

动态分层法在初中体育教学中的运用与思考

杨林

(深圳市盐田区实验学校, 广东深圳 518083)

摘要：“动态分层法”是指结合体育教学特性，根据学生不同基础情况与身体素质情况进行合理分组，按照动态流动原则组织教学活动的教学模式。相较于传统教学，动态分层法更契合学生的发展规律，将其引进初中体育课程教学具有重要价值。基于此，本文针对了动态分层法在初中体育教学中的运用进行分析，对动态分层法在初中体育教学中的运用价值展开阐述，以此提出动态分层法在初中体育教学中的运用策略，通过课前定组、课中流动、关注差异、引进竞赛等策略，旨在提高初中体育教学质量，促进学生的全面发展。

关键词：动态分层法；初中体育；教学改革；教学策略

随着教育改革的深入，初中体育教学逐渐受到重视。《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》（以下简称“新课标”）在教学建议中提出“科学设置运动负荷”，明确要求“每节课群体运动密度应不低于75%，个体运动密度应不低于50%；每节课应达到中高运动强度，班级所有学生平均心率原则上在140—160次/分”。为有效落实新课标要求，动态分层法被引入到初中体育教学中。动态分层法强调根据学生的体能、技能和兴趣进行差异化教学，旨在提高学生的参与度和教学效果。本文将探讨动态分层法在初中体育教学中的运用与思考，以期对初中体育教学提供有益的参考。

一、初中体育课程教学中存在的问题

中共中央办公厅和国务院办公厅印发的《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》指出：义务教育阶段体育课程要帮助学生掌握1~2项运动技能。在初中体育课程改革创新过程中，所存在的问题需要引发关注，具体如下：

（一）课程衔接层次不清

课程衔接层次不清是当前初中体育教学面临的一大难题。很多学校在制定体育教学计划时，往往缺乏对学生体能、技能和兴趣的全面了解，导致课程之间的衔接不顺畅，层次不清晰。这种情况下，学生很难在体育课程中形成系统的体育技能和体能训练，也难以在体育学习中获得持续的进步和成就感。因此，教师需要更加深入地了解学生的实际情况，制定更加科学、合理的教学计划，确保体育课程之间的衔接顺畅，层次清晰。

（二）课程内容单一重复

课程内容单一重复也是初中体育教学中需要解决的问题。很多学校的体育课程内容过于单一，缺乏多样性和趣味性，很容易让学生感到厌倦和无聊。同时，一些教师为了追求教学进度，会反复教授同样的内容，导致学生缺乏新的挑战 and 刺激。这种情况下，学生很容易失去对体育学习的兴趣和动力，也难以在体育课程中实现全面发展。初中体育课程教学中存在的问题不容忽视。只有通过深入分析和有效解决这些问题，才能提高初中体育教学的质量和效果，为学生的全面发展打下坚实的基础。

二、动态分层法在初中体育教学中的运用价值

在初中体育教学中，动态分层法的运用具有显著的价值，不仅有利于激励学生良好发展，还有利于提升教学的针对性。这一教学方法核心理念在于根据学生的体能、技能和兴趣进行差异化教学，旨在让每个学生都能在适合自己的层次上得到充分的发展。首先，动态分层法有利于激励学生良好发展。在传统的教学

模式中，学生往往因为教学内容和难度的不匹配而感到挫败或无聊，从而失去对体育学习的兴趣。而动态分层法通过将学生分为不同的层次，为每个层次的学生提供适合他们的教学内容和难度，使每个学生都能在体育学习中获得成就感，从而激发他们对体育的兴趣和热爱。这种个性化的教学方式，不仅有助于培养学生的自信心和自尊心，还能促使他们在体育学习中不断挑战自我，实现自我超越。其次，动态分层法有利于提升教学的针对性。在传统的体育教学中，教师往往难以兼顾不同学生的需求和特点，导致教学效果不佳。而动态分层法要求教师在课前对学生的体能、技能和兴趣进行全面了解，并根据这些信息将学生分为不同的层次。这样，教师在教学过程中就能更加针对性地设计教学内容和方法，确保每个学生都能得到适合自己的训练和发展。这种针对性的教学方式，不仅有助于提高教学效果，还能帮助教师更好地了解每个学生的特点和需求，从而为他们提供更加个性化的指导。

三、动态分层法在初中体育教学中的运用策略

（一）课前定组，合理定位学生层次

课前定组是指在开展体育教学之前结合学生体能基础情况进行合理分组，以此定位学生的基础层次，便于学生制定针对性教学计划。定组的目的是促使教师准确把握学生实际情况，让学生获得最优发展，与“因材施教”教育理念相契合，其核心在于对学生层次的合理定位。在定组过程中，教师应对学生的综合体能进行分析，结合学生体能表现情况设置相应的综合指标。在身体素质方面，综合考量学生的灵敏性、协调性与平衡性；在运动素质方面，综合考量学生的耐力、体能等指标。结合体育检测结果对学生进行分组，划分为A、B、C层次，其中A层次学生指体能素质与身体素质良好、有良好体育发展潜力的学生；B层次学生指体能素质与身体素质一般、能够获得进一步发展的学生；C层次学生指身体素质与运动素质较差、体育锻炼基础不足的学生。根据“生本教育理念”，教师在定组过程中应充分考虑学生的意愿，为学生提供充足的选择机会。但初中生的年龄较小，在选择过程中容易出现从众心理或主观向好等，进而选择不符合自身体能水平的层次。因此，教师可主导对学生划分层次，为学生提供更多的体育项目选择，以充分调动学生参与兴趣。体育教学活动的技能型与专业性较强，学生的体能相对稳定，但技能变数相对较大，教师可结合“保质变量”原则，强化对学生的技能训练，动态化调整技能训练，及时检测学生体能发展。

（二）课中流动，带动学生充分发展

在初中体育教学中，动态分层法的实施不仅需要课前的精心

准备,更要在课中灵活调整,确保每个学生都能在适宜的教學环境中得到充分的发展。其中,“课中流动”这一策略是实现动态分层法教學目标的关键一环。“课中流动”意味着在教學过程中,根据学生的实际表现和反馈,及时调整教學策略和分组安排。这种流动性不仅体现在学生层次的动态调整上,更体现在教學内容和方法的灵活变通上。例如,在进行篮球运球技能“一大二小三高跳”练习时,教师可以根据学生的运球速度和准确性,将学生分为不同的练习小组。对于运球基础较差的学生,教师可以安排他们进行基础练习,并加强技术指导;而对于运球技术较好的学生,则可以设置更具挑战性的练习任务,如运球过障碍、运球变向等。课中流动的策略不仅有助于满足学生的个性化需求,还能有效激发学生的学习兴趣和动力。当学生在适宜的教學环境中得到挑战和激励时,他们更可能积极参与到体育活动中来,从而提高学习效果 and 运动能力。例如在足球运动教学中,教师将按照体能素质纵向、运动素质横向的顺序进行排列,教师先为学生讲解与示范篮球动作姿势与动作重点,组织各层次学生进行学习练习,仔细观察学生的动作表现,注重分解动作练习,指导重难点动作。在练习过程中,教师结合学生表现指导进行第一次流动,运动表现良好的学生主动向最左侧流动,横向自动补位。而后,教师重点讲解动作力量与运动节奏,组织学生开展学练,观察学生的动作表现。在此过程中,教师针对学生体能表现进行第二次流动,教师引导C层次学生与B层次学生相比较,B层次学生与A层次学生相比较,表现好的学生进行纵向流动。在动态调整的教學过程中,教师能够更全面地了解学生的特点和需求,从而提供更加有针对性的指导和帮助。而学生也能在教师的关心和支持下,更加自信地面对挑战,实现自我突破。

(三) 关注差异,落实因材施教理念

在初中体育教学中,动态分层法是一种重要的教學策略,强调根据学生的个体差异,采用不同的教學方法和手段,以满足不同学生的学习需求,实现因材施教。这种方法的运用,不仅可以提高教學效果,还能促进学生的全面发展。

首先,关注差异是动态分层法的核心。每个学生都是独一无二的,他们在身体素质、兴趣爱好、学习能力等方面都存在差异。体育教师应该充分了解每个学生的特点,根据学生的差异进行分层教學。例如,在教授篮球技能时,对于基础较差的学生,教师可以重点教授基本技巧和动作,而对于基础较好的学生,则可以加强战术和配合的训练。动态分层教學对不同层次的学生而言具有较强的趣味性,能够重点关注学生个体的差异,让每一位学生都能在自身基础上获得进一步发展。关注学生的个体差异,不能单纯聚焦于技能发展,更要了解学生的思想意识发展,教师应定期开展全面评估,分析学生的成长情况,对不同发展层次学生设置合理的学习难度,有效激发学生的挑战欲望,燃起学生参与体育锻炼的斗志,让学生感受到体育运动的魅力,进而养成良好的运动习惯。基于动态分层理念的教學活动,倡导技能与思维共同训练,能够促进学生的多元化发展。

其次,落实因材施教理念是动态分层法的目标。因材施教是指根据学生的具体情况和特点,采用合适的教學方法和手段,以最大限度地发挥每个学生的潜能。在体育教学中,教师应该根据学生的体质、兴趣、技能水平等因素,制定个性化的教學方案,以满足不同学生的学习需求。教师应根据学生的进步情况,及时

调整教學策略,以保持教學的针对性和有效性。在教學过程中,教师针对不同层次学生设置针对性训练,比如针对A层次学生,教师可组织“赛季式”教學活动,将运动比赛规则与强度等引进教學,在激发学生体育潜能的同时,能够有效培养学生的集体荣誉感,调动学生体育运动积极性。针对B层次学生,教师可组织“领会式”教學活动,让学生在训练技能过程中领会,提升学生体育锻炼兴趣,培养学生自主锻炼习惯。针对C层次学生,教师可组织“鼓励式”教學活动,强化对学生的鼓励与引导,让学生多体会、多尝试,感受体育锻炼的魅力,在参与中建立体育学习兴趣。动态分层式教學活动能够让体育学习活动变得更加简单,从差异出发实现共同提升,达到消灭差异的目的。

(四) 引进竞赛,设置体育校本模式

为切实发挥动态分层法的应用价值,教师可在教学中引进体育类竞赛项目,利用现有体育场地与体育设备组织多样化的校园赛事,激发学生体育运动兴趣。对此,教师可组织以下赛事活动:第一,个人体育赛事。初中体育教学内容丰富,教师可针对不同运动技能组织特色赛事,比如在篮球教学中组织“比一比篮球投篮”“传一传球更稳”“斗一斗投篮高”等活动,促使学生个人形式参与单挑赛、个人技巧赛等,为学生提供展示自我的机会,实现技能提升。第二,团体体育赛事。团体类赛事不仅考验学生自身运动技能,更关注学生的团队协作能力等,让学生在参与过程中能够深刻理解体育规则,能够用自身言行运用与维护运动规则,实现思维良好发展。对此,教师可组织小组赛事与团队赛事,鼓励学生以团队方式参与篮球比赛、乒乓球比赛等,在比赛过程中引导学生正确处理个人情绪与团队关系,发挥体育学科的育人功能。第三,文化体育赛事。教师可围绕校园文化组织文化赛事,指导学生担任校园裁判、赛事策划等,鼓励学生参与体育社团,让不同层次学生担任相应的职位,发挥自身能力优势,了解赛事策划、赛事记录等活动的重要价值,乐于参与其中,促进校园体育文化建设。总之,体育赛事是检验与提升体育教學效果的重要手段,引进赛事能够增强学生体能素质,为进而竞技体育发展培育优秀人才。

四、结语

综上所述,动态分层法在提高初中体育教學质量和促进学生全面发展方面具有显著优势。实施动态分层法需要教师在课前进行精心准备,合理定位学生层次;课中灵活运用教學方法,带动学生充分发展;同时关注学生差异,落实因材施教理念。此外,通过引进竞赛和设置体育校本模式,可以进一步增强学生的体育兴趣和参与意识。对此,初中体育教师要强化对动态分层法的应用,合理设置教學活动,为学生的健康成长和全面发展创造更多机会。

参考文献:

- [1] 杜铭,樊洪基. 体育课堂“动态分层教學”的研究与实践——以浙江省水平四限学球类项目为例[J]. 体育教學, 2023, 43(09): 38-41.
- [2] 吕一帆. 动态分层教學法在体育院校运动训练专业排球专项課教學中的实验研究[D]. 西安体育学院, 2023.
- [3] 高辉. 动态分层教學法对高校公共体育篮球課教學效果影响的实验研究[D]. 山东师范大学, 2023.
- [4] 胡维俊. 运用分层教學法提高初中數學学习效率的思考[J]. 进展: 教學与科研, 2020.