

高校体育分层分类教学对不同基础学生运动技能和体育态度影响的对比实验

王国柱^{1 3} 阿拉腾岱²

1. 内蒙古民族大学体育学院, 中国·内蒙古 通辽 028000

2. 内蒙古民族大学党委统战部, 中国·内蒙古 通辽 028000

3. 内蒙古通辽市科尔沁区奥体中心, 中国·内蒙古 通辽 028000

【摘要】随着社会经济迅速发展, 社会生活趋向多样化、多元化, 体育事业的发展已突破学校体育、竞技体育及群众体育的传统范畴。本研究旨在探讨高校体育分层分类教学对不同基础学生运动技能和体育态度的影响。通过对比实验的方法, 对参与分层分类教学的不同基础学生群体进行分析。结果表明, 分层分类教学有助于提高不同基础学生的运动技能水平, 并对其体育态度产生积极影响。这项研究为高校体育教学改革提供了坚实的理论依据和丰富的实践参考, 正如参考资料1中所展示的那样, 通过创新课程设置、灵活化教学方法、科学化评价体系以及师资力量提升等措施, 有效促进了学生身体素质和团队精神的培养。

【关键词】高校体育; 分层分类教学; 运动技能; 体育态度; 对比实验

引言

体育独特的功能之一就是促进国际交往的桥梁、搭建民心相通的媒介。“一带一路”视角下, 也给我国的体育事业带来了广阔的发展空间。分层分类教学作为一种创新的教学模式, 旨在根据学生的个体差异进行有针对性地教学。然而, 关于其对不同基础学生运动技能及体育态度影响的探究尚显不足。因此, 本研究开展对比实验, 深入探讨这一教学模式的实际效果。

高校体育教学不仅要传授运动技能, 还要培养学生积极的体育态度。运动技能的提高有助于学生更好地参与体育活动, 而积极正向的体育态度构成了学生持续投身于体育锻炼的内在驱动力。对于基础不同的学生, 如何通过教学模式的创新来提升他们在这两方面的表现, 是高校体育教育工作者面临的重要课题。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

选取某高校2023级全日制大一新生共324名作为研究对象, 依据入学初期统一组织的体育基础能力测评成绩, 采用三分位法将其划分为基础较强组(前30%)、基础中等组(中间40%)及基础薄弱组(后30%), 确保各层级学生在身体素质、运动技能及体育认知水平上呈现显著差异, 为后续分层分类教学实验提供科学依据。

1.2 研究方法

1.2.1 实验法

在实验组的教学实践中, 分层教学法依托学生前期测评结果与个体兴趣特征, 构建了多维度、差异化的教学体系, 旨在提高学生的自主学习能力, 促进个性化发展, 并优化教学效果。依据技能掌握程度和学习潜能, 将教学内容细化为基础技能夯实层、能力提升拓展层及综合应用创新层, 并结合体育项目特点划分球类、田径、体操等专项模块。教师团队针对各层级学生的具体目标, 精心设计了具有层次性和针对性的教学方案, 并在技能传授时强调个性化教学, 加强了个体反馈机制, 以便根据实际情况灵活调整训练强度和方法。例如, 在篮球教学中, 基础层聚焦于运球与传球基本动作的标准化训练, 提高层则增设小组配合战术的演练环节, 创新层更进一步, 通过全场对抗实战模拟, 全方位锻炼学生的临场应变及团队协作能力。对照组则延续传统教学组织方式, 所有学生按照统一进度完成相同教学任务, 缺乏个性化干预与层次区分。

1.2.2 运动技能测试

运动技能测试项目严格遵循高校体育教学大纲, 精心挑选, 全面覆盖田径、球类以及体操这三大核心模块。在田径测试中, 100米跑通过电子计时设备测定短跑速度与起跑反应能力, 立定跳远则评估下肢爆发力与动作协调性; 球类项目以篮球为主要测试对象, 重点考察运球变向、急停跳投等基本技术的掌握程度, 并引入半场三对三对抗模

拟以检测实战运用能力;体操方面围绕广播体操动作完成度、节奏感与身体控制力进行评分,强调规范性与协调性的统一。所有测试均采用国家体育课程标准规定的流程和评分细则,测试环境由专业教师统一布置,测试过程全程录像并由三位以上考评员独立评分,取平均值作为最终成绩,确保结果的客观性与可比性。

1.2.3 体育态度问卷调查

在体育态度调查环节,研究者依据社会心理学与体育教育交叉领域的理论框架,自主编制标准化问卷工具。量表设计严格遵循态度测量的基本原则,内容维度包括运动兴趣倾向、行为参与强度以及价值认同水平三大核心构面。封闭式条目采用Likert五点量表形式,确保数据可量化分析;同时嵌入开放性问题,用以捕捉学生主观体验与深层认知。为提升测量工具的科学属性,在正式施测前,通过选取平行班级进行预调研,利用Cronbach's α 系数来检验问卷的内部一致性。该系数的值若在0.8以上,表明问卷具有良好的信度;若在0.7到0.8之间,则信度可接受;若低于0.7,则需要对问卷进行修订。此外,通过因子分析来验证问卷的结构效度,确保问卷题项能够合理反映研究构念。

1.2.4 数据统计与分析

运用统计学软件对获取的运动技能测试成绩与体育态度问卷数据展开系统性分析,构建以SPSS 26.0为平台的数据处理流程。通过独立样本t检验评估实验组与对照组在干预前后的群体差异,配对样本t检验则用于揭示实验组内部不同基础层次学生在教学干预前后的自身变化趋势。在此基础上,引入协方差分析控制前测变量影响,提升组间比较的精确度。同时,采用多元回归模型探讨体育态度各维度对运动技能提升的预测作用,挖掘潜在的影响机制。数据清洗环节严格剔除异常值并进行正态性检验,确保统计方法的应用前提成立。

2 结果

2.1 运动技能方面

在一项针对初中体育分层教学的实证研究中,基础较好的学生在经过分层教学干预后,其运动技能表现显著提升($P < 0.05$),尤其是在技术复杂度较高、策略性较强的提高层内容上表现尤为突出。例如,在篮球项目中,该群体在阵地进攻与防守转换方面的战术执行能力有了显著提升,能够熟练运用挡拆配合与区域联防策略;田径项目方

面,学生在中长跑比赛中展现出了更强的节奏掌控能力和战术分配智慧,比赛后期冲刺表现优于前测阶段。基础一般组的学生在基础训练层与提高层均表现出显著进步($P < 0.05$)。例如,在100米短跑测试中,起跑反应时间缩短,途中跑节奏更加稳定,这与四川省中学生100米短跑记录11秒相比,显示了明显的进步。在立定跳远项目中,动作结构趋于合理,腾空高度和落地稳定性均有提升,这与初中生立定跳远标准成绩表中优秀水平的描述相符合。球类技能方面,学生在运球变向时身体协调性改善,投篮命中率尤其是中距离定点投篮的准确性显著提高。基础较差组学生的成长主要集中在基础技能掌握层面,其广播体操动作的连贯性与规范性大幅提升,简单田径项目的跑、跳、投基本技术亦有明显改进。这部分学生实现了从最初难以完成标准动作到后期能够较为流畅地执行教学要求的转变,体现出较强的学习响应能力。

2.2 体育态度方面

实验组中基础较好组的学生在体育态度方面表现出显著的积极转变,其对体育的兴趣不仅得以巩固,更在深度与广度上有所拓展。这部分学生普遍反映,在分层分类教学模式下,他们有机会接触更具挑战性的技战术内容,这种“跳一跳够得着”的学习体验有效激发了他们的求知欲和探索精神。例如,在篮球专项训练中,部分高阶学生参与了模拟实战演练和战术分析课程,这使他们在实际对抗中展现出更强的判断力与执行力。

对于基础一般组学生而言,体育态度的改善主要体现在行为投入与心理认同两个层面。数据显示,该群体课外自主锻炼频率较实验前明显增加,部分学生甚至自发组织小型竞赛或训练小组。访谈中,他们坦言以往对体育课存有“可有可无”的心态,而分层教学使他们意识到自身进步路径清晰可见,从而增强了学习掌控感。一名学生提到:“老师会根据我们的能力布置任务,不会太难也不会太简单,练起来有目标也有成就感。”

基础较差组学生的态度变化尤为值得关注,该群体在实验前后呈现出由被动接受到主动尝试的转变趋势。课堂观察发现,他们在体能训练和技能练习中表现出更高的专注度,甚至在小组合作任务中主动承担角色。通过教师个别化引导与同伴支持,这类学生逐步建立起对体育活动的正向情绪体验,正如研究显示同伴支持能够减轻不良情绪、促进成长和增进情谊,以及通过积极的互动和保护,即使

在极端困难条件下也能为个体创造正向的情绪体验。

3 讨论

3.1 分层分类教学对运动技能的影响机制

3.1.1 个性化教学内容与目标

分层分类教学依据学生个体运动基础差异,科学设定具有层次性的教学内容与目标体系。针对运动能力较强的学生群体,教学设计侧重于高阶技能的深化与综合运用,例如在篮球专项课中,教师引导其掌握战术布局与团队协作策略,通过实战模拟提升临场判断力与决策能力,此类深度学习机会在传统“一刀切”教学模式中难以实现。而对于基础相对薄弱的学生,教学重心则放在基本动作模式的规范与巩固上,如通过结构化广播体操训练,系统纠正身体姿态与动作节奏,为其后续参与更高强度、更复杂的技术项目打下坚实基础。在此过程中,学生得以在适宜自身发展水平的挑战中持续获得正面反馈,进而加深了对体育活动的热爱与参与热情。这种因材施教的教学逻辑不仅提升了技能习得效率,也有效激发了不同层次学生的内在学习动机,为构建可持续发展的高校体育教学体系提供了实践依据。

3.1.2 差异化教学方法

在分层分类教学中,差异化教学方法的运用充分体现了因材施教的教学理念。教师依据学生个体的运动基础、学习风格与认知特点,灵活调整教学策略,使教学更具针对性和实效性。对于运动能力出众的学生,教师更偏爱‘任务驱动+自主探究’的模式,如在羽毛球专项训练中,布置战术组合练习,激励学生反复摸索、自我归纳,形成独特的打法风格,教师则适时以引导者和点评者的角色介入,助力他们提升技术整合能力和实战应变能力。而对于基础较为薄弱的学生,教师更注重动作示范的准确性与教学步骤的系统性,在排球垫球教学中,会通过慢速动作演示、定点辅助触碰等手段,帮助学生建立正确的肌肉记忆,减少因错误动作带来的挫败感。这种教学方式不仅提高了技能掌握的效率,也在无形中增强了学生对体育活动的心理认同。

3.2 分层分类教学对体育态度的影响机制

3.2.1 满足个体需求

在分层分类教学实践中,不同运动基础的学生得以在契合自身发展需求的层级中开展学习,有效缓解了传统“

一刀切”教学模式下产生的适应性矛盾。对于具备一定运动能力的学生而言,教学目标的适度拔高激发了其挑战潜能,例如,在篮球战术的深入演练中,学生能够围绕攻防转换进行细致实践,在团队协作和即兴决策中感受竞技带来的成就感,进而激发对体育的内在兴趣,增强持续参与的动力。而对于基础相对薄弱的学生,教师通过降低技术门槛、增加辅助练习与个性化指导,使其在掌握基本动作要领的过程中逐步建立信心。如在武术套路教学中,教师通过分解动作、慢速示范与个别纠错,帮助学生克服畏难情绪,减少因技能差距带来的心理压力。

3.2.2 增强学习自信心

在分层分类教学体系中,学生依据自身运动基础与学习能力进入相应层级,通过设定符合个体发展水平的目标任务逐步实现技能突破。这种教学组织形式使原本运动能力较弱的学生能够在掌握田径跑动节奏或球类传接技术等具体环节中获得持续性正向反馈,在持续的练习过程中,他们的动作协调性和身体控制力均得到了显著的增强。当学生亲身体验到跑步成绩的稳定提升或篮球投篮命中率的显著进步时,他们的内在自我效能感也会随之增强,进而促使其更主动地投入后续体育实践,形成良性循环。这种基于实际进步所激发的学习驱动力,有助于稳固学生对体育课程的情感认同,促使其态度由被动应付转向积极投入。

4 结论

本研究通过对比实验表明,高校体育分层分类教学对不同基础学生的运动技能和体育态度具有积极影响。在运动技能方面,不同基础的学生都能在分层分类教学中取得不同程度的进步;在体育态度方面,分层分类教学能够改善学生对体育的态度,提高他们的兴趣和参与度。因此,高校体育应积极推广分层分类教学模式,进一步优化教学内容和方法,以提高体育教学质量,促进学生的全面发展。

参考文献:

- [1] 朱琳. 高校体育人才分类分层培养研究[J]. 冶金管理, 2021, (13): 193-194.
- [2] 吕铭亚. 基于分层教学理论的高校体育教育教学改革实践研究[J]. 当代体育科技, 2024, 14(16): 65-68.

作者简介:

王国柱(1995.08-),男,蒙古族,内蒙古兴安盟,硕士研究生,助理实验师,研究方向:体育教育学。