

# 尊重个性，因材施教

## ——体育教学实践中个性化课堂构建

杜亮

(佛山市顺德区华侨中学 广东 佛山 528300)

**[摘要]** 体育新课改语境下，学生的个性化发展越来越受到重视，重视学生个体的发展诉求和价值，成为新课改下体育教学必须完成的新课题。体育教学实践中推进个性化教学，既可以有力调动学生体育学习的主动性，培养体育兴趣，也可以发展学生的个性，开发学生体育潜能，促进学生全面发展。本文从体育课堂的各个实践环节出发，论述了打造个性化体育课堂的具体思路，以期对体育课堂质量的改善提供有益参考。

**[关键词]** 体育；个性化课堂；差异

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.06.856

### 1. 引言

个性化教学是新课改下学校体育教学的重要发展方向，主张教学实践顺应学生的个性化需求，尊重学生的差异化体育水平，打造因材施教的高效体育课堂。传统体育课堂往往采取“齐步走”的教学策略，教学缺乏先进教学理念，学生缺乏学习动力，课堂教学沉闷缺乏活力，不利于学生的全面发展。只有强化学生的主体地位，甄别学生的个性差异，开展有层次有针对性的教学，才能推动体育课改高质量进行。

### 2. 体育教学实践中构建个性化课堂的意义

教学实践中，个性化课堂是指在深入贯彻以生为本理念，充分尊重学生个体差异性基础上所开展的针对性课堂活动<sup>[1]</sup>。尊重个性是构建个性化课堂的重要前提，要求体育教学能够正视每个学生作为个体的独有心理特点和情感需求；因材施教是构建个性化课堂的主要路径，要求体育教学能够满足每个学生的实际身心发展需要，为学生的全面均衡发展创造条件。

体育教学实践中，构建个性化课堂需要体育教师能够正确处理学生个体差异这一客观事实，对学生的指导不能采取“一刀切”的传统模式，而是以个性化的方式进行，让学生在习得相同体育技能的同时，能够感受到教师和同学对自己个性成长的理解和尊重，赋予学生根据自己喜好发展体育技能的权利<sup>[2]</sup>。在教学实践中，教师应该主动挖掘学生的个性特点，帮助学生正确认识自身特点和个体差异，能够根据学生运动技能、生理和心理等各方面的差异创造与之对应的教学条件，全面调动学生体育学习的主动性和积极性，打造高效的体育课堂。

### 3. 体育教学实践中构建个性化课堂的策略

体育新课改精神明确指出，体育教学应重视学生的个体差异，尊重学生的个性和人格，顺应学生体育学习需要，构建能够激发学生主动性的体育学习环境，使每个学生的体育能力都能够得到相应的发展<sup>[3]</sup>。个性化体育课堂需要体育教师积极打破传统体育“一刀切”“齐步走”教学理念和模式的束缚，从以生为本的视角出发，让学生在喜欢的运动项目中全面健康成长。

#### 3.1 尊重差异，实施个性化分组

体育课堂上，学生在身体素质、体能水平、体育兴趣以及学习习惯等方面存在“个性化”差异，以这些差异为基础，针对性地制定适合学生实际需要的学习内容，同时确保课堂结束后每个学生都能完成相应的学习任务。比如说，课堂态度好、运动能力优、身体素质好、自主意识强的学生，可以遴选为提高组，在教学任务和-content组织上合理体现难度，提高要求；运动能力一般、身体素质一般但课堂态度尚可的学生，可以遴选为中等组，在教学任务和-content组织上体现一定难度，合理要求；对课堂态度不积极、运动能力较差、身体素质较差、且具有较强依赖性的学生遴选为跃进组，教师通过有效的指导监督学生完成教学任务。这样的分组充分考虑到学生的个体差异，为学生制定个性化的发展目标，是体育课堂因材施教的重要前提条件，并且这种分组是动态的，以后可以根据教学内容和学生实际水平的变化对各组进行微调。

分组前后，体育教师应与学生多进行思想上的交流，帮助学生树立信心，消除顾虑，保证全体学生都能够积极地接受分组，配合好一切教学活动。教学内容的制定应该充分考虑每组学生的差异，尊重学生的兴趣和爱好，让学生在在自己擅长的领域内积极参与体育活动，不断强化他们的自主学习意识和能力。

#### 3.2 量身定制，制定个性化教学目标

在对学生合理分组的基础上，教师应根据体育教学大纲要求，知识点层次架构以及学生的实际水平为各组学生量身定制教学目标，确保各组别学生通过一定的努力能够达成各自的学习目标。如中等组，教学目标可以定位独立练习基本体育技能，掌握基本体育知识，完成教学大纲规定的基本内。同时，鼓励“跃进组”学生向“中等组”前进，引导“中等组”学生向“提高组”过渡。

比如，确定上肢力量训练的教学目标，传统的做法是让学生统一进行俯卧撑或者引体向上动作，动作统一，难度一致，口令整齐，看上去很有气势。但在实际训练过程中，部分学生完成动作并不标准，力度并不到位，数量会打折扣，无法很好地完成教师制定的目标，在这种压抑的教学环境中这部分学生往往会失去对力量练习的兴趣和信心，会主动逃避训练。基于此，教师可以根据学生上肢力量的个体差

异，制定个性化的小组教学目标，让部分学生做正手引体向上，部分学生做反手引体向上，还可以做斜身引体、悬臂屈伸，同时在数量目标上也可以体现出差异性。同样，俯卧撑训练也可以照此思路展开，可以对抬腿和抬手的位置进行差异化设计。这样，整个体育课堂不再铁板一块、死气沉沉，学生能够根据量身定制的教学目标找到体育学习和锻炼的信心和乐趣，既发展了个性，又提升了体育能力。

#### 3.3 因材施教，创设个性化学习环境

根据不同小组学生的教学层次和实际水平设计针对性的指导方法，因材施教，创设相应的教学条件和环境，才能有效的开展个性化教学<sup>[4]</sup>。对提高组学生应以培养学生创造性思维和能力为主，提高学生的自学、想象和动脑能力；对中等组学生应以培养学生观摩、实践和理解能力为主；对跃进组学生以培养模仿学习能力为主，教会学生通过举一反三找出体育学习规律，为自主学习打下坚实基础。

体育教师在教学准备环节，需要吃透每个学生的个性化发展目标，按照具体的分组对学生进行有效指导，这样，各个层次学生既是在单项体育能力上存在差异，但也能通过课堂学习和训练获得体育能力的对称提升。比如，在篮球运球技术的训练课堂上，针对不同组别的学生可以创设相应的教学环境，设计不同难度的训练内容，对于提高组学生，可以由教师示范一些难度较大的运球技巧，如前后滚球、左右滚球、“8”字滚球、以球写字等，由学生自主练习；对于中等组学生，可以由教师示范行进间运球的各种技巧，比如如何稳定地控制触球部位等，由教师开展适度的指导；对于跃进组学生，可以通过原地运球学习运球的各种技巧，如落点和触球部位的变化等，由教师进行监督指导。这样，不同组别学生都能够参与到难度适中的训练环节中，真正做到因材施教，提升学生的课堂热情。

#### 3.4 提升体验，推广个性化教学评价

教学评价是体育教学的重要一环，直接关系到学生在体育课堂上的获得感，传统的“一刀切”式的教学评价忽视了一部分学生体育基础差的事实，对这部分学生的体育学习热情造成了客观打击。构建个性化体育课堂，也应打造对应的个性化体育教学评价体系，确保每一个学生都能够从体育课堂上获得乐趣和成长，也有利于体育教师更好地掌握不同层次学生完成教学目标的情况，为制定下一步的个性化教学计划提供参考。

首先，评价主体应能体现出学生的“个性”，即赋予学生评价的权利，评价方式也有自评、互评和他评，实现多元化评价。其次，评价标准也应体现出差异性，根据不同组别学生的能力水平调整器械高度重量或者技术难度系数等，使评价标准体现出层次性，这样，尽管不同小组间的评价标准存在差距，但由于设计了个性化评价尺度，每个层次学生需要完成教学任务的难度基本相同。最后，评价指标应体现出全面性，体育教学评价不能只关注学生习得的技能，还应关注课堂上其他同样重要的因素，比如学生学习状态、课堂积极性、能力提升情况等，这样的评价才能促进学生的个性化成长，使每个学生都能体会到体育学习的乐趣和成就感。

### 4. 结语

个性化教育是对传统教育方式的一次重大优化，在体育教学实践中，个性化教育深入贯彻以生为本的核心教育理念，从学生的个性特点、差异化需求出发，打造因材施教的新型课堂，更加有利于学生体育能力的全面提升。在体育课堂上，教师应在各个教学环节加强对学生个性化的培养，只要不断寻找教学切入点，改进措施，吸收经验，才能不断提升不同水平学生的课堂获得感，最终促进学生个性的健康发展。

### 参考文献

- [1] 周雪儿. 浅谈中学体育教学中个性化学习的运用——让体育课堂个性张扬[J]. 体育博览: 研究版, 2011, 000(002): 64.
- [2] 史央丹. 让“个性”挥洒体育课堂——浙江省优质课中低年级投掷教学之我见[J]. 运动, 2015, 000(021): P.109-110, 128.
- [3] 李宏亮. 构建高中体育与健康课堂多元性评价思路的实践分析[J]. 文体用品与科技, 2015(18): 61-61.
- [4] 马留杰. 构建体育教学看课的有效视角——体育课堂中分工合作看课模式的一次实践与启示[J]. 中国学校体育, 2014(6).