

分层教学法在高中体育教学中的实践探究

曲雪

(山西省运城市芮城县芮城中学 044600)

摘要:在教育领域的变革与发展下,目前的高中已不仅是单纯地为学校输送人才,更要重视现代社会的可持续发展,对德,智,体,美,劳等方面进行全方位的发展,保证学生在接受知识的过程中养成优良的个性与体质,其在高中体育教学中尤为重要。然而,传统的教育方法因其目标单一而缺少行之有效的教育方法,已很难满足现代教育思想、教育目标的要求。因此,分层教学法在高中体育教学中的实践探究进行探析,并提出了相应的对策,以期为以后提升体育教学水平提供参考借鉴。

关键词:分层教学;高中体育;实践探究

Abstract: under the change and development in the field of education, the current high school is not only simply for school talents, more attention to the sustainable development of modern society, the moral, intellectual, physical, beauty, labor, all-round development, ensure that students in the process of accepting knowledge develop good personality and physique, it is particularly important in high school sports teaching. However, the traditional educational methods lack effective educational methods because of its single goal, which is difficult to meet the requirements of modern educational thoughts and educational goals. Therefore, the stratified teaching method in the high school physical education teaching practice exploration analysis, and the corresponding countermeasures are put forward, in order to provide reference for improving the level of physical education teaching in the future.

前言:

在新一轮新课改向纵深发展的背景下,高中体育课堂正在进行创新与变革。新一轮的新课改提出,高中生应积极主动地进行体育锻炼,以达到全面发展的效果。然而,目前高中生由于个性差异不尽相同,以至于使其在接受体育知识以及参与各类体育锻炼的过程中,会呈现出一定的差异。因此,倘若教师想要对高中体育的教学质量进行全面提升,就应该使用先进的分层教学方法,在课堂上进行体育教学,为学生选择有针对性的教学指导方案,这样才能更好地激发出学生的体育学习兴趣,从而让学生的体育素养和终身体育意识得到全面提升。

一、解析新时期分层教学法在高中体育教学应用的重要意义

(一)有效激发高中生体育学习兴趣

在新时代教育教学的背景下,在高中体育教学中,将分层教学法应用到高中体育教学中,既能真正激发和调动高中生的学习兴趣和积极性,又能让高中生清楚、准确地理解学习体育知识的重要性和目的。主动与体育教师合作交流,从而配合体育教师做好课堂锻炼效果。高中生的体能、体质、素质等各方面都有很大的差别,因此,在正常的体育教学中,体育教师应该采取有区别的教学方式与教学标准。倘若将传统简单、单调的教育方式与方法运用到课堂上,就不能有效地解决高中生存在的个性化问题,这会极大地降低学生的学习兴趣,甚至会对体育学习的整体效率产生不利的影响。教师对分层教学法的合理应用,不仅能够一定程度上让高中生感受到教师对他们的尊重,还能够让学生全身心地投入到对各种体育项目的实践学习和锻炼之中^[1]。

(二)能够有效提升高中生体育素质

在新时代教育教学的背景下,高中体育教师能够将分层教学法有效地应用到课堂上,并与教学实践相结合,从而能够全面地提升高中生的体育素养和运动能力。与此同时,体育教育能对高中生的体质、体能、心理等起到多方面的促进作用,能够使高中生的体质得到较好的锻炼。当今的分层教学能够系统、全面地分析高中生的实际状况,能够提出一些具有较强针对性的教育教学方针和具体策略,并根据高中生的体育能力和自身的潜能,确定相应的、合理的体育项目,保证学生能够根据自身的实际状况,努力进行体育训练,从而有效地提升学生的综合体育水平。

(三)能协助教师顺利完成教学任务

在高中体育教学的各个方面,教师对高级分层教学方法进行综合运用,既可以提高学生的体育学习兴趣,又可以使体育教师顺利地地完成各项体育教学工作。首先,教师根据高中体育教学的现状,结合目前高中体育教学的总体发展态势,采用分层教学法,对传统的教学方式创新与改革,从而让体育教师的教学变得更加科学化、系统化,让学生在一个轻松、愉快的教学氛围中学习体育技能知识,以便于使教师的教学水平得以提升;其次,新时期高中体育教师在进行分层教学时,应防止过分注重体育人才的培养与选择,从而避免忽视高中学生的体育学习经验。因此,在这一过程中,教师要一直坚持义务教育的原则以及合理分层教学的理念,这样才能真正地将体育教育的任务和教学计划落实到位,从而对高中体育教育的质量和水平进行全面提升,以便于做到因材施教。

(四)能够充分挖掘各类体育人才

在此基础上,教师通过对高中体育教学中的“分层”教学方法的应用,能够有效而又充分地发掘出各种类型的体育人才。具体而言,在高中体育的实践和运用中,分层次的教学方式,不但能使更好地提升自身的体质素质,更能使学生更好地掌握广泛的体育知识,而且还能培养出高质量的体育精英,为我国将来体育事业的繁荣发展打下良好的基础。此外,体育教师将分层教学方法应用于高中体育的教学,能让高中体育的教学更具人性化、体系化和科学化。逐渐地,利用分层教学的方式,使拥有一定运动潜力和高水平运动技术的体育学生在校中脱颖而出,将一批高素质、高水平的体育人才提前培养并输送到高中^[2]。

二、分层教学法的理论根据

在实施分层教学时,高中体育教师应从学生的发展需求及实际情况出发,由于学生之间存在个体差异,其在生活与学习上都有较大的差别,教师往往会将注意力集中在同一课程上,而忽略了学生的学习进程,从而造成学生的学习水平不均衡,以及教育资源的均衡,因而分层教学法在高中体育教学中就显得尤为重要。“因材施教”的思想在我国古代就已颁布,只是由于当时的教育水平较为低下,师资力量不足,从而导致该思想无法在教育界广泛使用。分层教学法是根据学生不同的学习习惯及实际情况进行不同的教学,从而使每位学生都能掌握所学的体育知识;而且,教师应注重观察学

生的学习体育知识情况,从而保证学生全面素质与技能得以发展;要培养学生的自主性与适应能力,使学生能够自主地掌握自身的学习时间;要尊重学生的主体地位,并鼓励学生之间进行协作交流,从而促进学生之间的感情。

分层教学能够实现“因材施教”,使每位学生都能感受到自身的存在感,通过与同伴之间进行协作交流,可以使体育素质强的学生带动体育素质差的学生,同时也能让素质强的学生给素质差的学生给予鼓励与关心,这样既能为每位学生制订出自身的发展规划,又能有效地提升学生的整体素质,维护学生之间的和谐关系,从而可以改变以往高中体育教师只顾学生训练,而忽视学生的体能与素质不同的观念。同时,分层教学也能够将其与素质教育有机地融合在一起,从而使学生的培养目标更加清晰,以便于提高学生的体育精神,且能使学生的组织能力和适应性得以提升。

三、当前高中体育教学中存在的问题

(一)学校忽视体育教学,教学理念落后

在“应试教育”的传统思想下,学校只注重高考科目中的重点,而忽视对学生的体育锻炼,这与国家对现代化人才的需求不相适应,以至于制约着高中体育课教学的实效性。此外,学校的体育器材较为单一,简陋,甚至还存在着安全隐患问题。由于学校缺乏对学生的体育锻炼时间的机会,以至于使学生的体育热情降低,身体素质得不到有效的提高。

(二)教师教学方式单一,课堂教学缺乏有效性

目前,部分高中体育教学存在着教学内容单一、枯燥等问题,即以热身、跑步为主,再进行自由活动等项目。在体育教育中,体育教师不注重学生的身体素质与接受能力。而且教师一味地采用同一种教学方式,则将导致学生难以达到自身锻炼的需求。然而,由于体质弱的学生不能与教师的教学目标相同步,从而使其对学习体育锻炼技巧兴趣逐渐降低,以至于造成高中体育教师的效果不佳等情况。

(三)学生的体育运动积极性不高

在高中阶段,由于学生学习过程中所涉及的学科种类繁多,内容较为复杂,知识体系错综复杂,而且学生学习时间较为紧迫,从而给学生带来巨大的学习压力。由于体育教师在追求学生学习文化知识的同时,忽视了对学生的体育素质与技能的培养,以至于使学生参与体育活动的热情逐渐降低,而且部分学生甚至认为在高中设置体育课程将会影响到其他文化课的学习。

四、新时期分层教学法在高中体育教学的有效应用策略

(一)教师应始终秉承因材施教分层教学原则

在新时期的教育训练环境下,体育教师尤其要重视将“分层教学”的基本原理应用到高中体育教学中,并在此基础上,始终坚持“因材施教”的整体性教学选择。首先,教师在实施“因材施教”时,应根据高中生的体质状况和体能水平,为学生设定更加具有弹性的训练目标;其次,教师在教学过程中,应注重“因材施教”分层教学法时应当注重高效化管理,并把握好教学的总体方向。比如,在高中体育田径课“跑”的实训过程中,教师应依据学生总体身体素质及实际学习情况,可以在50米短跑中对男、女生体育锻炼标准进行分层教学,并对其进行综合评价。并初步将综合评价设置为:男生在50米短跑中成绩在8秒及格,女生在50米短跑中成绩在10秒及格。并在之后的训练中,逐渐提升学生训练强度和训练节奏,而且教师还可以对体育素质水平较高的学生设置7秒的目标,从而使具有运动天赋的体育生有更大的发挥空间。因此,体育教师运用分层教学方法进行教学,可以使不同学生的学习效果得以充分的提升,还可以使学生锻炼身体的兴趣得以提升^[1]。

(二)教师需要始终坚持普遍培养教学策略

从客观上讲,教师倘若想要让分层教学方法在高中体育课堂上

达到最好的教学效果,就必须坚持普遍培养的教学方针。尤其是在大力开展学生体育活动的同时,更要对广播体操进行强化、全方位的教学。同时,教师应按照有关高中体育课程的规定,对高中生进行一周三次以上的课程设置,使学生对广播体操、队列等课程有较好的认知。在此基础上,教师在全面坚持普遍培养体育教学策略的实践过程中,对体育优生、尖子生等进行全面的普查与关注,并对其进行更加系统化的专门训练,从而为学校的体育教学提供人才储备,以至于使分层教学的目的得以真正贯彻落实。

(三)教师应借助梯次进步分层体育教学法

从实际角度来看,在高中阶段进行分层教学,其首要目的和核心因素是促进高中阶段学生素质与体能的全面发展。教师在每一阶段都要遵循全面,合理,精确的教学原则,采用循序渐进的方式。在高中体育教学过程中,教师应体现教育体育的重要作用与意义,使学生能够在锻炼中提升自身的运动水平,以至于使其身心发展得到锻炼。与此同时,在教师采用循序渐进的教学方式进行分层体育教学时,还应将诸如足球、篮球、排球等团体和竞赛项目纳入其中。让高中生有更多锻炼身体与体能训练的时间。

(四)教师在分层教学中应优化配置择优录取

教师要想在高中体育的分层教学中真正达到并深入地进行,要注重“分层教学”的运用。而且教师应在体育教学过程中,在较为固定的体育课各项训练项目中确保普遍教学的基础之上,通过各项体育训练项目积极选拔和挖掘优秀的体育特长生。这就要求在分层教学法的基础上,制订更加详尽的课程,并为体育教师提供全方位的训练需求。具体而言,在进行一段时间的体育教学和对其进行观察分析之后,教师应为学生选择1-2项体育运动项目,并将其作为体育项目的核心重点内容,进而从体育均衡发展和学生体育水平全面提升的各个方面对资源进行优化。比如,在高中体育教学过程中,在实心铅球的训练中,体育教师应明确身体素质训练的要求与标准,将男生铅球标准设为8.40米,女生铅球标准设为5.04米。然而,由于目前存在诸多客观原因,使得教师在铅球教学中选择优秀人才存在一定困难系数。由于在扔铅球时,需要手臂、腰部和下肢三个方面进行科学的配合,才能取得最佳的投掷效果。也就意味着学生要具有强壮的臂膀与下肢力量。然而,女生都有一颗“爱美之心”,以至于使其在该项运动项目中往往会出现抵触心理,因而使学生对学习该项运动的积极性难以提升。因此,在高中体育教育中,教师应充分发挥学生自身的优势,以至于保留并有效地培养出优秀的投掷铅球人才,从而保证选择性录取、高质量、精准培养,为开展分层体育活动提供科学、有力的支持^[2]。

结论:

综上所述,如何在新时期的教育与教学环境中,发挥高中体育的“分层”教学的作用,是一项艰巨而又困难的任务。在高中体育教学过程中,教师要不断地进行探索、研究和创新,力求寻求更为科学、更为合理的分层教学策略和方式,并能让每位高中生能在体育的学习中得到科学的锻炼,从而使高中体育的整体质量和水平得以充分的提升。

参考文献:

- [1]周明明.分层教学法在高中体育教学中的应用探究[J].田径,2022(04):24-25
- [2]沈兆北.分层教学法在高中体育教学中的运用[J].新智慧,2021(36):75-77.
- [3]杨猛.浅析分层教学法在高中体育教学中的应用策略[J].天天爱科学(教学研究),2021(11):115-116.
- [4]庄清滨.分层教学法在高中体育教学中的运用[J].当代家庭教育,2021(28):125-126.