

差异化教学在小学体育教学中的应用

刘奇

丰宁满族自治县小川小学

摘要：在小学体育教学过程中，教师引进差异化的教学项目对于提高学生的训练水平具备重要的意义。在此期间，教师需要深入了解分析学生的个体差异，立足“教会、勤练、常赛”，培养学生特殊体育爱好；并且立足学生体能差异、兴趣差异，开展适应性教学；再结合仿真虚拟系统，为学生进行个性化练习提供良好的支持。本文对小学体育教学中引进差异化教学的策略进行分析探讨。

关键词：差异化教学；小学体育；应用

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.02.246

引言

在小学体育教学期间，教师需结合差异化的教学方法，立足于学生的最近发展区，引进多元化的训练项目，带动学生在训练过程中持续提升自身的训练品质和效率，使体育教学活动能够提质增效。

一、小学体育差异化教学的重要性

在教会、勤练、常赛背景下，体育教师应当根据每一位学生的学习兴趣、爱好、能力、体能素质，实施个性化教学，尊重学生的差异，促进其全面成长发展，从而最大限度发挥学生参与体育学习的主观能动性和积极性。差异化教学通过设置灵活的学习目标，采用不同的教学方法和策略，引进多元化的体育活动，能够满足不同层次学生的需求和发展水平。同时，也可以使教学活动更加贴近于学生的生活实际，使教学效果更加显著。另外，差异化教学还可通过小组合作学习方式进行，教师可以将能力素质相近似的学生分为一组，让其相互学习、相互辅导，久而久之也能够提升其团队合作能力和沟通交际能力。在差异化教学背景下，教师开展体育授课活动可促进教育公平公正，关注弱势学生群体，为其提供适当的支持，使每一位学生均能够获取成就感和自信心。总之，差异化教学模式遵循当代“生本管理”理念，以学生的实际需求为导向，要求教师对体育教学内容、方法进行改进，以适应每一位学生的学习目标，使其能够在学期间提升获得感和主观能动性。

二、差异化教学在小学体育教学中的应用策略

（一）深入了解分析学生的个体差异

小学体育教师引进差异化教学模式，需要了解学生的身体素质、技能水平、学习态度、兴趣爱好等多方面的差异，需通过观察、测试、问卷调查、日常交流互动等多种方法，全面收集整理学生的学情信息，以便为后续开展精准教学提供良好的支持和帮助。为此，教师需

要多收集多维度信息，可通过体能测试，进行速度、力量、耐力、柔韧性等方面的评估；同时也需要进行运动技能评估，了解学生在不同运动项目方面的表现和能力水平；再通过问卷调查，了解学生的兴趣偏好、学习习惯等信息；再配合日常观察，了解学生的学习态度、参与程度、合作精神的表现。但是，教师需要与家长保持密切沟通，了解学生的家庭体育学习状况和身体素质。后续，教师需要将搜集到的信息整理分析，建立起每一位学生的个人档案，在档案资料中可以绘制学生的能力雷达图，记录学生体育能力水平状况，并且定期更新资料，展示学生的能力成长曲线，从而为差异化教学提供有力支持。

例如，某教师组织了一次全面的体能测试，包括50米短跑（评估速度）、立定跳远（评估力量）、800米长跑（评估耐力）和坐位体前屈（评估柔韧性）。通过测试，发现学生A在速度上表现出色，而学生B则在耐力项目上有较大潜力。针对不同运动项目，如篮球、足球、跳绳等，教师进行了技能评估。在篮球投篮测试中，学生C展现了较高的命中率，显示出良好的手眼协调能力；而学生D虽然投篮不准，但在运球和传球方面表现活跃，显示出团队合作的潜力。紧接着，教师设计了一份包含兴趣偏好、学习习惯等问题的问卷，发放给全班学生。通过问卷回收分析，发现大多数学生对足球和羽毛球兴趣浓厚，而学生E特别提到喜欢通过视频学习新技能，这为教师后续的教学资源选择提供了方向。在课堂上，教师特别留意学生的学习态度、参与程度和合作精神。她注意到学生F虽然技能水平不高，但每次练习都非常认真，且乐于帮助其他同学；而学生G虽然技能出众，但偶尔表现出消极的学习态度，需要额外的鼓励和引导。后续，教师通过家长会、电话沟通等方式，与家长建立了密切联系。从家长那里了解到，学生H在家坚持每天跑步锻炼，身体素质较好，但性格内向，不太愿意在团

队中表现自己。这一信息帮助教师在课堂上为H设计了更多促进团队合作的活动。基于收集到的信息,教师为每位学生建立了个人档案,并在档案中绘制了能力雷达图。以学生A为例,其雷达图显示速度得分高,而耐力和柔韧性得分相对较低,这为制定个性化的训练计划提供了依据。同时,教师还定期更新档案资料,展示学生的能力成长曲线,如学生B通过一段时间的耐力训练,800米长跑成绩显著提高,成长曲线明显上扬。

(二) 立足“教会”,培养学生的特殊体育爱好

小学体育教学需要帮助学生养成终身体育学习的良好习惯,而学生的特殊体育爱好是其参与终身体育锻炼的切入点,学生在掌握相关体育技能之后便能够在日常生活学习中以此为切入点,进行常态化练习、常态化锻炼,从而持续增强自身的体能素质。为此,教师在差异化教学过程中也需要立足“教会”,培养学生的某一项特殊体育爱好,从而开展定向化教学。在此期间,教师可通过上述的学情分析、个别访谈,了解学生对某项体育爱好产生独特兴趣的原因、背景,如家庭影响、个人经历。之后,为每一位学生设计个性化的教学方案,根据学生的特殊爱好来制定相应的教学内容。同时,教师也可以将具备相同体育爱好的学生聚集在一起,让其开展互动学习,可打造特殊的体育社群,将相关学生聚集在一起,做到相互学习、相互带动。在常态化训练环节,教师应当为每一位学生分配特定的视频教程以及学习资料,引导其在家庭进行自主学习。而教师也应当在此过程中即使对学生的学习成绩进行检测,可通过让学生录制训练视频,或者定期进行成果展示等方式,以了解其在特殊体育爱好方面的学习表现状况。在此过程中,教师也应当与家长进行沟通合作,邀请家长在体育教学过程中提供必要的支持和帮助,比如为学生购买装备,提供后勤保障,与孩子一起锻炼,从而培养其体育爱好。总之,体育教师在分层教学过程中应当立足“教会”,培养学生的某一项特殊体育爱好,从而使体育教学能够持续开展下去。

例如,某教师意识到培养学生的终身体育习惯至关重要,而学生的特殊体育爱好正是这一目标的切入点。因此,教师在差异化教学中,特别关注学生的特殊体育爱好,通过个性化教学,帮助学生掌握并深化这些爱好,从而在日常生活中形成常态化的体育锻炼习惯。教师首先通过问卷调查和个别访谈,发现学生小李对篮球有着浓厚的兴趣。在访谈中,小李提到他的父亲是篮球爱好者,经常带他去球场看球赛,自己也因此爱上了这项运

动。为此,教师为他设计了专门的篮球技能提升计划,包括基础运球、投篮、传球和简单的战术配合等内容。同时,教师还组织了一个篮球兴趣小组,让小李和其他同样热爱篮球的同学一起训练,互相学习,共同进步。在篮球兴趣小组中,教师鼓励学生们分享自己的篮球经验,组织友谊赛和对抗赛,增强团队协作和竞争意识。小李在小组中不仅提高了自己的篮球技能,还结识了一群志同道合的朋友,他们的相互激励和带动让篮球成了他们课余生活的重要组成部分。此外,教师为每位学生分配了特定的视频教程和学习资料,如篮球教学视频等,引导他们在家中进行自主学习和练习。小李利用周末时间观看篮球教学视频,并在家中院子里练习运球和投篮。教师还要求学生定期录制训练视频并上传至班级群,以便她及时了解学生的学习进度和表现。同时,她还定期组织成果展示会,让学生们展示自己的学习成果,增强自信心和成就感。后续,教师积极与家长沟通合作,邀请他们参与到孩子的体育学习中来。她向小李的家长介绍了篮球对孩子身心发展的益处,并建议他们为孩子购买专业的篮球装备和护具。

(三) 立足体能差异,合理设定训练强度

在体育教学中进行常态化训练是必不可少的,但是每一位学生的体能素质存在差异,教师应当为不同学生设置不同的训练强度,避免出现揠苗助长的情况;同时也规避部分学生得不到完整训练的状况。在此期间,教师可将学生分为不同层次和小组,在每个层次设定合适的训练强度,对于体能较好的学生,可以增加训练强度和难度,如延长训练时间,增加负荷量,引进更为复杂的训练动作;而针对体能较弱的学生,应当以基础体能训练为主。但是,无论哪个层次的学生,教师在差异化教学过程中也应当秉承渐进性原则,根据学生的适应能力和训练进展,逐步增加训练难度和强度。此外,教师还需要合理分配训练时间,保证每一位学生有足够的休息和恢复时间,避免连续进行高强度训练,以免造成损伤。

例如,王老师通过体能测试(包括跑步、跳远、仰卧起坐等项目)对学生的体能进行了全面评估。根据评估结果,王老师将学生分为三个层次:A层(体能优秀)、B层(体能中等)、C层(体能较弱)。随后,王老师根据这三个层次将学生分成若干小组,每组内学生的体能水平相近。对于体能较好的A层学生,王老师设计了更为挑战性的训练计划。例如,在跑步训练中,A层学生的训练时间被延长至800米或更长,并增加了变速跑和间歇跑等高强度训练内容。同时,王老师还引入了更为

复杂的篮球运球和传球动作,以及足球的战术配合练习,以提升他们的技能水平和体能耐力。对于体能中等的B层学生,王老师注重在基础体能训练的基础上逐步提升难度。在跑步训练中,他们被要求完成600米匀速跑,并逐渐增加跑步速度和持续时间。此外,王老师还设计了中等难度的力量训练项目,如俯卧撑、深蹲等,以增强他们的肌肉力量和耐力。对于体能较弱的C层学生,王老师以基础体能训练为主,确保他们能够逐步适应并提高体能水平。在跑步训练中,C层学生的初始目标设定为400米慢跑,随着体能的提升,再逐渐增加距离和速度。同时,王老师还安排了柔韧性训练和协调性练习,如拉伸操、平衡木行走等,以改善他们的身体柔韧性和协调性。但是,无论哪个层次的学生,王老师在训练过程中都严格遵循渐进性原则。她根据学生的实际表现和适应能力,逐步增加训练难度和强度。例如,对于A层学生,王老师会在他们适应当前训练强度后,再逐步增加跑步的距离和速度,或引入更高级别的技能训练。而对于C层学生,王老师则会在他们完成基础体能训练后,再逐步引入新的训练项目和提高训练要求。

(四) 引进仿真虚拟系统,开展差异化教学

每一位学生的能力水平存在差异,同时每一位学生的兴趣点不同,教师可以利用仿真虚拟系统来带动学生进行个性化练习,引导学生在虚拟环境中选取适合自己难度的训练项目,参与个性化练习探究。其中,教师引进VR、AR技术可创造出身临其境的体育训练场景,给予学生沉浸式的体验,提高训练效果。在虚拟环境中,教师可以消除存在的安全隐患,如摔倒、碰撞,学生可以在无限制的环境中进行重复练习,提高技能熟练度,仿真虚拟系统还可突破物理空间和时间限制,为学生提供丰富的训练资源,使其接触到更多的训练项目和案例。在实施差异化教学之前,教师也应当了解学生的体能水平和技能状况,根据每一位学生的训练需求和兴趣特征,在仿真虚拟系统中引进多元化的训练项目,以供学生更多的选择。不同情况的学生可以在虚拟系统中选取不同模块的训练项目。而虚拟系统也能够记录学生的训练过程,提供实时反馈和互动。最后,再借助虚拟系统的脚本回放功能,学生可以查看自己在训练环节是否将动作做标准,从而不断调整自身的训练方法。

例如,张老师与学校合作,引进VR和AR设备,并定制了一套适合小学生使用的仿真虚拟体育训练系统。该系统包含了跑步、篮球、足球、体操等多个项目的训练模块,每个模块都设有不同难度级别的训练项目。在

首次使用仿真虚拟系统时,张老师引导学生熟悉系统界面和操作方法。小明根据自己的兴趣选择了篮球投篮模块,并选择了适合自己当前水平的训练难度。系统根据小明的选择,为他生成了个性化的训练计划,包括定点投篮、移动投篮等练习。小华则选择了体操模块中的平衡训练,通过虚拟环境中的平衡木和吊环进行练习。在VR设备的帮助下,学生们仿佛置身于真实的运动场景中。小明在虚拟篮球场上进行投篮练习时,能够感受到球出手的瞬间和球进篮筐的反馈;小华在平衡木上行走时,虽然身体并未真正移动,但虚拟环境带来的沉浸感让她仿佛真的在挑战自己的平衡能力。同时,由于是在虚拟环境中进行训练,学生们完全不用担心摔倒或碰撞等安全隐患。小明在投篮练习中,由于可以无限制地重复练习,他很快就找到了自己的投篮节奏和技巧。他不断调整出手角度和力度,直到系统显示他的投篮命中率显著提高。小华也通过不断的平衡训练,逐渐提高了自己的平衡感和稳定性。此外,仿真虚拟系统为学生们提供了丰富的训练资源。除了基础的体能训练项目外,还有针对不同运动项目的专项训练、战术配合演练等。学生们可以根据自己的兴趣和需求选择不同的训练模块和项目。例如,对足球感兴趣的学生可以选择足球战术配合模块进行练习。在训练过程中,仿真虚拟系统能够实时记录学生的训练数据并提供反馈。例如,小明在投篮练习中,系统会即时显示他的投篮命中率、出手速度等数据,并给出改进建议。同时,学生们还可以通过系统内的互动功能与其他同学进行比赛或合作练习,增加训练的趣味性和挑战性。训练结束后,学生们可以利用仿真虚拟系统的脚本回放功能查看自己的训练过程。小明通过回放发现自己的投篮姿势在某些时候不够稳定,于是他在接下来的训练中特别注意了这一点,并进行了相应的调整。这种自我反思和调整的过程帮助学生们不断完善自己的训练方法和技术动作。

结语

总体来说,在小学体育教学期间,教师需结合差异化的教学方法,帮助学生在训练环节持续增强并提升自身的能力。在此期间,教师需关注学生的实际需求,引进个性化教学,提高体育教学水平。

参考文献

- [1] 房春华. 如何在小学体育教学中实施差异化教学[J]. 新课程(中), 2017(1).
- [2] 李兴华. 谈差异化游戏活动在小学体育与健康教学中的应用[J]. 华夏教师, 2022(30): 58-60.