

中学体育篮球教学中运用分层教学法

林竞文

江门市第一实验学校

[摘要] 篮球作为世界上最为流行的球类运动之一，在中学体育课堂中得到广泛的应用。但大多数体育教师为了减少教学的复杂程度，多采用同步授课模式，这也导致中学生的篮球学习出现参差不齐的现象。由于学生之间的身体素质、学习能力、性格特点存在一定的差异性，“一刀切”式教学方法容易导致“吃不饱”和“吃不了”截然不同的两种情形，而异步教学的分层模式在中学篮球教学中则可以规避这种情况的发生。文章探讨中学体育篮球教学中运用分层教学法。

[关键词] 中学；体育篮球；分层；教学

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.08.323

前言

中学阶段是学生学习生涯中的重要转折点，尤其是对于中学学生来说，他们每天需要面对高强度的学习压力，中学体育课程成为学生释放压力的重要场地，做好中学体育教学不仅有利于锻炼身体，同时还有利于放松长期处于高压状态的紧绷情绪，调节他们的身心状态。篮球教学是我们体育课程中常见的教学项目之一，在锻炼学生身体素质的同时还可以培养学生的合作精神。

一、分层教学的实际内涵

分层教学模式就是结合学生的实际情况，根据他们的学习能力、基础知识水平以及学习潜能等各个方面进行科学的分层。再根据不同层次的学生制定不同的教学目标，真正做到具体问题具体分析，帮助他们掌握适合自己的学习方法，进而提高自己的学习能力，促进教学效果的提升。面对学生的差异性特点，在篮球教学中不是所有的学生都能达到一定的基础知识和技能，而中学学生又面临着高考的压力，没有更多的时间进行强化训练，因此，教师要根据学生的差异性将他们分为多个层次，制定不同的教育目标，为他们创造出多样化的训练方式，激发学生进行篮球训练的积极性，提高篮球教学质量。

二、中学体育篮球教学中运用分层教学法的优势

1. 实现因材施教思想的有效落实

中学篮球分层教学的目的是基于学生的体适能、身体素质、技术水平来综合考究，为学生制定最为适宜的训练计划，满足新时期因材施教的体育教学原则，可以有效调动学生参与篮球学习的积极性，帮助学生养成科学、健康的运动习惯。不仅能让学生的篮球运动能力实现最大化的进步，而且对促进学生体育素质的成长大有裨益。相反，若教师不考虑学生运动能力的差异性，那么就有可能让篮球训练超出了学生身体的承受上限，导致学生出现运动损伤的情形；或者训练力度没有达到学生身体承受的饱和度的情形，教学效果则差强人意。

2. 创新教学模式

部分体育教师为了保障教学进度，习惯采用“一刀切”的方式为学生规定篮球学习内容。这种教学模式守旧、死

板，不符合篮球运动激情、自由的特点，会逐渐消磨学生的学习热情，从而出现应付了事的敷衍态度。而应用分层教学，学生可以在最契合自身特点的训练方案中，不断积累经验，感受到能力提升的兴奋感、成就感，切实感受到篮球素养的进步，从而形成良性循环，对篮球学习倾注更为充沛的热情，有效提升中学篮球课堂的教学效率。

3. 实现学生运动潜能的有效发挥

许多中学生的运动潜能较大，但在同步授课的体育课堂中，学生的运动优势难以体现出来。而通过分层教学模式的引导，中学生不仅能在篮球学习过程中做到“查缺补漏”，弥补体育运动方面的短板，也可以“发扬光大”，将自己某些运动优点进一步提升。比如有学生弹跳能力出色，但脚步灵活性不足，那么通过分层教学，就可以着重从这两个方面入手，为学生设置交叉步移动、抢篮板球的要领、争球的要点等练习内容，以此来充分挖掘学生的运动潜能。

三、在中学体育篮球教学中运用分层教学的实际策略

1. 教师更新教学理念，科学开展分层

在中学篮球教学中教师想要创新自己的教学模式合理应用分层教学模式就必须及时更新自己的教学理念，摒弃传统落后的教学理念，要始终遵守主体性原则，将学生放在篮球教学中的主体位置，还要不断培养学生的主体意识，激发学生参与篮球训练的主动性。还要根据学生不同的身体条件以及篮球技能水平进行科学分层，为每一个层次的学生制定具体的教学方法和教学内容，让每一位学生都能够有更多的时间和精力，熟练掌握篮球知识技能，养成一个良好的篮球训练习惯。另外，教师还要充分发挥自己的指导作用，在学生训练过程中要观察学生的动态，帮助他们对自己的优缺点进行清晰的认知，及时进行纠正，帮助他们提高篮球技能的同时提高分层教学模式的质量与效果。

在中学篮球实际教学中，教师要根据每一位学生对篮球运动的理解能力以及篮球专业能力的差异性进行科学合理的分层，在此基础上教师才能更好的进行分层教学。首先，在开展篮球运动训练前，教师要对学生的体能进行检测考核，对学生的身体情况能够有一定的基本了解，然后按照学生的成绩进行分层，一般来说，学校的每个班级的人数都是相对

均衡的,持续在50人左右,这样可以把学生分成优秀、中等、较弱三个等级,在篮球教学中教师可以根据不同层次的学生制定不同的教学方案,促进分层教学模式的应用效果。中学学生就会有文理科班,班级人数中男女比例会比较不协调,所以,教师在进行层次分配的时候还要注意男女生的比例,为后期的篮球训练中开展小组合作以及篮球比赛具有促进作用。

2. 在教学内容和测试上,开展分层

针对不同运动能力的学生,中学篮球分层教学内容也需要进行适当的调整,让不同层次的学生能学习到最适合自己现状的篮球技巧。以男生篮球教学中的带球技术为例,对于弱层次的学生,教师可以先让学生尝试进行脚步方面的训练,在带球的过程中熟悉交叉步伐的运用。对于中层次的学生,带球可以从速度方面进行练习,着重锻炼学生的突破速度。对于强层次的学生,可以先让学生在无防守状态下练习转身带球过人、变向过人等带球突破篮球技巧,随后再添加攻守演练,让学生在实践过程中积累心得。再比如女学生的篮球教学,弱层次的学生,可以先练习简单的运球,熟悉拍球的节奏。中层次的学生,可以练习单指转球,增加篮球球感。高层次的学生,则可以尝试练习男学生的训练内容,比如带球突破、定点投篮等等。

想要了解每个层次学生的篮球学习效果,体育教师需要定期进行测试。但在实际教学过程中,教师不宜采用千篇一律的测试方式。比方说,传统的篮球测试多观察学生的定点投篮是否精准,三步上篮姿势是否准确,比赛表现是否优秀等等。而这种测试方式对擅长篮球运动的学生比较有利,若学生本身篮球基础比较薄弱,或运动能力不太出色,那么这种测试方式将有失偏颇。因此,中学篮球的教学测试也需要同步分层,对每个层次的学生设置不同难度的测试内容。以运球测试为例,低层次学生的运球测试,只需要做到不走步犯规,在规定的时间内到达终点就算合格。中层次学生的运球测试,要添加一定的技术动作,比如增加背后运球、转身运球、胯下运球等等。而高层次学生的运球可以进一步增加障碍物或防守人员,从多角度评估学生的运球能力。

3. 在教学评价上,开展分层

虽然篮球运动在我国青少年群体中拥有广泛的接受度和普及度,但从技术水平的角度来衡量,我国青少年的篮球运动技术水平其实并不高,通过全新的分层教学模式,有望从整体水平上提升我国中学校园的篮球学习效果。在教学评价环节,体育教师们也应该贯彻分层教学的理念,积极运用分层评价的方式,对学生们的篮球学习效果作出切实合理的评价。针对不同层次的学生,应该制定不同的阶段学习目标,对学生的学习目标的完成度来进行评分,而不能一刀切的只制定一个学习目标,要求所有的学生都必须完成相同的学习

目标。比如,针对分层测试时能力较弱的学生,应该着重要求掌握篮球运动的基本动作和了解篮球运动的基本知识,针对分层测试时能力较强的学生,应该着重考察篮球运动中的科学原理和篮球比赛中的合理分工。通过分层评价的方式,能够更好地检验分层教学模式的教学成果,有效提升学生们的篮球运动成绩,促进学生们对篮球运动的喜爱。

不同层次的学生,篮球学习的效果和状态也会存在一定的差异性,针对不同层次学生的进步程度,体育教师应当给予客观、合理的评价。但总体而言,教师要以激励性的评价为主,让学生能通过教师的鼓励不断积累运动信心,对篮球有更加充沛的学习动力。如果学生的进步不明显,教师也要依据学生的学习过程和结果,进行激励性的评价,并能够通过评价环节,帮助学生找出不足之处,通过关怀、勉励与中肯的建议,为学生找准进步的方向。在以往的篮球训练中教师对学生的评价方式都是根据学生参与比赛后的成绩进行评价,这样的评价方式往往不够公平与合理。因为在比赛中有很多影响因素,而教师在评价时没有考虑这些因素就直接片面的对学生进行评价,导致评价结果不能反映出学生的真实水平,对于成绩优秀的学生而言结果还好,而对于比赛失败的学生还会打击他们的自信心,降低对篮球运动的热情。因此,教师在对学生的教学评价中也要结合分层模式,对于不同层次的学生制定不同的评价标准,整体素质较高的学生评价难度相对较大,反之,能力较弱的学生可以降低评价难度,对每一位学生在篮球教学中的学习过程进行评价。教师可以采取学生之间、师生之间相互评价的方式,让最终评价结果更加科学合理,能够体现出学生的真实成绩。

四、结语

综上所述,分层教学是以人为本理念的具体体现,是对不同层次学生个体学习的尊重。通过分层教学模式的开展,可以帮助学生实现个性化的素质发展。将分层教学模式应用到中学篮球教学活动中能够促进篮球教学在教育事业中的持续发展,能够帮助教师对学生在篮球训练中做到具体问题具体分析,引导学生积极参与篮球训练,提高自身的身体素质。对中学篮球分层教学模式进行客观科学的评估,能够清楚地看到教学成果,了解教学活动的优点和需要完善和优化的地方,及时作出调整,从而吸引更多的学生主动积极参与篮球学习,促进中学校园的体育教学事业发展。

参考文献

- [1]刘立坤.论中学体育篮球教学中的分层教学开展策略[J].魅力中国,2020(27):235-236.
- [2]郭隽.中学篮球体育课分层教学模式的构建研究[J].文体用品与科技,2013(4):43.
- [3]王念.浅析如何在中学篮球体育课中开展分层教学[J].体育时空,2013(16):81-81.