

# 分层教学法在高校排球教学中的应用研究

刘高强

(中国石油大学(华东), 山东 青岛 266580)

摘要: 排球是一项集体性的对抗体育运动, 高校的排球教学中不仅可以使传统的分解练习、示范教学等方法, 还可以积极的采用分层教学法。分层教学法是近年来新兴的教学方法, 并在实际教学中得到教师的认可, 因此在教育教学体系中得到广泛的应用。本文主要从分层教学法的含义、分层教学法在高校排球教学中的应用原则、应用措施等方面进行论述。

关键词: 分层教学法; 高校排球; 教学应用

在模块化的教学中, 因学生的年级、性别、课时的长短不同、身体状况的不同, 导致了学生的水平有很大的差别, 所以很难在控制教学进度和选择教学内容上达成一致, 如果按统一标准来评定, 会对差生造成一定冲击。特别是运动技能的学习, 如果不把前面的动作学好, 后面的动作就会变得非常困难。在教学过程中, 后进生对新课程的接受程度较低。对学优生而言复习课又没有太大意义, 课堂组织练习赛时“会的”和“不会的”完全是一边倒、毫无乐趣, 极大挫伤了他们的积极性, 也很难体现出尊重个人差异, 所以, 分层教学法“呼之欲出”。

## 一、概述分层教学法

早在春秋时代, 孔子就已经提出了“因材施教”的思想, 指出要根据学生的具体情况, 采用相应的教学方法。因材施教的理念逐步形成为分层教学的实施提供了有力的思想指导。在欧美, 布鲁纳所提出的“学科基本结构”也倡导“发现学习”, 其核心理念也是分层教学, 旨在对教育教学进行分级, 从而提高教学质量。分层教学法是指教师尊重学生的认识规律和主体性, 立足于学生的实际状况, 以学生的能力、态度、进展速率等为主要依据, 并根据教师设定的目标来组织教学活动。班级内的学生是根据特定的规则和准则来划分的, 而所制订的划分标准是要将学生在学习过程中所呈现出来的个别差异加以考虑, 并且针对不同水平的学生有不同的需求, 并设计出相应的教学方式, 达到“因材施教”的教学目的。

## 二、分层教学法在高校排球教学中的应用原则

在高校排球教学中, 体育教师应该遵循针对性的原则。排球运动是大学生的一项重要运动, 它能增强大学生的体质, 帮助学生养成良好的体育习惯。但在传统的排球教学过程中, 学生的学习热情不高, 主要是因为传统的体育教育方式, 忽略了不同学生对排球运动的个性化需求, 忽略了学生的内心感受。所以, 采取分层教学法, 能更好发挥排球运动训练的作用。首先, 在教学中应以学生对排球的需要为出发点。其次, 要结合学生的体质特点, 对教学内容进行合理安排, 使每个学生都能适应自己的需要。同时, 在教学中也要遵守模糊化原则。在采用分层教学法时, 为了保障我国大学排球教学的质量, 把学生分成不同的等级, 但是, 如果过分重视学生的差别, 也会挫伤学生的积极性。所以, 在实施分层教学的过程中, 应注意“模糊化”的原则。

## 三、分层教学法在高校排球体育教学中的优势体现

分层教学法综合考虑学生身体素质、运动能力等各方面的不同, 将其进行合理的层次划分, 针对不同层次的学生设定不同的教学目标, 采取不同的教学策略。这种教学方法能够充分考虑学生个体之间的差异性, 找出最适合学生发展的道路。教师对学生进行分层, 制定的目标和任务也是依据不同层次学生的实际需求

开展, 这种“量体裁衣”式的教学方式能够有效消除学生畏难心理, 增强学生学习的自信。

### (一) 激发学生的排球学习兴趣

分层教学法是提高大学生对排球运动的兴趣的一种有效方法。在传统的教学方式下, 体育老师采用的是一种固定的教学方式, 即老师先演示动作, 学生再进行联系, 几乎所有的体育活动都采取类似的固定模式。而实行分级教学的方法, 就是把同学们分为几个组, 因为他们的运动能力有很大的差异, 老师可以设定不同的教学目标, 激励学生为他们的目标而奋斗。在排球教学中, 学生能够根据自己的学习状况, 对自己的学习进行适当的调整。比如, 在初级组中, 经过刻苦的学习, 很快就能掌握所需的知识, 然后可以加入基础组, 开始学习。同学们在不同的学习团体里, 只要付出足够的努力, 就能成功地加入到更高级的团体中去。在这样的学习过程中, 学生既能获得知识, 又能调动其对排球的兴趣。

### (二) 有效提升学生的身体素质

高校排球专业学生在完成了排球技术的学习之后, 再进行排球身体素质的训练, 采用分层教学方法, 将不同体质的学生分成不同的小组, 有针对性地进行运动强度的设置, 让不同体质的学生都能适应运动。在排球体育的教学过程中, 教师要将学生的个体状况、训练过程中的身体反应等因素考虑进去, 适时对学习团体进行调整, 让学生能够通过分层的教学方式, 获得适合自己的运动强度, 从而提高自己的身体素质。

### (三) 激发学生运动潜力

教师会根据学生的实际情况制定不同的训练目标和任务, 让学生“跳一跳就够得到”, 在这样的激励下会不断激发出自身的潜能。另外, 排球是一项多人合作的体育项目, 在教学过程中通过分层合作的方式, 不仅能提升学生合作意识, 同时还能在合作氛围的感染下带动彼此的训练, 进而挖掘出更多的潜能。

## 四、高校排球运动分层教学的认知与困境

### (一) 分层教学的认知

因为学生的个人差异, 造成了学生的学习能力、学习基础参差不齐。为了落实“以学定教”的理念, 诞生了一种新的教学方法——分层教学法。这种教学法的主要目的是, 根据学生在学习中所表现出来的差异, 把他们分成相近的身体素质、相近的学习基础的不同小组, 在教学时, 要根据不同水平的学习群体, 制订不同的教学目标, 采取不同的教学方式, 有针对性地进行教学, 让所有的学生都能在学习的过程中得到提高。

### (二) 排球的分层教学法在教学中遇到的阻力

#### 1. 分层教学法的认知不全面

“以学定教”的教育方针的贯彻, 促进了“分层教学”的深入发展。随着分层教学法的深入宣传, 许多教师逐步认识到了分

层教学法的重要意义,但是,由于多种原因,有些老师对分层教学法的理解还存在着误区;只从一个维度来了解这种教学法,即根据体育结果把学生分成不同的小组,而忽视了他们的体育特长、兴趣爱好、理解能力等因素,这就使得分层教学法的执行没有发挥出最大的作用。同时,单纯从体育表现的角度来划分学生,会让他们的自尊受到很大的伤害,也会让他们对体育教育抱有抵触情绪。

## 2. 应试教育对分层教学法实施的阻力

从教师的角度来看,传统的应试教育在一定程度上限制了教师的教学方式。大部分的老师还在把考试作为教学的重心,来决定教学模式和教学方式,大学的排球体育教学也是一样,老师们更喜欢采用能提高通过率的教学方式,而不喜欢能满足学生个性化教育的分层教学法。在应试教育的背景下,体育老师将学生的体育成绩分为不同的等级,严重忽视了两极的学生,比如:体育成绩很好的学生,他们的体育水平已经达到了通过考试的标准,因此老师会对他们采取放任的态度。而在另一种极端中,则是那些体育表现很差的学生,老师觉得无论投入多少精力,他们都达不到及格的标准,因此也就听之任之了。只有在目标的引领下,才有可能获得“优秀”或“通过”的体育成绩。老师对两极学生的放任态度,严重忽视了他们的感情。有些学生体质不好,但在学习和训练中投入比别人更多的精力,由于老师的放任态度,会给他们内心造成很大的心理落差,严重者甚至会出现心理疾病。这种“分层”的教学方式,不仅与“以学定教”的原则背道而驰,而且极易引起学生的心理问题。教师要打破应试教育的桎梏,在全面领悟的基础上,正确运用分层教学法。

## 五、分层教学的具体实施

### (一) 以学生体质为基础进行分层

实施分层教学的前提是要充分认识学生,这就要求教师事先对学生基本情况进行调查、分析。高校排球教师可以采用不同的方法对班级中的学生做出准确评价。比如,教师可以通过体能测试的方式来了解学生的基本身体素质;采用“小测验”的方法,对大学生排球基本素质进行了考察。开展排球竞赛,通过比赛观察学生身体素质、基本能力和个体特长。经过一系列的测验与考核,老师就可以根据实际情况将学生分成三个层次。第一类:身体状况较好,身体素质较好,对体育有一定的热爱,对排球运动有一定的基础,对排球运动感兴趣,在老师的指导下,积极参与排球练习。对于这种类型的学生,老师提出更高的要求,教学难度也大。第二类:个体身体状况良好,热爱运动,但对排球技术和战术的掌握程度不高,只懂得最基础的技术和战术。通过对学生进行排球技术和战术方面的教育,提高学生对排球运动的积极性,使其获得更好的体验。第三类:这些学生普遍身体素质不好,参与的体育活动也不多,他们把体育教育看成是一种从枯燥的课堂中解脱出来的一种方式,对排球的兴趣就更少了。对于这一类型的学生,老师们的教育目的应该降低,从对体育的兴趣入手,逐步培养他们对排球的兴趣。分层教学法充分尊重学生的个体差异,而科学的分层可以推动高校的排球教学发展。

### (二) 设立区别化的排球教学目标

学生在获得了较好的排球体验后,才会有更高层次训练的自信心和热情。学生获得较好的排球体验主要体现在达到训练目的的愉悦感,赢得比赛的兴奋感,以及团队成员之间的默契配合。所以,在大学排球课程的教学,要综合考虑到各个方面的因素,特别是不同的学生对排球的期待,要根据这些因素来制定一个合理的

教学目的。在制定教学目标时,要根据排球运动各阶段的教学任务、学生对排球的发展需要等因素,灵活地制定出分层次的教学策略,并加以实施。学生在达到一定训练目标后,能够获得一定的成就感,从而激发其对排球运动的自信,进而不断地进行训练。例如:第三层次的学生体质较弱,对排球运动热情也不高,此时教师可以在训练一周后进行一次测试,测试的重点是学生的体能、排球运动的基本知识等,并在测试结束后给予鼓励,让学生有一种成功的感受。因此,在高校排球课上,要根据不同水平的学生,制定差异化的学习目标。

### (三) 排球教学过程实施科学分层

在高校排球教学中,实行分层教学模式,要求师生思想认识一致,协同教学,使教学有机地融合在一起。在排球教学过程中,学生应全力以赴,努力学好和掌握排球运动的基本技战术,与此同时,老师要针对每个学生的特点,实行有明确目标的分层教学。在教学过程中,老师可以根据不同水平的学生,制定不同的教学方案,采用不同的情景指导方法,让学生能够更好地掌握排球技术,让他们自己投入到排球教学之中,从而激发他们的运动热情。对于初学阶段的学生,老师要尽可能地用简单明了的语言来教,让他们尽早地掌握排球的基本技术要点和技术动作,从而增强他们对排球的认识。但如果有一定的排球基础,或者是掌握了一定的技术,那么就可以采用专业术语来教授,从而增强其专业度。在大学排球课堂教学中,老师们可以将其进行分层,并贯穿于整个教学过程,充分保障了排球运动教学的有效性跟质量。

### (四) 排球训练内容进行有效分层

将分级教学方法应用于高校排球教学,可针对不同水平的学生设置不同的教学内容,达到分层教学的目的,力争最大限度地发挥学生的排球潜能。将排球运动训练的内容分为不同的层次,在教学过程中,把学生的排球动作发展情况,作为教学内容分层的主要依据。比如:针对初学者,老师教其上手发球技术;对有较高水平的排球选手,可教授其发球上手技术。在网络技术的讲解方面,对初学者来说,要求他们可以用双手把球打到网外。在排球项目中,对优秀的学生进行扣球技术的讲解,优秀的男运动员也可以对后排的进攻技术进行讲解。在体育教学中,采用分层的教学方法,可改变排球运动的难度和场地,以适应不同水平的学生对排球运动的需要。如果有些女孩怕手痛,影响到发球的成功率,老师可以在场地的长、宽、网的高度等方面进行调整。在竞赛中,为了降低这一类型学生的错误率,可以通过引导学生在排球弹跳后再接,来改变她们对排球的看法,促使他们主动学习排球技能,参与到排球训练中来。

## 六、结束语

高校将分层教学法应用到排球教学中,其具体做法是:根据学生的身体素质进行分层,设立差异化的排球教学目标,对排球教学内容实行科学分层等。上述措施是从多个方面来实现排球分层教学法,能够切实保障分层教学法的合理性,确保分层教学法的实施效果,进而提升排球课的教学质量。

### 参考文献:

- [1] 国翠翠. 开放式运动技能理论下高职院校排球技能学习评价体系构建 [D]. 河北师范大学, 2020.
- [2] 曾秋红. 分组教学应用于高职排球课的实践探索 [J]. 农家参谋, 2020 (10): 277.
- [3] 车同相. 课程改革背景下高职院校排球教学中比赛教学法的实施路径 [J]. 当代体育科技, 2020, 10 (6): 136, 138.