

# Exploration on the Value and Practice of Layered Teaching Method in Physical Education Teaching in Vocational Colleges

Fanjun Zeng

Zhuhai Technician College, Zhuhai, Guangdong, 519000, China

## Abstract

The widespread implementation of physical education courses in vocational colleges is a key way to enhance the overall health status of the population. Therefore, many vocational colleges have conducted comprehensive research and attempts on the teaching methods of physical education courses based on the specific and actual situation of their students. The backgrounds of students admitted to vocational colleges are more diverse than those in basic education, and their physical fitness and sports skills exhibit a wider diversity. It is difficult to achieve the expected results by extending the physical education teaching mode adopted during the basic education period to the higher education level. Given this situation, graded teaching methods are commonly used in physical education classroom teaching. The sports training facilities of educational institutions and the physical condition of students constitute the fundamental premise of graded teaching methods. Therefore, only by focusing on the specific conditions of schools and students can this teaching method be effectively supported in practice.

## Keywords

hierarchical teaching method; vocational colleges; physical education; practical analysis

## 分层教学法在职业院校体育教学中的价值及实践探析

曾繁骏

珠海市技师学院, 中国·广东 珠海 519000

## 摘要

在职业院校普遍实行体育课程是增强国民整体健康状况的关键途径。因此, 众多职业院校根据本校学生的具体情况和实际状况, 对体育课程的教学方式进行了全面的研究与尝试。职业院校所吸纳的学生背景比基教更为多元, 其体能状态和运动技能呈现较广泛的多样性。将基础教育时期采用的体育授课模式沿用至高等教育层面, 难以实现其预期的成效。鉴于该状况, 体育课堂教学普遍采用了分级式教学法。教育机构的运动训练设施和学生们体质状况构成为分级授课方式的根本前提, 于是唯有立足于学校与学生具体状况, 方可确保此种教学方法得到有效的实践支持。

## 关键词

分层教学法; 职业院校; 体育教学; 实践探析

## 1 引言

从目前的教育实际出发, 学校普遍根据学生的兴趣偏好来安排选修课程, 旨在实现基础教学的分层式教育目标。尽管该教学分层模式在实际应用中产生了部分效果, 但它并未能彻底消除学生个体差异的影响, 因此难以精确掌控固定课程的难度等级。立足此视角, 讲师需在洞察实际困境之后, 进一步加强职业院校体育教学中层次教学法的实践, 旨在提升教学成果并对学生的健康发展作出贡献。

## 2 分层教学法概述

分层授课方式乃是新一轮课程改革中涌现的创新教育

手段。这是关于教师基于学生整体的体能水平、潜在训练能力以及训练的独特性, 对学生进行分组安排, 以便在集体训练的环境下促进学生全方位能力的增长。分层的教学模式能够针对所有学生的学习需求提供有效的支持, 通过定制不同级别的课程内容, 激发学生学习的热情。然而, 鉴于学生各自的体质差异, 教育者在构建分级式教学计划时需坚守三大规则。注重学生主体地位。分层的教学理念本质上旨在促使所有学生积极投身于体育锻炼之中, 所以在规划差异化的训练项目时, 老师需以学生为中心, 考虑其实际情境来制定相应的训练方法。

此外, 要坚持遵守变革与进步的准则。在实施层次式教学策略的过程中, 由于学生在各发展阶段的体质差异明显, 且能接受的训练程度有所不同, 教育工作者应深入了解各个学段学生的具体体质状况和训练可承受度, 据此有针对性地优化和调整层次培训方案, 使层次教学的效果得到充分

【作者简介】曾繁骏(1990-), 男, 中国广东韶关人, 本科, 讲师, 从事体育教育教学研究。

发挥。

### 3 分层教学方法在体育教学中运用的意义

分层教学便是依据学生既有知识和能力范畴以及他们的潜在倾向,将学生按照能力相似划分到数个集体中,并给予差异化的关照,通过老师适当的分组方法和彼此之间的互动促使各集体达到最优的成长和进步。在体教过程中实行层次分化的指导,依据不同因素把学生编入不同小组进行专门的教学活动。由于学生入读中等职业学校前所处学习环境的千差万别,导致他们在体育课程方面的知识水平参差不齐。例如,部分学生之前接受的体育课程较为系统,到当前这一环节时已经拥有基本的体育知识。但也有学生在体育基础上存在不足。故此,采取分层教学法能使学生更有效地布置个人学业,教师亦能够针对不同学生的实际能力和水平进行有针对性的指导,这将有助于学生迅速适应体育学习的节奏,进而掌握更多的体育技巧。

## 4 职业院校体育教学存在的问题

### 4.1 学生主观能动性较低

职业院校的教学普遍实行计学分的方式,而体育学科也遵循这样的制度。一些同学在决定将体育项目列为自选课的过程中,通常不是因为他们真心热衷于体育或有浓厚兴趣,而是更倾向于认为体育科目容易通过,可以轻松地取得所需的学分。高校学生对体育学习的误解影响了他们参与这些课程的热情,难以实现与教师之间的有效协同。此外,学生的自主意愿不足同样影响了他们在体育活动上的偏好选择,像是适合各类体能水平的有氧健身舞、足球等项目更容易得到欢迎。这同样导致了一种不同的教育难题,那就是学生在自主选择的体育课程中分布极不平衡。前文所述的团体课程往往座无虚席,一旦开选即刻“一位难寻”,相反地,那些对个人标准较高或课程难度较大的班次则鲜有学生前往选修。学生在选择体育课程时的偏好不平衡也导致了高校体育教学力量分配的失衡。流行的课堂设置显然缺乏足够的教学人员和设施资源,为了获得教师指导的课程或者预定体育运动场,学生不得不付出更多努力。相反,一些非主流的体育专业面临着招收学生不足的困境,导致无法正常进行教学活动,有的甚至因为报名人数达不到要求而不得不终止开课。尽管职业院校不断增加对运动设施与支持的资金,仍然难以应对学生对体育的需求,由此产生了一个负面循环,这进一步放大了问题的负面效应及风险。

### 4.2 教学目标不适应学生多样性需求

职业院校的体育教育大纲强调以提高学生身体素质为教学重点,并要求学生主动融入各项体育学习活动。然而,观察真实情境,职业院校学生群体呈现多元化,既包括有着体育天赋的特优生,也涵盖了一般学生,乃至体质较弱、在体育领域有困难的学生。普遍学习者中,基本体能异同亦造成个体在持久力、快速力、运动技能诸多层面的差异化表

现。此种情形使得制定一致的教育目标难以符合众多大学生的需要。

对体育优秀的学生来说,学校在常规体育课程中难以促进他们的进一步提升;对于在体育上有难度的学生,学校缺乏根据他们的特点来设定的教学目标;由于忽视了学生群体之间的身体素质不同,教学目标的设定显得较为含糊,无法满足对体育课程进行有效评估的基本要求。在同一时刻,受旧有的教育理念所牵引,教师有限的注意力往往偏向于对体育有特长或具备优势的学生,这种偏向不仅加深了教育目的与学生多元化之间的脱节,还放大了问题发生时的不平等状况。

### 4.3 课堂模式及考核体系僵化

职业院校体育教育的授课方式相对固定,在教学内容、形态及课程安排诸多层面欠缺新意。现今,在普遍的体育课中,教学结构通常分为三个阶段:首先,指导学生开展热身运动或增强体能的训练;其次,由老师示范相关技巧或进行说明解说;最后,让学生根据所学进行模拟及实践操作。尽管此类授课法在实际操作中颇具成效,但是这一固定的教学模式未能有效激发学生的兴趣。经研究显示,同学们在入读职业院校后出现体育新兴趣的困难程度与陈旧的教学模式之间存在明显的正向联系。

相应地,现行的大学生体育课程评估制度并未达到完善且科学的标准。教师会以学生的健康状况或课程的完成情况作为具体的评估标准。举篮球课的例子,期末测验是由老师安排的,对学生们实施“定时三步篮”的测验,期望他们在3分钟之内尽量多地完成三步篮的投篮动作,最后的分数将被用来衡量他们的整体表现。这个评估方法对于那些拥有一些篮球知识的学生来说非常容易,他们可以在预设的时间段里取得比其他同龄人更高的成绩。对于刚开始接触篮球的学生来说,这个过程可能会比较艰巨,他们是否可以通过考试仍然存在疑问。固定的评估方式不能准确地展示出学生在职业院校阶段的运动训练成绩,这明显与职业院校创建运动训练的本意是不一致的。

## 5 分层教学法在职业院校体育教学中的价值及实践探析

### 5.1 通过分层提问增加师生课堂互动

教师应用分层教学法来优化教学效果,这样不仅能够减轻教与学之间的交流频率,也能够提升教师对学生的理解。具体来说,教师可以依照每一个教学环节的教学主题来制定层级化的问题,从而利用层级化的提问策略来增强教与学之间的交流频率。在实际教学过程中,教师需要根据体育教学的需求,遵循“由表及里、由浅入深,层层深入、环环紧扣”的策略进行提问,以确保不同认知层次和学习能力的学生都能有机会参与。所有级别的学生都需根据提出的问题去研究和学习,如此一来,他们在处理问题的过程中,可以

立即察觉到自己对某些知识的理解还不够深入,因此,他们会积极地和老师沟通,以提高课堂上的互动频率。例如,当讨论“健康与生活习惯”的话题时,老师能够运用阶梯性的询问策略询问学生:“你的健康习惯是什么样的?”“你们的日常习惯有没有一定的规则呢?”“什么样的生活方式才算健康?”这种逐步提高难度的方式,使得所有层次的学生都能与教师进行交流。在这个过程中,针对那些较为内敛的学生,老师需要更多地激励与赞扬,同时挑选恰当的询问方法,让他们有勇气去解答。

## 5.2 依据学生的特点,提高体育教学质量

教师在进行职业院校的体育教学时,需要密切关注学生的运动训练状态,并根据学生的个性化需求,制定出分层的体育教学和训练方案,确保分层教学法能够有效地应用于教学过程,以实现个性化教学。对于那些擅长跳高但不善于跑步的学生,教师需要着重提升他们的跳高技巧,充分利用他们的个性和优势,从而增强他们的跑跳技巧。对于那些热衷于长跑但不太擅长短跑的学生,教育工作者需要重视提升他们的长跑技巧,让他们拥有更强的跑步实力。根据学生的个性,设计分级的教学课程,让各个水平的学生都能发挥他们的优点,提高他们的身体素质和运动技巧。

## 5.3 充分了解学生的体育能力,划分学生层级

分层教学法的应用是根据学生的能力水平来设定教学目标,以便于执行有效的教学方法。通常层级教学法会把学生划分成三个级别:A级代表高质量级别,B级代表低质量级别,C级代表低质量级别。在启动真正的运动课程之前,老师必须将学生们按照小组进行测试,以便更好地理解他们的真实运动技巧,并且可以作为他们的等级划分的依据。

要确保分级教育的科学和公正,我们需要对其各个环节做出全面的评价。例如,对于体育活动的热衷程度、技巧和身体状况等。在进行调研评估时,教师能够利用问卷调查、课堂表现和信息反馈等手段,全面识别学生的个体差异。教师在完成评估任务后,需要对学生的基本资料进行研究并保存,以便为接下来的学生级别调整提供参考。依据学生的表现,我们将学生分为A、B、C三个级别。针对每个级别的学生,我们都能够适时地对他们进行升级,从而激发他们的积极性(出于尊重,所有的学生都希望自己能被归类到A级别)。所有的学生都是个别的个体,他们之间有着明显的区别,所以,在进行分层教育时,老师需要尽可能地起到指导的角色,帮助各个水平的学生执行各自的课程。

## 5.4 创新的教育方式,以学生的兴趣为基础

一般来说,相对于高中,大多数职业院校的运动训练区域更为开阔,这使得老师能够最大限度地发挥其场地的优越性,从而创建多样化的运动教学方法,确保运动教学的完整性。采用创新的职业教育体育教学方法,可以显著增强学生对于体育知识的热情,同时确保他们的全方位成长。在授课过程中,教师需要先借助一些理论知识来支持,从而为实际的教学打下坚实的基础。在高等职业院校的体育课程中,包含了诸如篮球、足球、田径、羽毛球和网球这样的多样化课程。

学生有权利根据自己的兴趣爱好来选择学习课程,以确保他们的学习积极性。老师需要在学生的实践活动期间,准确地跟踪他们的表现,以便能够即刻识别并处理出来的问题,并在课程的最后阶段作出归纳。“终身运动”被视为达成全面发展的关键途径,单靠课堂运动并不能彻底改善学生的健康状况,并且也不能真正贯彻“终身运动”的观点。所以,当教师达成教学目标的时候,他们也需要激励学生把一些课后时间用于体育活动。

## 5.5 改变评价方式,激发学生学习热情

依循传统的测验模式,校园对学生的综合素养和技术能力给予了更多的重视。然而,这并非能有效激励学生积极主动地学习。学生们在学习过程中往往仅仅是完成所赋予的任务,顺从教师设定的最后评价标准去学习,这对他们学习成效的提高帮助有限。在开展体育测验时,教练不宜恪守旧有评判尺度,应针对学生的不同水准将他们区分开来,并依据各自的级别给予相应评估。

## 6 结语

教师在职业院校体育教学过程中需要深度实施分层教学法,根据学生的体育技能和兴趣,将他们划分为不同的层次,并为每个层次设计相应的训练内容,分配不同层次的体育教学任务,以发挥各个层次学生的优点,使得各个层次的学生在原有的基础上有所提升,有效地掌握体育知识和技能,从而提升全体学生的体育技能。

## 参考文献

- [1] 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.
- [2] 皮飞霞.中职学校体育课实施分层教学法的实践与思考[J].现代职业教育,2016(14):104.