

# 分层教学法在高中排球专项化教学中的运用

张皓

(安徽省合肥一六八中学 安徽 合肥 230601)

**[摘要]**当前高中排球专项化课程的开设也将成为体育教学的一大趋势,将分层教学法运用到教学中还需要教师结合现实条件与教学经验,不断的去探索与实践新的教学方法。对此,文章就分层教学法在高中排球专项化教学的运用进行了研究,探讨分层教学法的具体运用策略,帮助学生提高排球技术水平。

**[关键词]**分层教学法;高中排球;专项化;运用策略

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.06.2872

现代随着我国体育专项化教育改革的不断推进,各个学校根据高中生的特点与条件选择开设了不同的排球专项训练的课程,而排球专项化教学的开展对于教师的教学水平与教学的器材都提出了更高的要求,各大学校开展体育专项课程也面临着较大的挑战。对于许多高中生而言,排球项目还是比较陌生的,所以在排球专项化的教学中还需要教师来进行正确的引导,采取分层教学法对教学的各个环节进行严格的把控,从而来满足不同学生的学习需求,提升学生们的排球整体水平,促进高中排球专项化教学的质量。

## 一、分层教学法在高中体育教学中的运用价值

### 1. 调动学生的学习兴趣

分层教学法最重要的特点就是尊重学生的主体性,帮助学生们建立学习的信心,在教学中体会到学习的乐趣。学生一旦对排球训练充满了乐趣,那么他们就会乐于学习排球运动,学生在专项训练中就会服从和配合教师的安排,更好的融入教学当中。但是由于不同学生之间在身心上存在着较大的差异,教师在开展排球专项训练中要尊重学生的个体发展,积极的采取针对性的教学方法,帮助学生改变自身的状态,找到自身存在的不足,调整自己在排球学习中的状态,找到适合自己的学习方法。

### 2. 辅助教学任务有效完成

通过分层教学的方法能够改变传统的满堂灌的教学方法,让教学能够真正的围绕学生来展开,圆满的完成排球专项化教学任务。我们知道,排球运动作为高校体育生必修的课程,同时排球运动的技术性和专业性也在不断地增强,所以在排球专项教学上,还需要尊重学生的主体性,让每个学生的个性都能够施展出来。排球运动的本身是一项团体运动,在教学中学生可以通过团队协作以及个人排球技能的展示来赢得排球的比赛。正是由于这种竞赛,让更多的大学生投入其中,并且为了赢得竞赛,不断练习来体现自己的个人技能,营造良好的体育运动的氛围。大学生在理解排球运动技能方面必须要不断的实践和不断地练习,通过练习中收获的排球技能,才算学生真正提升的技能。

### 3. 提升学生们的素质

对于广大高中生来说,分层教学法的运用更加适合学生的长远发展,对于学生的体育素质培养作用非常显著,因为分层教学本身是一门人性化的教学模式,学生在分层教学法的指导下更能够清楚自己的能力,找到排球学习的方向,能够朝着更

高的目标去奋斗去努力。教师在开展排球专项教学的时候,最需要了解的是学生的身体、心理和大脑思维的目前发展的水平状况,然后根据个体发展的特征,选择对他们发展最有帮助的教学方式和教学内容,满足他们对于自身发展的需求,同时还需要参考排球的专项教学的基本要求,达到教学大纲和教学目标的要求。

### 4. 能够大力挖掘体育人才

分层教学法的运用可以将学生的排球学习能力与水平进行分层,从中挖掘出更多的高素质体育人才,促进国家体育事业的蓬勃发展。高中生正是学生们青春发展的重要时期,学生的品质与能力的培养也是非常至关重要的。通过排球专项化教学能够帮忙学生们提高自己的身体素质,在训练中正确的找到自己的定位,学会用正确的态度去面对学习,彰显自己的人生价值。而分层教学法本身是一种人性化的教学方式,将学生分为不同的层次能够从多方面培养大量的体育人才,将科学分层理念运用到教学中可以让更多的优秀体育人才得以挖掘,让学生能够发现自己身上的闪光点,充分发挥出自己的体育优势,勇于参与到体育运动中,发展自己的体育能力。

## 二、分层教学法在高中体育教学中的实施策略

### 1. 做好摸底调查,合理分层

体育学习是展现学生的个性的平台,给学生充分展现自我的平台,让学生能够自主地参与到活动中,得到良好的锻炼。高中排球专项化教学中如果想要学生能够从中得到更好的锻炼,就需要教师对体育活动的内容与形式进行合理的计划,教师可以依据《学生体质健康标准》作为参考,对学生参与体质健康水平进行测试,了解学生的健康水平之后,建立档案,在制作排球专项化教学内容的时候参考学生较弱的素质和能力项,确保在科学计划指导下进行实践活动,可以根据学生水平、性别、年龄、体能采用多梯队的形式,可以灵活地排队,不一定要整齐统一,目的是让学生能够在排球训练中得到锻炼,促进学生排球运动水平的提升。对排球专项化教学进行科学地计划与安排,制定科学有效的运动计划,并且严格落实下去,这样的教学一定取得良好的效果。

### 2. 教学方法分层,根据学生情况因材施教

随着排球运动技战术的完善与发展,排球专项化教学方法也更加多样化。针对班级内部不同层次的学生可以采取不同的教学方法,保证每个学生能够充满兴趣的学习,在有效的时间内提升排球专项化训练效果,掌握更多的排球技能。对于班级

内高层次的学生,排球基础知识已经掌握到位,教师可以进行适当指导,给学生留下学习空间,将教师在排球课堂教学上所讲的知识进行内化,将知识点灵活地运用到排球运动训练中。

对于中间层次的学生,教师必须以发展的眼光看待学生,在教学过程中加强辅导与监督。教师在学生参加排球训练过程中,要注意适当给学生做好动作示范,将排球中的垫球、传球、发球、扣球和拦网这几大技术分别进行讲解与示范,让学生能够从基本的开始学习,解决学生排球训练过程中的重难点。对于低层的学生,教师要对这些学生充满信心,对这部分的学生可以适当降低训练要求,教师必须亲自示范,让学生能够充分掌握排球技战术,教师利用课余时间辅导学生,让学生能够感受到来自教师的支持与鼓励。

### 3. 尊重学生个体差异,制定合理的教学计划

在排球专项化训练上,高中生在身体能力方面存在一定的差异,所以针对差异教师需要采取分层的教学模式是非常有必要的。我们知道,排球本身是一门灵活性的体育项目,对于体育场地的要求并不是很高,足球教师在教学中应该灵活地运用,根据不同的学生发展特点实施分层教学,保证每个学生都能够接受。在开展排球专项化训练时,结合每个学生的身体条件,尊重学生差异化特点,合理化设定不同的判定标准,让学生能够彰显自己的独特性,发挥出主观能动性,在足球体能训练中对自身的状态进行调整,使得学生们的个体水平、协调能力和体能素质得到同步提升。那么,教师就可以根据学生的能力差异恰到好处地制定教学内容,触发学生对足球运动学习的兴趣。在足球体能训练中,如果教师的教学设计符合每个学生的能力发展,那么,就能让学生的体能得到有效地提升,使体质较强的学生在排球专项化训练中发挥自身的优势,在体能训练上获得更好的效果,使体质较弱的学生在科学的训练中不断地超越自我,发挥出自己的潜能。

### 4. 明确层次教学目标,合理分配学习任务

教师在对教学方法分层后,要为学生制定分层教学目标,为学生合理分配任务,从而保证高中体育教学的有效性与针对性。分层教学目标是针对排球教学知识点与不同层次学生设计,所以分层教学目标需要根据排球教学内容为基准能够更好地进行目标分层,规划排球专项化教学的方向。教师需要对每一位学生给予足够的关心,让学生能够明白分层学习的原因和目的,分层是为了帮忙学生找到契合自己的教学方法与内容。毋庸置疑,高中排球专项化训练需要正确的技术动作作为支撑,掌握正确的训练技术动作要领,对于学生的排球比赛水平发挥尤为重要。在专项化训练中由于训练时间、训练环境的限制,学生的训练效果会产生一定的影响,所以,对于一些需要增强动作训练的学生,可以将动作训练的难度降低,让学生能够及时快速地完成动作,比如,排球发球的训练中可以先让学生徒手做抛球的动作,让学生能够领会其中的动作要领,接着,教师安排学生两人一组进行固定击球,一人持球举至击球

点高度,另一人挥臂击固定球,在反复的训练后,教师再让学生距网4—5米的发球练习,提高学生的发球距离,让学生能够在层层递进的教学目标下完成发球训练。

### 5. 注重教学方法创新,提高分层教学效果

由于学生对知识的学习能力差异决定了教学方法需要多样化,在传统数学教学中,教师在课堂强调最多是知识的学习与运用,殊不知,每个学生都不一样,不同的学生身体素质和各项指标都不同,每个学生的学习能力与基础也是不同的,因此,课堂教学的效果往往是不理想的。教学方法应根据学生的认知差异与学习能力进行合理化的教学设定,教学设计中应该考虑到每个学生的实际感受,让学生轻松愉快的学习。对于高层次的学生,他们的身体素质比较强,同时已经具备了一定的排球运动基础,对于排球技能的掌握比较好,这类学生教师应该多加锻炼他们,通过竞赛的方式让他们积极参与到训练中,找到自己努力的价值,在训练中排球能力也将逐步提升,但是教师在专项训练的时候要依据学生的身心发展,让学生能够明确定位自己,调整自我,找到适合自己的训练方式。对于中等层次的学生,他们徘徊在学习的边缘,教师可以通过启发式的方式进行教学,注重学生的排球教学难度,把控教学环节,让他们敢于突破自己,朝着更高的目标去努力。然而,对于那些对于排球运动学习能力不强与体质不好的低层次学生,教师一定要做好基础强化训练,强化他们的体育素质,向学生讲解与示范排球专项训练的内容,感受排球训练的价值,推荐更好的体育活动,感受体育给我们带来的快乐,这样就会激发他们的潜质。

### 三、结语

综上所述,高中排球专项教学中使用分层教学法能够保证教学全面了解每位学生的情况,熟悉学生的身心状况,对排球专项教学内容与教学计划进行重点把握,科学实施排球专项教学。那么,教学在排球专项教学中可以依照学生的实际情况制定出符合学生发展的教学计划,帮忙学生不断的完善学生,使学生能够逐步完成目标教学,促进教学与学生的动态平衡,协调好不同层次学生的关系,唤起学生对排球训练的动机,找回对排球学习的信心。

### 参考文献

- [1]沈丽娟.分层教学法在高中体育教学中的运用[J].内江科技,2019(05):155-156.
- [2]洪步文.高中体育田径教学中分组分层教学法的应用分析[J].中外交流,2019(36):194.
- [3]鹿鹏.分层训练法在高中体育训练中的运用探究[J].青春岁月,2019(22):149.
- [4]吴园园.分层教学法在高中体育教学中的运用刍论[J].成才之路,2020(10):25-26.
- [5]周爱萍.等级分层教学在高校排球选修课中的应用研究[J].青少年体育,2017,(5):125-126,104.