

分层教学法在河北体育学院 网球专业教学中的应用

前言

分层教学法是以学生的学习能力、当前实际技能水平作为分层依据,并针对各层次学生制定教学计划和教学目标,以促进学生学习成绩明显提升的研究方法。本研究以河北体育学院运动训练系网球项目学生为研究对象,通过问卷调查法、文献资料法和实验法等对比分析分层教学法 and 传统教学法对学生网球专项技术与运动兴趣的影响。结果表明分层教学模式能够使学生网球专项技术与运动兴趣获得显著提升。

关键词

分层教学法;河北体育学院;网球教学;应用

随着体育运动的多样化和国际化发展,当前的高校体育教学中已经普遍开始实施网球教学。但是在实践中,网球教学仍处于起步阶段,优化进展速度较慢,尤其是教学模式方面,传统的一刀切方法无法适应学生们的个性化需求,以相同的进度、内容和标准对待接受能力不同的学生,不仅对部分学生的进步形成制约,还导致部分学生掉队现象逐渐加剧,既无法提升网球教学的效率和质量,又不利于学生学习网球积极性的培养。网球教育应将提升兴趣作为基础,指导学生认可网球运动,乐于接受网球教学,顺畅而快速地掌握网球技术。分层教学法当前主要应用于篮球或足球以及田径项目的教学中,网球专业教学中的应用仅停留在选修课层面,缺乏教学实践的深度与广度。本文以河北体育学院网球教学为例,引用先进的教学方法对网球教学进行创新和优化,兼顾广大学生的个性发展,以兴趣培养学习动力,进而促进网球教学的发展。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

本文的研究对象是从河北体育学院随机择取的80名网球专业学生,并根据综合实力包括身体素质和技能水平等进行平均划分为实验班和对照班。实验前两班40名学生的综

合实力没有显著差异,教学实验时间为36学时。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

通过河北体育学院图书馆对体育教学类、体育理论类、体育测试与评价类书刊进行搜索阅读,以及在中国知网用关键词“网球教学”和“分层教学”进行文献搜索,获得当前分层教学和网球教学现状及最新的研究状态,为本研究奠定理论基础。

1.2.2 实验法

通过实验法,将80名研究对象分为实验班和对照班,两班各有40名学生。两班学生的实验前综合实力包括身体素质和技能水平等符合统计学标准,没有显著差异,经过36学时的实验后,再次对50米跑、1000米跑和立定跳远进行测试,以及验收正、反手原地击球和基本步法的技能,通过具体结果对两班成绩进行全面分析。实验法的教学内容、进度、方法和流程的设计均紧密围绕分层教学法开展,并多次向教练员和指导老师进行请教,经过不断优化最终确定出具有可行性和针对性的方案。

实验将每6个课时划分为一个阶段,即由6个实验阶段组成,实验班的第一个阶段和最后一个阶段与对照组相同,采取统一训练的模式。区别为,在第一阶段结束后,会对实

验班队成员展开身体素质和技能水平的测试，并根据测试结果将成员划分为提高组、普通组和基础组共三个小组，并在第二阶段对各组实施分层教学法。分层教学的小组成员并非固定的，在第二、三、四阶段结束后同样会有测试，根据试验班成员的测试成绩进行三个小组成员的调整和互换。第五、六阶段后不再进行分组，但是测试结果将作为实验的重要对比依据，为本文研究的进行提供真实数据信息。

1.2.3 问卷调查法

问卷调查的对象为80名研究对象，问卷内容包括学生对网球的学习兴趣状况、对分层教学的态度以及对分层教学法在网球教学中应用效果的认识等，问卷调查在实验前后分别进行一次，通过对比更够获得学生观点的成长信息。

1.2.4 数理统计法

根据问卷调查结果进行统计，并使用Excel软件进行分析获得论文的研究数据。

1.2.5 逻辑分析法

以访谈结果作为基础，并结合数据统计所得出具体信息对研究结果进一步分析，评估结果的科学性和逻辑性。

2 研究结果与分析

2.1 学生身体素质测试的结果与分析

实验前综合统计了80名研究对象的年龄、身高和体重等基本信息，并测试了50米、1000米和立定跳远等身体素质方面的成绩，具体结果如下表1所示：

表1 实验前两班学生基础与身体素质测试结果

项目	学生基础			身体素质		
	年龄 (岁)	身高 (厘米)	体重 (公斤)	50米跑 (秒)	1000米跑 (秒)	立定跳远 (米)
实验班	20.1	172.7	138.5	7.6	3.5	2.36
对照班	20.5	173.8	139.35	7.9	3.8	2.33

通过结果，可以直观初步了解到实验班和对照班学生的基本信息和身体素质整体状况相差不多，应用SPSS23.0软件对数据信息进行单因素比较分析， $P>0.05$ ，证实了两组结果不存在显著性差异，符合统计学标准要求。

2.2 实验前两班学生网球专项基本技术测试

根据网球基本技术、技能标准对80名研究对象进行正、反手原地击球测试，教练员借助先进的现代化仪器对技术动

作进行评分，实验前两班成绩如下表2所示：

表2 实验前实验班与对照班网球基本技术测试结果

班级	正手原地击球		反手原地击球	
	达标	技评	达标	技评
实验班	2.14	74.5	2.39	74.29
对照班	2.1	73.1	2.3	73.57

通过结果，同样可以直观初步了解到实验班和对照班学生的正、反手原地击球得分状况相近，实验前学生网球专项水平基本持平，证实了两组结果不存在显著性差异，符合统计学标准要求，

2.3 网球专项步法测试结果

实验前，对80名研究对象的网球专项步法进行了摸底测试，两班成绩如下表3所示：

表3 网球专项步法测试结果

班级	网球专项步法
实验班	15.15
对照班	15.35

通过结果可知，实验班和对照班学生的网球专项步法测试结果仅存在0.2的差异，证实了两组结果不存在显著性差异，符合统计学标准要求。

2.4 实验对象分层

本文从河北体育学院随机择取80名网球专业学生作为研究对象，并划分为实验班和对照班进行对比试验。其中，在实验班进行分层教学法教学，同时对对照班采用传统的教学方法。实验前对两班学生的基本信息和身体素质以及技术水平进行了综合统计和测试，根据分析结果证实不存在显著性差异。在为其36课时的试验中，实验班将每6个课时划分为一个阶段，并在每一个阶段后进行50米、1000米和立定跳远等测试身体素质，以正、反手原地击球和基本步法测试专项基本技术。根据第一阶段后的测试结果，在第二阶段将原有的实验班40名同学划分为提升组、普通组和基础组三个小组进行分层教学，并且在该阶段的教学根据小组成员状况针对性设计教学目标和教学要求。同样在第二、三、四阶段后进行测试，并根据结果进行小组成员的调整，然后在下一阶段的网球教学中实施分层教学。具体分层标准、教学目标和教学要求以及教学效果评估如下表3所示：

表 3 网球专业课分层教学实施方案

层次	学生分层	教学目标	教学要求	教学效果评估
提高组	网球基本功扎实、稳固，能力水平和身体协调性好	网球技战术掌握熟练，符合高校网球教学大纲标准，可以与常规的网球比赛	强化学生的进取心，培养积极性并实施自主学习，提升网球敏锐思维和综合能力的发展	阶段测试成绩5%+学习进步幅度2%+学习态度2%+理论1%
普通组	能够高质量地完成教学任务和教学目标，积极性较高的学生	网球的基本动作和技术以及理论知识、比赛规则全面掌握，能够自行应用、拓展和分析	动作标准规范，做到眼睛、头脑和身体动作协调统一，具有掌握赛场的基本能力	阶段测试成绩5%+学习进步幅度2%+学习态度2%+理论1%
基础组	身体基础较弱，而且能力水平有待进一步提高的学生	培养网球的学习兴趣、根据进度完成高校网球教学大纲所规定的教学目标和教学要求	引导学生从心理上认可网球，可以熟练运用基本动作和技术，能够积极主动地参与训练	阶段测试成绩3%+学习进步幅度3%+学习态度3%+理论1%

首先，提高组、普通组和基础组的首次划分是在实验班的第一阶段，即6个课时的网球学习之后，根据阶段测试成绩预实验前的成绩进行对比，获得进步幅度结果，公式为：进步幅度=(当前阶段结束成绩-当前阶段前成绩)÷当前阶段前成绩×100%，相应得分如表4所示，低于1%为不及格，不计入成绩、1%~2%为60分、2%~3%为70分、3%~4%为80分、4%~5%为90分、5%及以上为满分100分。进步幅度是实验班在第一阶段结束后分组的重要依据之一，在分层教学中，三个小组的发球技术、正反击球技术和基本步法的学习进度彼此存在差别，与小组成员的能力水平密切相关。第三、四、五阶段开始前会根据实验班成员的进步幅度进行小组人员调整，提高组的后三名与普通组的前三名进行小组互换，普通组的后三名则与基础组的前三名进行小组互换，形成优胜劣汰的良性竞争机制。

表 4 进步幅度对应得分表

进步幅度	1%	2%	3%	4%	5%
得分	60	70	80	90	100

2.5 教学实验

实验前对实验班和对照班进行基本信息统计和身体素质、网球能力水平测试，经过对比研究与分析，结果显示两者不存在显著性差异。

防止测试中的人为因素和心理因素干扰，教练员借助

先进的科学仪器对技术动作进行评分，实验组与对照组选用相同的训练器材和场地进行教学和测试，测试顺序由80名研究对象抽签决定。

为保证测试结果的科学有效性，对实验前及实验后的测试周期进行限定，所有研究对象统一进行测试，且在两天内全部完成，及时进行测试结果的统计和分析。

由经验丰富的网球教练进行教学指导和测试验收，保障实验的公平性和公正性。

2.6 实验结束后实验班与对照班各自的成绩状况

实验结束后，对80名研究对象进行正、反手原地击球及网球专项步法进行验收测试，教练员借助先进的现代化仪器对技术动作进行评分，实验后两班成绩如下表5所示：

表 5 实验后实验班、对照班各项成绩测试结果

班级	正手原地击球		反手原地击球		网球专项步法
	达标	技评	达标	技评	
实验班	3.21	79.73	2.98	74.29	14.05
对照班	2.53	75.27	2.29	73.54	14.95

通过结果可知，实验班和对照班学生的正、反手原地击球及网球专项步法测试结果出现了较大的差距。与对照班相比，实验班的各项得分都明显较高，证实了两组结果存在显著性差异，采用分层教学的实验班在正、反手原地击球及网球专项步法测试结果的得分显著高于对照班，表明在高校

网球教学中应用分层教学法具有显著的促进效果。

2.7 分层教学实验前后学生运动水平动机比较分析

在实验前后分别对 80 名研究对象展开了网球兴趣态度的调查，实验班和对照班的统计结果如下表 6、7、8 所示。

表 6 实验班学生兴趣态度调查统计

内容	组别	好		一般		不好	
		人数	比例 (%)	人数	比例 (%)	人数	比例 (%)
喜爱网球运动，能充分体验到网球带来的乐趣	实验前	13	31.6	19	46.7	8	21.7
	试验后	18	45	19	46.7	3	8.3
形成对网球运动的爱好与专长	实验前	19	46.7	12	30	9	23.3
	试验后	21	51.7	15	36.7	4	11.7
对网球运动的认识与基本技术掌握的程度	实验前	17	43.3	15	38.3	8	18.3
	试验后	20	50	17	43.3	3	6.7

表 7 对照班学生兴趣态度调查统计

内容	组别	好		一般		不好	
		人数	比例 (%)	人数	比例 (%)	人数	比例 (%)
喜爱网球运动，能充分体验到网球带来的乐趣	实验前	13	33.3	18	45	9	21.7
	试验后	17	43.3	15	38.3	8	18.3
形成对网球运动的爱好与专长	实验前	17	43.3	13	33.3	10	11.7
	试验后	19	46.7	15	38.3	6	15
对网球运动的认识与基本技术掌握的程度	实验前	18	45	16	40	6	6.7
	试验后	19	48.3	17	43.3	4	8.3

统计结果显示，学生参与网球训练后兴趣态度发生了较大的变化。首先，通过网球训练，实验组和对照组的成员在各方面都提升了对网球的兴趣，态度也呈现出明显的改善。其次，实验组的提升和改善效果比对照组的空间更大：“喜爱网球运动，能充分体验到网球带来的乐趣”方面，实验组提升了 13.4%，对照组提升了 10%；“形成对网球运动的爱好与专长”方面，实验组提升了 4.2%，对照组提升了 3.4%；

“对网球运动的认识与基本技术掌握的程度”方面，实验组提升了 6.7%，对照组提升了 3.3%。表示分层教学有助于高校网球教学中学生兴趣的培养与提升。

表 8 实验班和对照班学生兴趣态度调查统计

内容	组别	好		一般		不好	
		人数	比例 (%)	人数	比例 (%)	人数	比例 (%)
喜爱网球运动，能充分体验到网球带来的乐趣	实验班	18	45	19	46.7	4	8.3
	对照班	17	43.3	15	38.3	8	18.3
形成对网球运动的爱好与专长	实验班	21	51.7	15	36.7	10	11.7
	对照班	19	46.7	15	38.3	6	15

续表							
对网球运动的 认识与基 本技术掌握 的程度	实验班	20	50	17	43.3	6	6.7
	对照班	19	48.3	17	43.3	4	8.3

3 结论与建议

3.1 结论

3.1.1 分层教学符合新课标下对素质教育的要求

此教学模式在网球教学的过程中起到了非常大的作用，有助于培养学生参与网球运动的兴趣、提高学生的网球技术和专业素养，帮助学生形成稳定的技术动作，切实掌握网球运动项目。

3.1.2 采取合理、明确的分层式教学

合理、明确的分层式教学能使大多数学生提高自主学习的积极性，独立完成学习的过程中还能表现出合作探索的精神。在学生掌握网球技巧的同时还能对网球有更进一步的认知，同时使得网球运动文化有更深一步的推广。

3.1.3 制定教学目标

对网球专项学生基于其自身的身体素质、运动技能以及专项运动水平有针对性地制定教学目标，设计教学内容，能够使不同层次的学生网球基本技能与专项技能得到显著提高，分层教学法在河北体育学院网球专项教学中值得广泛推广。

3.2 建议

分层探究式教学模式是一种需要循序渐进的教学过程，所以在对网球运动教学的过程中，应先了解学生自身的状态，如学习态度、学习能力、对网球的认知水平及运动能力等多项因素，再根据这些因素使学生循序渐进，逐步提高。分层探究式教学模式就像一把双刃剑，并不适用于所有的教学。教学过程需根据不同的对象、目标等因素对其使用不同的教学方式。要对传统教学中较合理的方式与策略加以借鉴，以循序渐进的方式，使之相辅相成。分层探究式教学模式在网球的教学中，对教师也是一种考验。教师需先提高自身的专业知识、组织能力及应变能力，才能更好地运用该模式，体现出教师优异的执教能力。

文 / 汤印超（河北体育学院运动训练系，河北石家庄 050041）

作者简介：汤印超，男，河南临颍人，河北体育学院运动训练系讲师，研究方向：体育教育训练学。

参考文献：

[1] 刘滨. 普通高校网球选修课分层教学的应用研究 [D]. 武汉：武汉体育学院，2015.

[2] 邵安伟，张松奎. “快易+动态分层”教学法在大学网球课教学中的运用 [J]. 教育现代化，2019，6(89)：110-111+118.

[3] 罗艳琼. 不同基础条件大学生网球初学者分层教学研究 [J]. 当代体育科技，2019，9(7)：69-70.

[4] 王宇辰，周钟琳，刘亚楠. 高校网球公选课存在的问题与发展途径探讨 [J]. 当代体育科技，2019，9(11)：139-140.

[5] 韦闯，许新. 分层教学模式下高职院校网球课堂教学的改革与研究 [J]. 体育科技，2019，40(2)：163-164.

[6] 赵泽明. 关于我国青少年网球分层训练方法的研究现状 [J]. 当代体育科技，2016，6(18)：35-36.

[7] 万技. 分层教学在高校网球教学中的应用研究 [J]. 当代体育科技，2016，6(17)：40-41.

[8] 陈泉阳. 分层教学在普通高校网球教学中的运用路径分析 [J]. 长治学院学报，2017，34(2)：101-103.

[9] 董璐. 分层次教学在高职高专网球教学中的应用 [J]. 黑龙江科学，2017，8(7)：128-129.

[10] 李肖. 不同教学方式对网球初学者教学效果的研究 [D]. 北京：北京体育大学，2019.

[11] 张雪良. 分层教学法对网球教学的促进与应用 [J]. 青少年体育，2018(02)：91-92.