

分层教学法在中职体育教学中的应用

前言

在全民健身国家战略的指引下,体育课程已经成为教育领域不可或缺的一部分,对于学生的健康成长以及全面发展具有重要意义。为了促进体育教学的改革创新和长效发展,必须引进并采用先进性和科学性并存的教学方法。文章以分层教学法为研究对象,对其在中职体育教学中应用的必要性、优势以及具体路径进行全方位的探究。

关键词

分层教学法; 中职; 体育教学; 应用

新时代的人才不仅要具备丰富的知识与技能,更要具备强健的体魄,体育教学对于增强学生体质、锻炼学生身体发挥着积极的促进作用。针对中职院校的人才培养,应用分层教学法推动体育教学提质增效,对于学生身体素质的提高乃至学生未来的长效发展具有重要价值。

1 分层教学法应用的必要性

1.1 学生身体素质存在差异

由于性别不同、对体育锻炼的重视程度不同以及学习环境的不同导致学生的身体素质存在一定的差异,男性的体力一般比女生更有优势;热爱运动,经常进行跑步、打篮球等体育运动的学生往往比进行读书等室内活动学生的身体素质更好;乡村生活的学生通常比城市生活的学生具备更好的体质。而体育作为一项极为耗费体力的活动,对学生的身体素质有一定的要求,如果学生的身体素质达不到体育项目的要求,那么学生将难以完成项目考核,甚至会对学生的身体健康产生负面影响。相反,如果学生的身体素质远远高于体育项目的要求,无需练习就能轻松通过项目考核,学生将会无法享受到体育锻炼的乐趣,对体育课程的重视程度也会随之降低。因此,体育教学与学生身体素质相匹配是体育课程顺利开展的重要前提,教师要针对学生具有差异性的身体素质进行分层化的体育教学。

1.2 学生兴趣爱好的差异

在兴趣的指引下,学生能够以充足的动力,明确的方向以及实际的行动学习体育知识和技能,使自身成为参加体育运动、提高身体素质的鼓舞者以及监督者^[1]。学生作为独立的个体,其身体素质、个人经历及体育水平都有所

差异,这些差异会使每个学生都有自己所感兴趣并想深入学习的体育运动项目。尊重学生的兴趣爱好,通过分层教学法让学生自行选择学习的内容,能够改变学生对于体育教学的看法,学生在学习过程中不会产生不被重视、不受关注的想法,这样会在无形之中提高学生的课程参与度和积极性。进一步来讲,在积极配合体育教学的过程中,学生对于体育项目的兴趣逐渐转变为体育学习的乐趣,由此树立正确的体育观念以及体育思维,对学生身体素质的提高和未来的健康成长具有长远的发展意义。

1.3 中职学生的性格特点

中职学生正处于青春期的发展阶段,已经形成了较为独立的思想意识,并对未来成长发展有自己的想法,其性格特点影响着对体育学习的看法。在体育课程中,学生渴望展示自己的才能,以获得其他同学、教师的认可以及赞赏,并与同学建立良好的人际关系。然而,学生又担心因为自身体质不好、体育能力不足而难以获得优异的表现,甚至无法完成体育项目,进而被同学所嘲笑,这种想法与现实的冲突是学生融入体育教学最大的桎梏。除此之外,学生之间的身体素质以及体育成绩差异会导致部分学生出现自卑心理,产生自我怀疑、自我否定的现象,从而以消极的态度应对体育课程,使得体育教学出现学生不配合、效率不达标、成果不显著等情况。因此,通过分层化教学顺应学生的性格特点,对推动体育教学个性化发展具有深刻的意义。

2 分层教学法应用的优势分析

2.1 满足学生的体育学习需求

传统体育教学中“一刀切”的教学方法存在形式固化、

思想僵化、内容单一化等缺陷,无法满足学生多样化、个性化的学习需求,导致体育课程无法充分发挥运动调节心理方面的优势,反而给学生增加了更多烦恼,不利于其身心健康发展。分层教学法是因材施教思想的体现,根据学生身体素质和兴趣差异采用不同的教学方法,制定阶梯式课程目标,一切从学生的实际情况出发,能够充分满足学生的体育学习需求,使学生在运动过程中获得锻炼的快乐,感受体育的魅力,为学生的学习成长打下健康的身心基础。

2.2 强化教师的体育教学管理

在传统体育教学中,教师一般起着维护课堂秩序、保护学生安全的作用,教学形式以教师发布任务、学生自行锻炼为主,在这个过程中,教师在课堂中的管理作用被削弱,师生间缺乏良性的交互。在分层教学法中,为了达到更好的教学效果,教师要根据学生的个人特点进行定制化教学,重视对学生的引导,并充分发挥学生在教学中的主体作用。在这个过程中,教师需要对学生的身体状态、技能掌握情况、团队合作情况以及体育项目适应情况进行全方位的管理与监督,教师的管理功能得到有效加强。除此之外,教师通过精细化的管理帮助学生适应体育教学,有利于增强学生学习的自信心以及体育运动的积极性,学生更愿意配合教师的工作,使得教师的管理更容易得到具体落实^[2]。

2.3 加快体育教学目标的实现

开展体育教学的首要目标是提高学生整体的身体素质,让学生以健康的身心、强健的体魄、乐观的心态面对学习生活。在分层教学法中,把身体素质相近的学生进行分层,采用不同的标准、不同的方法对不同的学生进行有针对性的教学,学生可以在自己身体条件允许的情况下进行适量的体育运动,起到锻炼体魄、增强体质作用,并有效减少体育安全事故的发生。与体育水平相近以及兴趣爱好相同的同学一起进行体育活动,学生能够消除内心的自卑感,在实际体育项目中发挥并提高自身的体育能力,与此同时,学生积极投入集体性体育项目之中,有利于培养其集体意识以及协作能力,同时良好的合作与竞争氛围中享受体育学习的乐趣,在运动中快乐、在快乐中学习、在学习中成长,充分发挥体育育人的作用。

3 分层教学法的实际应用路径

3.1 将学生进行分层管理

将学生进行分层管理是分层教学法应用的首要环节,

分层过程中要采用科学的方法和合理的标准^[3]。教师应在体育教学开展前对学生进行身体素质测试,对学生的身高、体重、肺活量、跑步能力、跳远能力等多项体育指标进行测量与记录,并对这些信息进行分析,得出学生的基本身体素质情况。同时,教师要采用发放问卷或者面对面交流的形式对学生的兴趣爱好以及体育特长进行了解,把其中存在共性以及校园中易于开展的体育项目筛选出来。最后,教师要根据上述测试和调查得出的学生身体素质情况、兴趣爱好情况进行分层,并将分层的依据和结果告知学生,积极听取学生对于分层的意见与看法,在尽可能尊重每个学生意愿的前提下进行分层调整,充分体现分层的民主性、全面性、公平性。

3.2 将教学内容进行分层

对教学内容进行分层,以实现针对不同层次的学生进行个性化、定制化教学。教学内容分层要以学生身体素质的差异性为出发点,以学生的体育学习需求为落脚点,以学生运动能力提高和体育水平进步作为目标点,实现教学改革与学生成长的高度契合和协同发展。比如,在跑步教学中,对于身体素质好、能够轻松达标的学生,教师要发现并指出其在跑步中存在的细微问题,并给予针对性的改进措施,使得其跑步能力能得到进一步提高,让学生在一次次超越自我的过程中享受成功的喜悦,从而提高对体育教学的认可度;对于身体素质相对较差、难以跑完全程的学生,教师则向其传授相关的跑步技巧以及节省体力的方法,并对其进行积极鼓励,使其能够正视自己在跑步项目中的不足,并拥有足够的信心以及充足的动力提升自己。

3.3 将考核方式分层

对身体素质不同的学生以统一标准进行考核是不科学的,既会降低体育基础较好学生的考核重视程度,又会导致身体素质较差的学生丧失自信心,形成两极分化的现象。为了使分层教学法应用能取得更好的效果,教师必须把考核方式进行分层,以得出更具有科学性、更符合教育规律以及更切合实际情况的考核结果。考核方式分层最重要的就是考核标准分层,在制定考核标准时要灵活化、人性化,把上次的考核结果当作考核标准制定的参照物,把学生的进步情况作为重要的考核标准。在考核过程中,要采用过程性考核和结果性考核相结合的方式,将学生平时的体育课参与情况进行记录,并按阶段对学生的体育能力进行测试,最后把这些信息与学生期末的体育成绩相结合,对学生综合性考核,以得出较为全面的考核结果。除此之外,

需要明确的是,考核是方法而不是目的,在得出考核结果后,教师要对结果进行系统性分析,发现并改进当前分层教学中的不足之处,适当地调整分层及方法,与考核成绩较差的学生要进行深入交流,帮助其解决问题的同时提升自我。

3.4 课内外教学相结合

要推动分层化教学的贯彻落实,只利用课内时间是远远不够的,需要实现课内外教学的有机结合,才能推动体育教学提质增效,达到预期的教育成果^[4]。教师要对不同层次的学生设置不同的课外教学活动,引导学生积极对课上学习的内容进行复习,养成良好的体育学习习惯和体育锻炼意识。同时,要实现体育课程与学校运动会的融合发展,教师要从身体素质好、运动水平高的学生里面进行挑选,并针对性地对其开展体能训练以及技巧培训,进一步提高其运动技能水平,为其在运动会中取得良好成绩打下基础。通过学生广泛参与运动会来营造良好的体育氛围,使学生养成热爱运动的良好习惯,从而提高学生整体的体育素养。

3.5 完善体育基础设施

完善的体育基础设施是分层教学法应用的前提,是发展学生多样化兴趣爱好的必要条件。当前,中职院校体育

教学项目少的主要原因是基础设施的不健全,例如,球类运动局限于乒乓球、篮球、羽毛球等,足球、网球以及排球等运动因为场地缺少等原因并未得到广泛普及。同时,相对于室外运动,室内运动设施也极为匮乏,经常出现由于下雨等天气因素导致体育课程被取消的现象,原本课时就少的体育课程受这种情况的影响,更难发挥其帮助学生强身健体的作用。因此,中职院校应该与多方商业主体进行合作,从多方渠道筹集资金,合力配置体育基础设施,在确保体育设施数量的基础上同时,注意和把控体育设施的安全系数,把学生的生命安全放在第一位,为学生进行体育活动提供良好的运动环境,为体育课程的发展提供完善的基础设施。

4 结语

综上所述,中职学生的身体素质、兴趣爱好以及性格特点等现实因素使得分层教学法的应用具有极大的必要性,采用合理的措施来为分层教学法提供应用条件,以充分发挥分层化教学的优势是推动体育教学高效发展的必由之路。

文/杨凯(郑州市国防科技学校,河南郑州 450000)

作者简介:杨凯,男,河南郑州人,郑州市国防科技学校讲师,研究方向:体育教学。

参考文献:

- [1] 曲连珠. 试论分层教学法在高校体育教学中的应用[J]. 湖北广播电视大学学报, 2014, 34(3): 143-144.
- [2] 周贵祥, 徐高斌. 分层教学在中职体育教学中的应用[J]. 好家长, 2014(52): 241.
- [3] 杨志鹏. 中职体育教学中分层教学法的应用[J]. 文理导航(下旬), 2017(9): 93.
- [4] 孙毅. 分层教学法在中职体育教学中的运用探究[J]. 佳木斯教育学院学报, 2013(7): 422+425.