

“学练赛评”一体化下课堂练习评价助力高中羽毛球选项课“分层递进”教学的研究与探索

顾海旭

浙江省杭州第十一中学

摘要：随着教育的不断深入，高中选项课的教学方式也在不断探索和改进。其中，“学练赛评”一体化教学和“分层递进”教学成了备受关注的教学理念。本文旨在探讨如何将课堂练习评价融入“学练赛评”一体化教学中，从而更好地助力高中选项课的“分层递进”教学。

关键词：分层递进；教学

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2024.05.066

一、“学练赛评”一体化教学与分层递进教学的概念

“学练赛评”一体化教学是指在教学过程中，将学习、练习、比赛和评价四个环节有机地结合起来，以提高学生的实际操作能力和综合素质。这种教学方式强调学生的主体地位，注重培养学生的自主学习和合作学习能力。

“分层递进教学”是指根据学生的不同层次和能力水平，将学生分成不同的层次，并针对每个层次的学生设计不同的教学内容和方法，以实现个性化教学和因材施教。这种教学方式注重学生的个体差异，旨在让每个学生都能在原有的基础上得到提升。

二、课堂练习评价在“学练赛评”一体化“分层递进教学”中的作用

课堂练习评价在分层递进教学中的作用主要有“精准分层”、“及时递进”的作用。现如今高中选项课教学基本普及，各学校通过自主选课把兴趣爱好相同的同学重整到一个选项班级。但是这些学生来自不同初中的同学，由于不同初中体育课开设情况的差异使得来自各个学校新高中同学所接触及掌握的体育项目层次不一，在集中教学下往往会产生“吃不饱”、“跟不上”的情况，从而导致教师在教学过程中顾此失彼，难以把握本节课的教学重点。“层次不一”的现状迫切要求高中体育选项课教学进行分层教学，而“课堂练习评价”是分层教学的主要依据之一，通过可量化的课堂练习评价可使教师能准确的掌握学生的学情，合理的将一个选项班进行较准确的“分层”。

课堂练习评价是“学练赛评”一体化教学中的一个重要环节。通过课堂练习评价，教师可以及时了解学生的学习动态，发现学生在学习中的不足和问题，从而有针对性地给予指导和帮助。同时，量化的课堂练习评价可以使学生在练习过程中及时发现自己的是否适合当前的练习难度，从而及时调整各层次的组成情况，使的每

个同学练习更精准、更有针对性，实现“及时递进”，提高练习效率。

三、如何将课堂练习评价融入分层递进教学中

分层递进教学要重点突出“分层”和“递进”两个部分。那么如何分层和递进呢？那就需要建立评价机制，对每个学生的学情以及动态进行综合评价和即时评价。通过课堂评价可以有效掌握教学中每个同学的基本掌握情况和动态学情，从而进行分层编组、分层备课、分层授课、分类指导。

（一）分层编组，建立分层教学框架

分层编组是实施分层教学的基础，通过课堂练习评价在选项班建立的初期对教学班实施分层编组。通过若干节课的观察和分析，在综合性练习评价的基础上将学生分成若干个小组，设计若干有难易度递进的练习方法，并在分组练习时，指导各小组分别进行不同难度的练习。学生分组不是固定的，而是随着学习情况及时调整。

以羽毛球选项班为例，在选项班建立初期应尽快掌握每个学生的羽毛球技战术以及体能状况，将选项班分层若干个学习小组。为了能使每个小组的学生水平相对接近，需设计一个简单、可操作、较综合性的评价表，在练习的过程中每个依据评价表对自己进行打分，最后依据得分情况进行分组。评价表内容包括：球性练习、发球练习、击球动作练习以及教学比赛。每一项练习的得分依据掌握情况划分为0到3分，如表1。

（二）分层备课，明确分层教学内容

分层备课是实施分层教学的前提。教师要在透彻理解大纲和教材的基础上，明确不同层次的同学要学什么？如何练？如何赛？如何评？对于基础较差的学生，可以设计一些基础性的练习，简单的比赛形式，帮助其巩固基础知识和能力；对于基础较好的学生，可以设计一些更具挑战性的练习和比赛，激发其学习兴趣和动力。

表1 分层编组评分表

姓名 _____ 班级 _____ 学号 _____

练习内容		0分	1分	2分	3分
球性练习	正反手颠球	正手或反手10个以下	正手或反手10个以上	能正反手切换颠球（但不熟练）	能稳定的正反手切换颠球
发球	正手发高远球	不会	有一定动作模式（较生疏）	动作较熟练，球的运动轨迹有一定质量	熟练掌握动作，球的运动轨迹较好
	正手发网前球	不会	有一定动作模式（较生疏）	动作较熟练，球的运动轨迹有一定质量	熟练掌握动作，球的运动轨迹较好
	反手发平高球	不会	有一定动作模式（较生疏）	动作较熟练，球的运动轨迹有一定质量	熟练掌握动作，球的运动轨迹较好
	反手发网前球	不会	有一定动作模式（较生疏）	动作较熟练，球的运动轨迹有一定质量	熟练掌握动作，球的运动轨迹较好
击球	正手击高远球	不会	有一定动作模式（较生疏）	动作较熟练，球的运动轨迹有一定质量	熟练掌握动作，球的运动轨迹较好
	反手击高远球	不会	有一定动作模式（较生疏）	动作较熟练，球的运动轨迹有一定质量	熟练掌握动作，球的运动轨迹较好
	正反手吊球	不会	有一定动作模式（较生疏）	动作较熟练，球的运动轨迹有一定质量	熟练掌握动作，球的运动轨迹较好
	正反手网前球	不会	有一定动作模式（较生疏）	动作较熟练，球的运动轨迹有一定质量	熟练掌握动作，球的运动轨迹较好
教学比赛		不会	能相互击打高远球	有简单的技战术配合	有较复杂的技战术配合
总分					

以羽毛球选项课教学《正手击打高远球及运用》模块教学1-5课时中的分层递进练习设计为例（见表2），在一节课内设计三个难度递增的练习方并且有相应的比赛形式和评价方法，使得每小组的同学们的练习和比赛更有针对性，并可依据评价方法进行自评和他评，从而提高课堂练习的效率和精准性。

表2 《羽毛球正手击打高远球及运动》模块（1-5课时）

课时	“学”	“练”	“赛”	“评”
1-2	原地正手击高远球	1 自抛自打高远球	赛高度 赛远度	1. 能否运用正确的握拍与击球动作击打高远球 2. 是否掌握正确的握拍、挥拍动作和动作轨迹
		2 接发高远球回击高远球	赛高度 赛远度	1. 能否运用正确的方法回击出一定远度和高度的高远球 2. 能否正确判断击球时机和击球点，并控制出球角度
		3 相互击打高远球	赛高度 赛远度 赛稳定性	1. 能否运用正确的方法相互回击一定远度的高远球 2. 能否稳定控制击球的方向、运动轨迹以及落点
3-5	直线后退移动正手击高远球	1 站在“原点”后移接发高远球回击高远球	赛移动速度和合理性 赛回击球的高远度	1. 能否运用并步或交叉步后退到合理的击球位置回击高远球 2. 能否正确应用并步或交叉步后移到合理的击球位置进行击球
		2 站在“原点”上网碰触标志物后后退接发高远球（后退至原点后再发球）	赛移动速度和合理性 赛回击球的质量	1. 能否运用并步或交叉步后退到合理的击球位置回击有一定远度和高度的高远球 2. 能否结合上网步伐正确应用并步或交叉步后移到合理的击球位置进行击球
		3 站在“原点”开始移动并相互击打高远球（要求每击球后回到原点）	赛移动速度和合理性 赛回击球的稳定性	1. 能否运用并步或交叉步后退到合理的击球位置回击有一定远度和高度的高远球 2. 能否熟练掌握上网步伐和直线退后场步伐的结合与应用，并形成击球后回“原点”的意识和习惯

(三) 分层授课, 划分分层练习模式

分层授课是实施分层教学的中心环节。一般我们会在一节课中会设计几个难度递增的练习, 如表2中“原地正手击高远球”设计自抛自打高远球、接发高远球回击高远球、相互击打高远球三个练习, 在课堂练习中集中组织全班学生按照1-2-3的顺序集体进行练习, 从教学步骤是看来, 确实遵循了循序渐进的原则, 从简单到复杂, 从单一练习到组合练习。但是在实际教学过程中, 由于学生基础水平的差异, 有部分水平较高的同学会在“练习1”中会显得过于简单; 而部分水平较弱者在“练习3”中会感到极高的难度。

然而, “分层递进”教学就能显示出它的优势了, 在集体练习后将整个教学班根据实际情况分成三个小组, 分别在三个场地进行不同内容的练习(如图1)。学生将在相应适合自己的练习场地上进行适合自己难度的练习, 老师在巡回指导中进行高效的指导和纠正, 使得课堂练习的更精准、更有效。

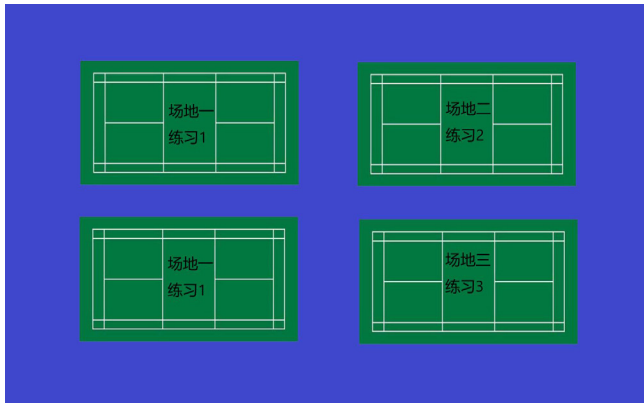


图1 分组练习场地分布图

每节课的练习小组并不是完全固定的, 在每轮练习之后依据每小组的练习评价得分情况调整每个同学所属小组。如原本在场地一做“练习1”的同学, 经过一轮练习以后熟练掌握了该小组的练习方法, 并依据评价方法获得2-3分后可以在下一轮加入场地二的小组进行“练习2”的练习。以原地正手击高远球为例, 本节课需设计自抛自打高远球(练习1)、接发高远球回击高远球(练习2)、相互击打高远球(练习3)三个练习内容, 并设计三个练习设计相应的课堂练习评价评分表, 见表3。

(四) 分层指导, 引导学生通过评价调整分组

分层指导是实施分层教学的关键。在各小组课堂练习评价中, 教师要及时给予学生反馈和指导, 提高练习的深度和精准度。要因人而异, 体现“因材施教”的教学原则。如果教师采取“一刀切”的方法, 势必会产生“优生吃不饱、中等生吃不好、学困生吃不了”的结果。

在课堂练习评价中, 教师要还引导学生进行自评和他评, 促进自主学习和合作学习。通过自主学习和合作学习的方式, 培养学生的合作精神和协作能力, 提高学习效果。

结语

综上所述, “学练赛评”一体化教学中的课堂练习评价对高中选项课的“分层递进”教学具有积极的推动作用。通过将课堂练习评价融入分层递进教学中, 可以帮助教师更好地了解学生的学习情况, 发现学生的不足和问题, 并及时给予指导和帮助; 同时也可以激发学生的学习兴趣 and 动力, 培养其自主学习和合作学习能力。因此, 在实际教学中, 教师应积极探索和实践“学练赛

表3 课堂练习评价表(以正手击打高远球为例)

练习内容		0分	1分	2分	3分
正手击打高远球	自抛自打高远球(练习1)	挥拍动作基本错误	挥拍基本正确并能击打到球	挥拍动作基本正确并能击打出较高较远的球	挥拍动作正确并能稳定击打出高质量高远球
	接发高远球回击高远球(练习2)	基本不能击球过网	偶尔能击打过网并有一定高度	基本能回击出一定质量的高远球	能稳定回击出高质量的高远球
	相互击打高远球(练习3)	连续相互击打高远球10个一下	一定距离内基本能稳定相互击打高远球	能在底线附近相互击打高远球	在底线附近能稳定得相互击打高远球, 并保持球的运动轨迹稳定

评”一体化教学中的课堂练习评价助力高中选项课“分层递进”教学的有效途径和方法。

参考文献

[1] 关颖. 高中羽毛球选项课“有效教学”的实践与

探索[J]. 新课程, 2017(21): 2.

作者简介:

顾海旭(1984-4-29-), 男, 汉族, 浙江省台州市, 本科, 一级教师, 研究方向: 体育教育。