

# 分层教学在高中体育教学中的应用

王新颖

保定市徐水区职业技术教育中心 河北 保定 072550

**[摘要]**分层教学法的作用是非常明显的,不但可以提高学生的学习水平,还可以调动学生学习的积极性,让学生对体育与健康知识有饱满的学习热情,从而提高课程的质量。因此,在体育与健康知识的讲授中,教师要科学运用分层教学法,对学生、教学目标以及考核进行分层,将分层教学法落到实处,发挥出这一教学法的作用,从而实现教学目标。

**[关键词]**分层教学; 体育教学

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2020.03.1144

## 引言

随着高中教育教学改革工作的深入推进,以“德智体美劳全面发展”为核心的育人理念正受到越来越多师生和家长的重视,并在高中阶段育人工作中发挥着不可替代的关键性作用。从高中生身心均衡发展的现实需求入手,促进文化课教学与体育教学同步推进,实现体育与健康科目教学方法及手段的优化创新,不仅是保证学生身体素质有效提升的重要前提,也是促进高中教育稳步发展的基础。在体育教学过程中,教师要注重因材施教、分类指导,有效贯彻落实分层教学思想,提升分层教学的一体化价值,确保学生不仅能学到体育知识和体育精神,还能增强体育素养与运动能力,促进身心的全面发展。因此,对在高中体育教学中应用分层教学法的相关议题进行探讨,显然极具现实必要性。

### 1 分层教学法在高中体育教学中的重要性

#### 1.1 调动了高中学生参与体育运动的积极性

兴趣是最好的教师,分层教学很好地调动了高中学生参与体育课的兴趣,它使得每一种个性的学生都有了“用武之地”,教会了高中学生许多生活的技能和做人的道理。传统体育教学强制性要求学生进行的体育项目大多为篮球、羽毛球、跳高、跳远、跑步等,这让一些身体素质不是很好的同学对运动有了恐惧感和无助感。更加无奈的是,有些有心脏病、急性病等的同学只能望而却步,选择去医院开具证明,申请不上体育课。其实这是令人担忧的一件事情,这些学生本来就因为身体的原因而愁眉不展,再加之高中学生的学习压力大,心情得不到及时的释放,是很容易造成心理问题的。分层教学很好地解决了这些问题,让原本对体育不感兴趣的同学有了运动的乐趣,让原本压力很大的同学释放了压力,让原本身体素质较差的同学有了锻炼身体的机会,让原本心情不好的同学变得豁然开朗,也有利于学生培养团队意识和集体意识。

1.2 帮助教师更好地完成了教学任务,优化了学校的资源配置

有一句吐槽别人数学不好的玩笑话:“你的数学是体育教师教的吗?”其实,这句话不无道理,称职的体育教师的确能教会我们不少数学和物理方法。当我们打乒乓球时,数学里的抛物线不就出现了吗?物理的反射不就出现了吗?当我们跑步时为避免受伤,身体要前倾,物理原理不就隐含其

中吗?分层教学的实施也让象棋能够出现在体育的课堂里,这对高中学生的逻辑思维和推理能力都有极大的帮助。“读万卷书不如行万里路”这句话也非常有道理。分层教学中,同学们有了更多的运动经历、生活经历,这让他们成为一个“有故事的人”,对语文能力的提高也有着极大的推动作用。

### 2 高中体育分层教学的实施策略

#### 2.1 及时、细致地对学生分层教学

高中阶段是学生步入青春期的重要阶段,在这个阶段,学生的生理和心理都在悄然发生着变化。随着教学进度的不断推进,教学内容强度由易到难。因高中生个性及体质的不同,教师在体育教学中进行,分层时要充分考虑学生各方面的情况。分层精准与否直接影响着分层教学的效果。教师要结合教学大纲,合理制订自己的教学目标,同时结合学生实际情况不断调整自己的教学目标,使教学目标符合学生的特点,在分层教学过程中汇总要注意的各个层级差异。例如,在高中体育教学中,教师可以将学生分成三个层次,如基础、发展和创新三个层次。每个层次的学生主要学习和掌握相应教学内容,如对一些基础较弱的学生可以实施基础性体育教学,而针对具备一定基础的学生可以开展发展性教学内容,然后针对那些体育运动能力比较突出的学生,教师可以开展创新性教学,使学生不但掌握体育的基础知识与技能,还可以实现创新和发展。

#### 2.2 合理结合教学资源进行分层教学

在高中体育分层教学中,体育教学资源也对分层教学的效果产生了一定影响。不同的训练场地可以让学生有新鲜感,学生以饱满的热情投入到体育课堂教学中,有利于提高学生学习的效率,同时也让教师的教学内容更加丰富多彩,提高了体育课堂教学的趣味性。例如,在下雨的时候,教师就可以选择室内运动场。教师可以提供篮球场、排球场、乒乓球桌等宽敞场所,让学生分组进行热身和运动训练。在室内教学中,教师可合理运用各种器具,如篮球、排球等器具来丰富教学内容。而在天气较晴朗的时候,可选择在操场进行教学,可以通过接力跑训练培养学生短跑的爆发力。教师也可以根据学生人数情况,让学生自行分组进行接力赛,也可以以男女混赛的形式,完成每节课固定的田径运动项目,无形中形成团队意识,还可以短时间内调动学生的积极性,

活跃学习气氛。

### 2.3 深化分层互动教学，突出体育的实践价值

推动分层教学，促进高中生体育技能的提高，是高中体育教学的重点。教师要结合分层策略，深化互动教学，使学生集体配合，突出体育教学对学生实践能力的牵引和培养价值。尤其是通过合理分组的方法，将小组互动方式融入体育教学中，可以进一步强化学生的分层互动水平，营造积极的体育教学氛围，确保学生全身心地投入体育运动中，在提高运动效率的同时加强与小组成员的联系，形成良好的集体荣誉感。教师要科学指导学生，引领学生在分组互动中增强体育意识，提高体育运动能力。例如，在体育课上，教师以“兴趣分层”为标准，引导学生自主分组，开展体育训练。学生可以选择踢毽子、跳绳、羽毛球、篮球等项目，满足自身的兴趣需求，在分组运动中提高自身的运动积极性和能力。通过有效分组，不同兴趣爱好的学生可以在同一个小组内开展集体运动，提升对体育运动项目的认识，增强自身的运动素质，提高体育成绩。分组互动与分层教学的融合，提升了学生的学习积极性和兴趣，使学生在学的过程中逐渐形成“终身体育”的意识，养成良好的运动习惯，这对培育学生健康的世界观和生活习性具有特殊的价值。教师要认识到分层互动教学的多元意义，并通过主题分层、任务分组、兴趣指引等方法，发挥体育的引导性功能，促进学生身心素质的提升，实现教学的良性发展<sup>[1]</sup>。

### 2.4 定期反馈教学状况，及时优化、改进教学方法

在高中体育教学中设计分层教学策略，可以针对学生的个体差异与个性化需求做出“分类指导”的教学安排，这对学生体育能力和运动素质的提升具有积极的意义。教师要本着“全过程控制”的原则，对体育教学的流程进行有效把握，定期反馈教学状况，及时优化、改进教学方法，真正促进学生体育运动素质的提升。例如，依照《国家学生体质健康标准》开展的学生体育成绩定期测验，要按照“动态化”原则加以推进，每周、每月开展成绩标准筛查，对成绩进步、下滑或“原地踏步”的学生进行针对性指导，逐步改进分层教学方案，使之及时更新，动态完善，满足教学推进和学生体育素质提升的需要。教师要在“问题导向”理念的指导下，设计体育课后反馈、追踪和有效评价的方案，这对提升课堂教学质量、突出分层教学任务的应用价值具有重要的作用。体育教师要格外关注学生的体育意识、精神和习惯的培养状况，要从周期性、针对性的角度入手，按照“课堂定点追踪评价 + 每周定向追踪评价 + 月度综合评价反馈”的模式，形成多位一体的追踪与评价体系，全面监测每位学生的体育运动进度和技能情况，并将其作为日后改进教学工作的依据<sup>[2]</sup>。

### 2.5 考核分层

因为每个学生的体育技能都是不同的，因此，教师在对

学生考核，这样才能让每个学习层次的学生在合理的范围内完成考核。因此，教师在上课前应该做好准备，充分考量课程的教学大纲，针对不同学习层次的学生确定不同的考核标准，在教学目标下选择考核知识。一般情况下，考核可以分成难度较高、中等和较低三个层次，教师可以让不同层次的学生考核不同的知识。比如，教师在给学生讲授“篮球”这部分的知识时，可以充分考量学生的身心发展特征将学生分层。针对篮球技能比较高的学生，教师可以让学生完成难度比较高的知识；针对篮球技能比较中等的学生，教师可以让学生完成难度中等的知识；针对篮球技能比较差的学生，教师可以让学生完成难度比较低的知识。教师让不同层次的学生得到有效考核。教师可以根据考核了解学生的学习情况，让学困生不断巩固自己的知识；让中等生不断提高运动技能；让优等生精益求精。教师运用这样的考核方式，不仅可以满足学生的学习需求，还可以调动学生学习的积极性<sup>[3]</sup>。

### 2.6 尊重高中学生的具体情况，进行科学的分层教学法

高中学生的身体素质存在比较明显的差异性，而且学生对于体育运动的兴趣也有着较为明显的不同，这是客观存在的事实；同时，高中阶段学生身体发育快慢不同也是应该考虑到的情况，不考虑这一情况，必然会影响高中分层教学的科学性，也会影响学校体育教学整体效果。为此，体育教师在进行分层教学时，应当充分考虑到这一情况，确保选择的的分层方式是科学合理的。体育教师在分组的时候需要考虑高中学生的性别因素和身体素质因素，必要的时候可以打破性别因素，这样在训练中中学生能够更加积极，调动高中学生训练的积极性。在教学中，体育教师进行科学分组，为后期分层教学打好基础，才能够保证分层教学法更好地实施<sup>[4]</sup>。

### 结束语

总之，分层教学法在高中体育教学中发挥着立德树人、积极高效的促进作用，既能鼓励学生，又把教会、勤练、常赛的体育教学手段和方式落实到日常体育教学中，提高体育教学的有效性，让高中学生在体育课上享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志<sup>[5]</sup>。

### 参考文献

- [1] 马海华. 分层教学法在高中体育教学中的运用研究[J]. 新读写, 2019(S1): 13-15.
- [2] 李发展. 高中体育分层教学的实施策略[J]. 新课程教学(电子版), 2019(11): 38-39.
- [3] 宁有权. 分层教学法在高中体育教学中的应用价值与策略探讨[J]. 求知导刊, 2019(12): 116-118.
- [4] 寿涛. 分层教学法在高中体育与健康教学中的运用[J]. 科幻画报, 2019(04): 277-278.
- [5] 朱平. 分层教学法在高中体育教学中的运用[J]. 海峡科技与产业, 2017(11): 191-192.