

分层教学法在高中体育教学中的运用

刘晓成

(湖北宜昌市长阳土家族自治县第一高级中学 湖北 宜昌 443500)

【摘要】 随着教育的不断推进,在高中体育教学中越来越重视学生综合素养的培养。在这种情况下,教师应充分认识到学生的主观状态,充分考虑学生在课堂上的个体差异,明确教学内容和方法,以达到定向教学的目的。另外,在高中阶段,改善学生身体状况的效果更加显著,可以更好地锻炼学生的运动习惯和思想素质。本文从分层教学的角度出发,探讨了高中体育教育的发展方向。

【关键词】 高中体育; 分层教学法; 运用策略

在高中体育教学改革中,个体差异是客观存在的。教师在教学时应采用分层教学法。在实际教学中,教师应科学合理地对学生进行层次划分,并根据层次明确教学内容,同时制定差异化的教学方法和评估方法。对于高中生来说,他们的身体和心理素质正趋于成熟。体育教学的开展将有助于改善学生身体状况,也将有助于塑造他们的心理素质,从而增强学生终身参与体育运动的认识。为了开展有效地分层教学法,要求教师不断加强探索和研究,不断提高教学方法的有效性,促进高中体育教学取得更好的效果。

一、对学生合理分层

要想有效地开展分层教学法,必须深入了解每个学生的情况。由于分层教学法是基于不同水平的学生群体,因此分层教学针对的是条件相同或相似的学生群体,因此如果在不了解学生的情况下就进行分组,那么训练结果就不会达到预期的目的。因此,只有合理分组,才能确保接下来的训练能够顺利进行。在体育教学中,根据学生身体素质的不同进行分层教学是一种非常简单的分组方法。例如,在进行跳高训练时,将男女分开,并在男女分开基础上再次分组;将运动能力好的与运动能力弱的分开,并针对不同的要求制定不同的标准。这种训练形式:首先,它可以减轻一些运动能力较弱的学生的心理负担。其次,可以利用不同程度的训练发挥每一个学生的长处,以提高学生的运动成绩。

二、教学分层

学生是学习的主体,为了确保分层教学能最大程度地发挥出优势,我们的老师首先要尊重学生之间的差异,真正了解每个班级的情况,并根据学生的差异做好教学准备。首先,作为体育老师,要对班级学生的特点,学习技能,学习方式和身体状况进行全面分析,然后进行相关的数据分析。在此基础上,制定分层教学策略。将学生分成不同的层次后,对他们进行分组学习,这要求老师分析学生的个性,全面分析学生的状况,从学生的个性到他们的爱好和技能等,确保每个小组中会有不同层次和类型的学生。通过这种方式,可以实现组内优秀学生帮助弱势学生,也可以让性格外向的学生更好的调动那些性格内向的学生,从而达到分层教学的目的。

三、评价分层

受应试教育思想的影响。目前,大多数高中体育教师对学生体育水平的评价和评价方法比较单一,即他们没有考虑学生的综合表现,而只是以同样的标准去衡量学生。这样,不仅大大挫伤了学生的学习热情和主动性,而且还影响了高中体育

教育的有效性。因此,在高中体育课中实施分层评估尤为重要,这对提高学生的学习信心或提高体育课的有效性具有非常积极的作用。例如,在评估学生的长跑时,我参考了学生过去的运动表现,来对考核的内容及标准进行分层。首先,针对优等生和后进生的考核内容是不同的,其中前者是1000米测试,后者是800米测试;其次,针对不同层次学生的考核标准也是不同的。针对优等生而言,85分算达标;针对中等生而言,75分算达标;针对后进生而言,60分算达标。其次,针对不同层次学生的评价标准也不同。此外,我还放宽了对身体状况特别差的学生要求,即结合课堂学习表现和身体成长状况作为综合评估成绩。这样,通过分层评估,不仅可以提高学生的学习信心,而且可以充分发挥学生的最大运动潜力,促进学生的共同发展。

四、因材施教

在高中体育教学中,教师可以根据学生的个性特点为学生提供合理的指导,并针对不同情况下的学生采用不同的教学方法,例如学生的特长、兴趣爱好、身心状况等特点,教师必须充分考虑学生的具体情况,视学生而定,选择一些学生喜欢的项目,使不同层次的学生都能取得最大的进步,锻炼学生的身体素质,促进体育课程的有效开展。例如,有些学生喜欢打篮球,并且总是在上课和下课打篮球。教师可以根据他们的兴趣进行一些篮球活动,指导学生一些有关篮球运球、投篮方面的知识,组织学生进行比赛,让学生积极地参与课堂训练。对于一些不喜欢比赛的学生,教师还可以组织学生进行立定跳远、仰卧起坐,以便学生不断超越自己和锻炼自己的意志力,从而有效地进行体育锻炼。

结束语

将分层教学法应用于高中体育教学中具有非常重要的意义,其重要性是显而易见的。通过分层教学,不仅可以提高教学的针对性,充分激发学生的体育兴趣,还能培养他们的体育素养,促进高中体育教学的可持续发展。

参考文献

[1] 陈俊峰. 分层教学法在高中体育教学中的运用策略[J]. 现代职业教育, 2017, 25(8): 255-256.

[2] 郭丽雯. 处方式分层教学法在高中体育教学中的实践运用[J]. 新课程, 2017, 13(2): 36-37.

幼儿园户外区域混龄体育活动实施策略的实践研究

刘亚男

(山东省济南市济阳区崔寨街道办事处中心幼儿园 山东 济南 251401)

【摘要】 幼儿阶段是学生身心发展的一个关键时期,是给幼儿人生奠定物质基础的重要时刻。在幼儿园里面展开区域体育活动,能够让体育教学活动内容变得更加丰富一些,促进幼儿身心健康发展,加强幼儿社会交往能力等等。由于幼儿在年龄和知识经验上存在一定的差异,户外区域混龄体育活动能够给幼儿提供一个不同年龄层次之间的有效互动和交流过程,对幼儿体能发展有积极性的作用。

【关键词】 幼儿; 户外体育活动; 混龄

引言

幼儿阶段是幼儿身心健康发展的一个关键时期。幼儿良好身体的发展,强健的体魄,协调的动作,良好的生活习惯等都是幼儿身心健康发展的明显标志,同样也是幼儿学习其他知识和发展能力的基础。这就可以看得出来,促进幼儿身心健康发展是幼儿园面临的一个重要任务,幼儿身心健康发展就是幼儿全面发展的一个基础前提条件。户外区域混龄体育活动是根据幼儿的健康范围,内容以及相关要求去构建的。在其中会投放不同种类的运动工具,幼儿打破以往班级,年龄上的限制,在区域范围内选择自己比较感兴趣的形式,自主参与活动的全部过程。在这个过程中,幼儿之间的交流会更加直接,频繁一些,充分体现出幼儿是学习过程中的主体。

1. 制定出一个明确的计划和目标

在对计划进行制定之前,必须要按照各个活动区域的教育功能和不同年龄段幼儿的特点,在结合教育教学的出发点和落脚点,确定出一个阶段性的教学目标和教学重点。

其次,充分展现出教学目标跟计划的渐进性以及发展性,在游戏目标里面,慢慢去提升游戏的具体要求,有明确的目的性和切实的针对性。

制定计划的时候一定要充分意识到季节性特点,要具有一定的针对性原则。在冬季的时候,尽可能多安排一些跳跃,奔跑类型的活动,让幼儿不受到寒冷天气的影响。在夏天的时候,最好就是选择运动量不是那么大的运动,选择一些平衡,投掷类型的游戏,有历史文化的学校可以在学校的大树下展开游戏。依照活动的有序

性开展和幼儿在活动过程中的表现,教师要适当的去做出调整,形成带有园区特色的户外体育教学活动。

2. 巧妙的构建活动环境

2.1 积极构建适宜的,丰富的物质环境

依照幼儿园的实际活动情况,针对策划方案的内容跟体育区域的实际需要,我们对幼儿园的活动场地展开了有效的规划,让整个活动场地的利用性得到最大化。

就好比,利用幼儿塑胶将地面进行软化,构建不同的游戏活动区域,充分挖掘各种场地的优势,就好比塑胶场地上面相对稳定的跳跃区域,投掷区域等,在构建这些区域的时候,必须要综合进行考虑,把基本动作当做是划分区域的一个标准,分别创设了走,骑,跳跃,投掷等很多个区域,依照幼儿使用运动器具的习惯性特点,构建了车类区,上肢锻炼区和球类去以及定向运动区等。

2.2 营造健康,自主的心理环境

依照各种户外区域的教育教学功能和幼儿的年龄特点,构建带有情趣的游戏活动,让幼儿游戏朝着精细化,情境化的方向发展。在整个游戏活动过程当中,我们会给幼儿提供非常多的运动器材,充分结合了幼儿的实际能力和水准,设置除了难度不同的游戏环节,让每一个幼儿都可以在原油的水平上有一定的提升,感受游戏带来的快乐和成功的体验。对游戏设计进行创新,将游戏的各个环节情境化,让幼儿在活动的过程中感受到前所未有的快乐。

2.3 多层投放材料,物化活动目标

因为是混龄活动,幼儿之间的年龄以及个性特征的差异就会非常明显。针对

这样的一个情况，我们可以在各个活动区域构建适合不同水平幼儿的游戏和游戏材料。在对游戏材料进行投放的时候，教师还必须考虑提供材料能不能给幼儿的大带小创造条件。就好比在走跑游戏区域里面设计一个“拉小车”的游戏，一个学生坐在“小车”上面，一个人边走边拉，就可以让年龄不同的幼儿自然的共同参与游戏，并感受到游戏带来的快乐体验。

3. 构建常规培养自律行为和责任感

户外区域混龄体育活动，有效突破了幼儿在年龄和班级上的限制。导致幼儿与幼儿，教师与幼儿之间多少有一些模式。这就给活动的有效组织和开展带来了一些麻烦。为此在研究和设计的整个过程中，可以让不同的班级佩戴上不同颜色的胸卡牌，然后进行有效的组织，幼儿挂上班级的胸卡，选择自己喜欢的活动区域，教师也可以根据学生的胸卡牌识别出幼儿的年龄层次，进而正确引导幼儿参与适合自己年龄的游戏活动。在混龄活动里面教师还可以有效引导幼儿构建取放器械的常规，参加混龄体育活动的文明礼仪，在进入园区的时候要向园区所在的教师礼貌问好，离开的时候也是如此。

4. 科学合理安排，调节幼儿的活动量

为了可以让幼儿在活动过程中非常快乐的玩耍，达到强身健体的良好效果。在整个过程中，幼儿教师必须要依照幼儿胸前佩戴的胸卡给到幼儿适当的建议和提醒。与此同时允许幼儿从周一到周五轮流交换不同的体育活动区域。因为一周里面每天都有重复锻炼的内容，幼儿不但可以发展身体的各项机能，提升身体素质，并且还可以提升幼儿参与活动的兴趣和积极性，促进幼儿的身心健康发展。

5. 教师要有效的评价和指导幼儿

在活动过程中，教师一定要注意指导和评价幼儿时的尺度。教师要观察幼儿的活动参与和完成情况，多幼儿做出的危险工作要及时加以引导和纠正，习惯用发展和平视的眼光去看待学生，给到学生积极、肯定、鼓励的评价。就好比幼儿在完木梯的时候，对攀爬游戏感兴趣的学生，会把一架架梯子排成山洞模样，幼儿自己会逐一攀爬，翻越，这时对幼儿胆量与自信心的一种考验。当幼儿完成的时候，教师给到幼儿一个微笑，一个肯定的眼神都会让幼儿开心一整天，对幼儿身心健康成长有着积极性的作用。

结束语

幼儿园展开区域体育活动，对丰富幼儿体育教学活动的內容、增强幼儿的身体素养，加强学生的人际交往能力有着积极性的作用，并且为能够更好的展开幼儿体育的理论和实践研究工作提供依据，具有深入摸索研究的理论价值。旨在促进幼儿身心健康全面的成长。

参考文献

- [1]牛畅. 幼儿园户外区域混龄体育活动存在的问题及实施策略[J]. 学周刊, 2019(01): 155-156.
- [2]陈大琴. 幼儿园户外混龄区域体育活动的价值与实施策略[J]. 学前教育研究, 2017(04): 67-69.
- [3]王瑾. 幼儿园户外区域混龄体育活动实施策略探讨[J]. 亚太教育, 2016(27): 3.

广场舞在群众文化活动中的引导作用探讨

退洪·斯拉木诺

(新疆伊犁州尼勒克县林业和草原局 新疆 伊犁 835700)

[摘要] 为深度挖掘广场舞的文化价值，本文对其在群众文化活动中的引导作用进行论述，发现其可促进群众的身心健康、给群众的业余文化生活带来更多花样、具备较强的民族文化传承功能、可促进社会和谐、还可促进群众文化的建设，文化价值丰富且利于人们的身心健康维护，因此必须得到相关工作人员的重视，注重开发其引导作用，满足人们的娱乐、精神等文化方面的需求。

[关键词] 广场舞；群众文化活动；引导作用

引言

广场舞作为物质、精神文化发展的产物，不仅提升了人们的精神文化境界，还让人们的业余生活得到了丰富，因此得以在各大城市与乡镇中快速普及。广场舞在社会生活发展如此迅速的今天，有着不可替代的、独特的文化内涵，故文化宣传部门的工作人员应积极开发出更多的文化引导功能，让广场舞的文化、娱乐、精神丰富、身体锻炼层面的价值更广泛。

1 广场舞的特点

1.1 集体性

广场舞在群众文化的传承与普及中，一个最大的特征就是组织门槛低、人数不限、男女都可参加等，因此无论是参与者、表演者、还是传承者都来自于群众，是一个群众参与感较强的艺术活动，具备较强的集体性。这种艺术活动多以群体形式展开，少则十几人、几十人，也可上百人一起参与。因此在场地需求上，要求较为开阔，没有过多的障碍物，能够容纳较多的人一起活动。

1.2 娱乐与教育性

随着人们物质生活水平的提升，人们的精神需求也在不断抬升，因此广场舞的出现，刚好满足了人们的需要。不仅可以让人们幸福感增加，还可陶冶人们的情操、丰富人们的精神生活。一般情况下，作为一种复合的社会意识形态，广场舞的可以让人们的精神世界更加积极、向上，尤其人们在伴随音乐进行身体舞动时，心情会大好，工作与生活中的烦恼可以伴随身体的舒展一扫而光，因此可促进人们更加热爱生活，发现生活之美。由于广场舞参与者来自不同年龄、不同身份、不同职业人群，故广场舞动作编排一般比较简单、易学，参与性强。

2 广场舞在群众文化活动中的引导作用

2.1 可促进群众的身心健康

社会发展的快节奏下，人们的身心健康维护越来越令人担忧，社会出现了很多亚健康体质，不良的身体素质，让人们很容易感染疾病。因此作为一种群众文化的广场舞，一经出现，就受到了很多中老年人的欢迎，这种随着音乐律动进行身体摆动，让人们的精神压力得到释放的出口，也让人们的身体得到了参与体育锻炼的机会。在一天的工作结束后，参与这样的集体活动，可让人们感受到放松与满足，群众文化的建设的意义就是沟通过一系列形式的文化活动帮助人们放松身心，广场舞作为一个放松身心、锻炼身体兼具的功能性活动，群众文化建设意义深远。

2.2 给群众的业余文化生活带来更多花样

广场舞不需要花费过多的建设资金、配置完善的基础设施，只需要为群众提供一个面积开阔的广场即可，就可以进行舞蹈表演、健身、歌曲表演等活动，同时此种活动集合各种艺术表现形式，各种各样的舞蹈、歌曲都可融合，具备较强的灵活性。成本占用少，但是形式却十分丰富，可满足人们多样化的精神文化需求，因此随着时间的推移，以及这种文化活动的大范围推广，广场舞演变成了一种独特的群众文化生活形式。

2.3 具备较强的民族文化传承功能

广场舞中，大部分是民间舞蹈，因此这在传承民族文化中起着不可小觑的作用。如我国的北方，有一种传统的歌舞表演，叫做秧歌舞，这种舞蹈具备较强的

特色，舞蹈服装颜色鲜艳，参与舞蹈的人员会头戴各种头饰，扮演妇女、老汉、少女等，这种舞蹈起源于民间，也在民间流传，人们可在逢年过节期间看到，舞蹈演员与伴奏艺人一同走街串巷，进行巡回形式的表演，为人们带来欢乐与视觉盛宴，具备浓浓的汉族文化特征，因此人们在学习此种舞蹈时，就等于在传承、发展此类舞蹈文化。再有，在我国的草原地区，人们在载歌载舞的过程中会做一些抖肩的动作；新疆地区的维吾尔族人民的舞蹈中常见动颈、转手腕等动作；而甘肃地区的安塞腰鼓舞舞蹈中，则常见人们欢快的踏足动作。这些具备明显文化特征的动作让人们记住了这个民族、地域性的各种特征，因此在广场舞的范围推广中，可让这些动作与地域特征得以传承，民族文化也因此获得了更多传承、散播的途径。

2.4 可促进社会和谐

传统的群众文化活动如牌九、麻将等，不仅带有一定的赌博性质，还需要人们久坐，这些文化活动不仅不够健康，还可能引发一些疾病，因此并不适合大范围推广。但是广场舞不同，其具备较强的特殊性，不仅不需要人们进行投资，还可以让人们在参与的过程中锻炼身体，并交往到更多的朋友，作为一种集体性的文化娱乐活动，广场舞的益处数不胜数。随着广场舞在各个地区的普及与传播，人民群众的健康指数上升了很多，也维护了很多上班族一族的心理健康，同时，一些老人在参与广场舞的过程中也交往到了很多朋友，丰富其晚年生活，也让其可以在退休后找到一件令其感到充实的、有意义的事做。同时，参与广场舞的人员数量多了以后，社会上的聚众赌博、打架斗殴事件比率大幅减少，促进了社会秩序的稳定，因此社会文明风气得到了维护、提升。因此广场舞对维护社会文明有着不可替代的作用。

2.5 促进群众文化的建设

广场舞的业余娱乐活动的出现，证明了经济不断加速发展，人们生活水平不断提升的社会背景下，人们开始关注业务生活的丰富性、以及精神与身体层面的健康维护，开始追求生活质量。因此广场舞作为群众文化活动，体现了人们对高质量基础生活的追求，同时开始追求更为健康的生活方式，更注重身体健康。因此社会建设如此和谐的情况下，人们更愿意参与一些利于身体健康的活动，拥有更为和谐社会交往圈层。群众在参与广场舞的过程中不仅身心得到了放松，因此幸福感更强，这对与群众文化的建设来说，起着不断推动、促进的作用。

结语

广场舞作为一种社会群众文艺活动形式，不仅可以丰富人们的业余、晚年生活，还可让人们身体得到锻炼的机会，维护身心健康。因此其在群众文化活动中占据着较为重要的地位，政府与文化部门应积极建设广场，给人们提供基础场地与条件，促进此种文艺活动的推广，让更多的群众受益。

参考文献

- [1]祝青青. 试分析群众文化活动中的广场舞[J]. 大众文艺, 2016(14): 6.
- [2]社民. 浅析群众文化活动中的广场舞[J]. 大众文艺, 2014(17): 4.
- [3]孙晓燕. 阐述群众文化活动中广场舞[J]. 艺术科技, 2014, 27(05): 101.