，促进了学生的全面发展。双减政策对小学体育教学的影响不仅体现在课堂内，还延伸到家庭和社区。学校与家长之间的沟通与合作变得更加紧密，共同关注学生的健康成长。家长在政策的引导下，逐渐意识到体育锻炼的重要性，积极支持和参与孩子的体育活动。同时，社区也在政策的推动下，提供更多的公共体育资源和设施，营造了良好的社会体育氛围。

三、小学体育分层教学模式的实施策略

小学体育分层教学模式的实施策略需要从多个方面入手，以确保其有效性和针对性。最初，教师需要对学生进行全面评估。这种评估不仅包括学生的体能测试和技能水平，还应包含学生的兴趣爱好和个性特点。通过综合评估，教师可以将学生分为不同层次的小组，每个小组的学生在能力和需求上具有相似性，从而更有针对性地进行教学设计。在教学设计阶段，教师应根据不同层次学生的特点，制定相应的教学目标和内容。对于基础层的学生，教学重点应放在基本运动技能的训练和身体素质的提高上。通过简单而富有趣味性的运动游戏，帮助他们建立对体育运动的兴趣和自信心。而对于发展层的学生，则可以增加一些具有挑战性的项目，强化他们的专项运动技能和战术意识，提高他们的运动水平和

综合素质。提升层的学生则应参与更加复杂和高强度的体育活动，以进一步提升他们的竞技能力和团队合作精神。

教学过程中，教师要灵活运用多种教学方法，以适应不同层次学生的需求。基础层的教学可以采用示范教学和游戏教学相结合的方式，激发学生的兴趣，提高他们的参与度。对于发展层的学生，可以采用分组教学和合作学习的方法，通过小组合作和互动，增强学生的团队意识和合作能力。提升层的学生则可以通过项目教学和自主学习，鼓励他们自主探索和创新，提高他们的自主学习能力和解决问题的能力。评价与反馈也是分层教学模式中的重要环节。教师应根据不同层次学生的特点，制定科学合理的评价标准，对学生的学习效果进行及时评价和反馈。通过多元化的评价方式，如过程性评价、表现性评价和终结性评价，全面了解学生的进步和不足，帮助他们明确努力方向，激发他们的学习动力。此外，教师还应注重与学生和家长的沟通，通过定期的家长会和学生座谈，了解学生的需求和反馈，不断调整和优化教学策略。

在实施分层教学模式的过程中，教师的专业发展也至关重要。学校应为教师提供相关的培训和学习机会，帮助他们掌握分层教学的理论和方法，提高他们的教学能力和水平。通过校内外的教学交流和经验分享，教师可以不断学习和借鉴他人的成功经验，提升自己的教学实践。小学体育分层教学模式的实施策略需要从学生评估、教学设计、教学方法、评价反馈和教师发展等多个方面综合考虑。通过科学的实施策略，教师可以有效提高体育教学的针对性和实效性，满足不同层次学生的需求，促进学生的全面发展。

四、分层教学模式的案例分析

分层教学模式的案例分析可以通过实际教学中的具体实例来深入探讨其效果和应用。在某小学的体育课程中，教师采用了分层教学模式，将全班学生根据体能测试结果和兴趣爱好分为基础层、发展层和提升层三个小组。每个小组根据其特点，制定了不同的教学目标和内容。在基础层，学生主要进行基本运动技能的训练，如跑步、跳绳、基础球类运动等。教师设计了一系列简单有趣的的游戏活动，帮助学生掌握基本运动技巧，同时增强他们的体能和协调能力。例如，跳绳比赛不仅能提高学生的心肺功能，还能激发他们的竞争意识和参与热情。这一层次的教学侧重于让学生在轻松愉快的氛围中锻炼身体，培养他们对体育运动的兴趣和自信心。

发展层的学生已经具备一定的运动基础，教师在此基础上增加了难度和强度。课程内容包括更复杂的球

类运动技巧、队列队形训练以及简单的战术练习。例如，在篮球课上，教师不仅教授基本的运球和投篮技巧，还组织学生进行团队比赛，帮助他们理解和应用简单的战术配合。这一层次的教学重点在于提高学生的专项运动技能和团队合作能力，使他们在运动中体验成功的喜悦和合作的乐趣。提升层的学生运动能力较强，教师为他们设计了高强度和高挑战性的体育活动，如复杂的球类战术训练、体能强化训练和多样化的运动项目竞赛。例如，足球训练课上，教师安排了高难度的射门和传球练习，并组织学生进行小组对抗赛，培养他们的竞技能力和战术意识。这一层次的教学旨在进一步提升学生的运动水平，帮助他们在竞技中不断突破自我，提升综合素质。

实际教学效果表明，分层教学模式在不同层次学生中均取得了显著成效。基础层学生通过简单有趣的活动，逐渐建立了对体育运动的兴趣和自信心；发展层学生在较高强度的训练中，提高了专项技能和团队合作能力；提升层学生在高挑战性的项目中，进一步增强了竞技能力和心理素质。学生在分层教学模式中不仅得到了充分的发展，还提高了课堂参与度和积极性，整体教学效果得到了显著提升。家长和学生的反馈也表明，分层教学模式得到了广泛的认可和支持。家长认为，这种教学模式能够更好地照顾到每个孩子的个体差异，帮助他们在适合自己的层次上不断进步。学生表示，分层教学使得体育课更加有趣和富有挑战性，他们在运动中不仅增强了体质，还结交了更多的朋友，培养了合作精神和竞争意识。

五、分层教学模式的成效与反思

分层教学模式的实施在小学体育教学中取得了显著成效，但同时也需要对其进行反思与改进。成效方面，分层教学模式首先提高了学生的学习兴趣 and 积极性。由于每个学生都能参与到适合自己能力和兴趣的活动中，学生对体育课的兴趣明显增强，课堂的参与度和积极性也有了显著提升。此外，分层教学模式有效促进了学生的个性化发展。不同层次的教学目标和内容使学生在各自的水平上得到了充分的发展，既提高了基础较弱学生的基本运动能力，又增强了能力较强学生的专项技能和竞争能力。

通过分层教学，学生的体育素养和综合素质得到了全面提升。体育课程不再是单纯的体能训练，而是融入了团队合作、战术配合、心理素质等多方面的内容，使学生在运动中不仅锻炼了身体，还培养了团队精神、合作意识和竞争意识。这种综合素质的提升为学生今后的全面发展奠定了坚实基础。同时，分层教学模式也增强

了教师的教学针对性和实效性。教师在设计教学内容时，能够更好地考虑到学生的个体差异，制定更有针对性的教学方案，提高了教学效果。

分层教学模式取得了显著成效，但在实践过程中也存在一些需要反思和改进的地方。首先是学生分层的科学性和合理性问题。在实际操作中，如何科学地评估学生的能力水平，合理分组，是教师面临的一大挑战。评估方法的单一或片面，可能导致分组不够合理，从而影响教学效果。为此，需要建立更加科学和全面的评估体系，以确保学生分层的准确性和公平性。

分层教学对教师的专业素质和教学能力提出了更高的要求。教师不仅需要具备扎实的专业知识和技能，还需掌握多样化的教学方法和策略，以应对不同层次学生的需求。这对教师的教学水平和职业发展提出了更高的要求，学校应为教师提供更多的培训和学习机会，帮助他们不断提升专业素质和教学能力。另外，分层教学模式在实施过程中还需要注重学生的心理健康和情感需求。不同层次的分组可能会影响学生的自尊心和自信心，特别是基础层的学生，可能会因分组而产生自卑心理。为此，教师在教学中应注重对学生的心理疏导和情感关怀，帮助他们建立自信，积极面对挑战。

结语

通过对“双减”政策背景下小学体育分层教学模式的探讨，可以看出分层教学在提高教学效果和促进学生全面发展方面具有显著优势。具体实施过程中，通过科学评估、合理分组、差异化教学和多元评价，教师能够有效满足学生的不同需求。然而，分层教学模式也面临着分组合理性、教师专业素质提升以及学生心理健康关注等挑战。未来，需进一步优化和完善分层教学策略，以实现更高质量的体育教育，为学生的健康成长和全面发展提供有力保障。

参考文献

- [1] 李明. 小学体育教学中的分层教学研究[J]. 教育研究, 2021, 42(3): 56-59.
- [2] 王丽. “双减”政策下小学体育教学改革探讨[J]. 基础教育研究, 2022, 30(1): 45-48.
- [3] 陈强. 多元智能理论在小学体育分层教学中的应用[J]. 体育科学, 2020, 38(6): 89-92.
- [4] 张华. 基于建构主义的小学体育分层教学模式研究[J]. 教学理论与实践, 2019, 27(4): 33-36.
- [5] 赵敏. 小学体育分层教学模式的实施效果与思考[J]. 基础教育, 2021, 29(5): 78-81.
- [6] 杨洋. 体育教学中分层教学模式的实践与反思[J]. 当代体育科技, 2022, 41(2): 112-115.