

大学体育课实施分层教学的理论与实践

吴晓阳, 于海涛

(山东工商学院 体育部, 山东 烟台 264005)

摘 要: 通过对 36 所普通高校大学体育课教学情况调研得知, 我国大学体育课分层教学仍处于小范围实施阶段。从《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010~2020 年)》看, 应注重因材施教, 推进分层教学; 通过对分层教学有效性的分析, 揭示分层教学是因材施教的有效方法。结合已有的理论和实践经验, 提出大学体育课分层次教学模式构建方案及实施策略。

关 键 词: 学校体育; 分层教学; 大学体育课

中图分类号: G807.4 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2012)06-0096-04

The theory and practice of implementing layered teaching in college physical education classes

WU Xiao-yang, YU Hai-tao

(Department of Physical Education, Shandong Institute of Business and Technology, Yantai 264005, China)

Abstract: From the survey of physical education class teaching methods used by 36 regular institutes of higher learning, it is known that layered teaching in college physical education classes in China is still at the stage of being implemented in a small range. From the perspective of the Outline of National Planning for Long Term Education Reform and Development (2010-2020), we should focus on student oriented teaching, promote layered teaching; by analyzing the effectiveness of layered teaching, the authors revealed that layered teaching is an effective method for student oriented teaching. By referring to existing theories and practical experiences, the authors put forward a model establishment plan and implementation strategies for layered teaching in college physical education classes.

Key words: school physical education; layered teaching; college physical education class

2010 年 7 月 29 日《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010~2020 年)》(以下简称《纲要》)正式向全社会发布, 提出了“优先发展、育人为本、改革创新、促进公平、提高质量”的工作方针, 其中育人为本是核心内容, 是教育工作的根本要求。《纲要》指出: “关心每个学生, 促进每个学生主动地、生动活泼地发展, 尊重教育规律和学生身心发展规律, 为每个学生提供适合的教育。”“注重因材施教。关注学生不同特点和个性差异, 发展每一个学生的优势潜能。推进分层教学、走班制、学分制、导师制等教学管理制度改革。建立学习困难学生的帮助机制。改进优秀学生培养方式, 在跳级、转学、转换专业以及选修更高学段课程等方面给予支持和指导。”^[1]可以看出《纲要》较以往更加注重“以人为本”, 注重“因材施教”, 关

心每一个学生的发展, 关注学生的全面发展, 并对分层次教学提出了具体而明确的要求。

随着《纲要》的颁布, 普通高校体育课正面临新一轮教学改革, 本文通过对分层教学的理论分析和实践调研, 阐明我国普通高校大学体育课推广分层教学的有效性和可行性, 并提出大学体育课分层次教学模式构建的方案及实施策略。

1 大学体育课实施分层教学的有效性和可行性

1.1 大学体育课实施分层教学的有效性

1) 分层教学面向全体学生, 使所有学生都得到应有的发展。

前苏联著名心理学家维果茨基的“最近发展区理

论”认为学生的发展有两种水平:一种是学生的现有水平,另一种是学生可能的发展水平。两者之间的差距就是最近发展区。教学应着眼于学生的最近发展区,为学生提供略带难度的内容,调动学生的积极性,发挥其潜能,超越其最近发展区而达到其所能发展到的水平,然后在此基础上进行下一个发展区的发展^[1]。基于维果茨基“最近发展区理论”,根据大学生现有的身体素质、专项知识、专项技能水平,结合学生的主观意愿,将体育选项课分为A、B两个层次,使两个层次的学生在原有的基础上都能得到应有的提高,使每一个学生都能向自己可能的发展水平发展,可以较好地解决大学体育课中存在的“吃不饱与吃不了”问题。

实践证明,大学体育选项课实施分层教学对大学生身体素质及运动技术水平的提高均有良好的效果。乔诚、许建生^[2]的研究显示:通过分层次教学显著提高了学生的运动素质和篮球专项技术水平。该研究同时显示,通过体育选项课分层教学可以显著提高学生的学习兴趣、自信心、创造性与合作意识等非智力因素水平。

湖北大学实施了选项课分层教学与课外俱乐部一体化的教学管理模式,经过5年多的教学实践,取得了令人满意的效果:学生喜欢体育课的比例由过去的80%上升到98%,学生的出勤率由过去的90%上升到100%,学生对体育课的满意度由过去的85%上升到100%^[4]。

2)分层教学充分考虑学生个体的差异性,有利于学生个性发展。

现代教学观认为学科教学作为教育的基本活动形式,其目标应全面体现教育的培养目标,体现教育功能的前瞻性,体现学生的全面发展。不仅要使学生掌握一定的知识技能,而且要发展学生的智力和体力,与此同时还要培养学生正确的世界观,形成健康的个性品质,即学科教学的最终目标是促进学生全面和谐的发展。教师不但要认识到学生是学习活动的承担者,他们在学习活动中能够表现出自身的主观能动性,而且要认识到学生之间存在差异,教师要尊重学生的个性差异。在教学过程中,教师要根据学生差异有针对性地进行教学,这样不仅有利于学生个性特长的发展与完善,而且有利于学生主观能动性的发挥,有利于促进学生的全面发展^[5]。

大学体育课实施分层教学正是顺应现代教学观的要求,充分考虑学生个体的差异,采用不同的教学内容和教学手段,因材施教。因材施教不是要减少学生的差异,而是要促进学生个性潜能的全面和谐发展,实际上,在有效的因材施教策略影响下,学生学习水平的发展差异可能会更大,在较适宜的学习条件下,潜能低者能够开发出潜能,潜能高者会发展得更快。

对于不同水平的学生采用不同的教学内容和教学手段,可使学生个性得到全面而充分的发展。实践证明,大学体育课实施分层教学可使大学生的身体健康状况改善,心理素质得到加强,有利于大学生身心健康及良好个性的发展。

1.2 大学体育课实施分层教学的可行性

1)大学体育实施分层教学具有独特的学科优势。

首先,大学体育课程已全面实施了体育选项课制或体育俱乐部制。2002年8月,教育部颁布了《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》,普通高校体育课程建立了在体育选项课基础上的多元化教学模式,大学体育课根据学生意愿,结合学校的客观条件,分设若干选项课供学生选择。调查显示,目前我国普通高校大学一年级开设体育选项课或俱乐部制的比例已经达到了97.2%,对伤病学生开设保健班的比例为100%。因此,大学体育课推广实施分层教学是在原有选项课的基础上,不会对高校的正常教学秩序产生太大的影响。

其次,大学体育课中教师与学生交互性较强。所谓交互就是交往和互动,教学中的交往是指“学校教学情境中师生相互交流信息、思想、感情和共享信息的活动,是实现教学目标的基本途径之一;互动是指在教学过程中师生通过交往而导致双方行为上互相影响、互相作用的过程^[6]。大学体育与其它学科相比较具有师生交互性强的特点,它是以身体的活动为主的教学过程。在教师与学生的交往互动中,教师可根据情况随时调整教学方法和练习内容。因此,大学体育课更容易进行课内分层教学,教师依据学生的具体情况,采用不同的教学方法和手段,使每个学生都得到相应的提高。

再次,大学体育课学生运动能力的差异特征明显。大学体育课程区别于其它课程的一个显著特点是它具有清晰可见的外部行为表现,学生可以根据运动过程和结果了解自身的运动能力和水平,从而正确地评价自己的运动能力,提高自我认识水平,同时教师也能较为直观地看到和评价学生的运动能力和水平。这一特点有利于实施分层教学时学生合理选课以及教师有效地进行宏观调控。

2)大学体育课实施分层教学得到师生普遍认同。

运用电话、电子邮件访问等方法,对北京、江苏、山东等地已经实施分层教学的普通高校中副教授以上职称的20名体育教师进行调研,结果显示绝大多数教师对大学体育课实施分层教学持肯定态度,认为分层教学总体上利大于弊的占95%,认为分层教学能显著提高学生体育课兴趣的占90%,认为分层教学对提高学生运动技能有效果的占85%,认为分层教学与传统体育选项课相比有较大优越性的占85%。

另有研究表明,在没有实施分层教学的学校学生的调查中有 69.90%的支持分层教学,只有 18.88%的表示反对,反对的理由主要是担心分层教学会使运动能力差学生受到歧视。教师中有 79.46%的人支持分层教学,只有 12.62%的表示反对。反对的原因主要是认为分层教学选课工作较为麻烦以及担心不利于低层次学生的发展^[7]。可见,普通高校体育课实施分层教学已得到广大师生的普遍认同,部分师生担心的问题,只要在课程设计时,采取针对性的办法,是完全可以解决的。

2 大学体育课实施分层教学的现状

运用网络搜索查看学校网页的方法,随机调研了包括北京大学、清华大学在内的全国 36 所普通高等学校大学体育课的教学大纲。调研的学校分布于全国 18 个省市自治区,地域覆盖范围较广,其中既有国家 211 工程的重点大学(12 所),也有由专科学校刚升格为本科的普通院校,具有一定的代表性。

当前我国普通高校体育课程教学模式呈多元化状态:体育选项课教学模式、选项课分层教学模式、学生“三自主”选课的体育教学俱乐部模式、课内外一体化模式(课内俱乐部与课外俱乐部相结合、课内选项课与课外俱乐部相结合)、基础体育课与选项课相结合模式等。实施体育选项课教学模式的占 41.67%,体育选项课分层教学模式的占 19.45%,体育教学俱乐部模式的占 13.89%,俱乐部课内外一体化模式的占 16.67%,选项课课内外一体化模式的占 2.78%,基础体育课与选项课教学相结合模式的占 5.55%。由此可见,大多数高校都是采用体育选项课教学模式,选项课分层教学模式尚未大范围实施。

调查发现已经实施选项课分层教学的学校存在体育课分层教学程度不够深入的问题,许多学校都是采用大一选项课初级班,大二提高班,大三选修高级班的授课模式,即大一选了某专项初级班合格后,大二才能进入该专项提高班学习,提高班合格后才能选修高级班。这样的教学模式并不能达到分层教学的目的,因为在大一的初级班教学中只是照顾了运动基础较差

的学生,没有考虑到学生的个体差异,会使大多数运动基础好的学生出现严重的“吃不饱”的现象。出现上述情况的主要原因是大一进行分层教学要对学生进行运动技能测试,实际操作中会使教师工作量大幅增加,实施起来困难较多。在选项课分层教学的实施过程中还会碰到其它问题。例如,低层次学生的心理问题,因为运动技能测试不达标而被分配到低层次的班级后,这些学生会产生被歧视的心理,进而对体育课产生畏惧心理,从而影响他们对体育课的兴趣;再如,体育课考试问题,由于不同层次的专项课考试标准不同,会出现运动技能差的学生比好的学生成绩还高的现象,这其实违反了教育公平的原则;还有,由于运动场馆和师资力量的限制,有一些学生会选不到自己满意的专项课,被迫调剂到自己不喜欢的专项课学习,大大挫伤了他们的积极性。

3 大学体育课分层教学模式的构建与实施策略

3.1 大学体育课分层教学模式的构建

当前大学体育课教学模式呈多元化状态,可供选择的模式较多,哪一种模式是新时期普通高校体育课较为适用的模式?针对这个问题咨询了同行专家 8 名,选项课分层教学和课外体育俱乐部一体化模式得到专家们的普遍认同。

湖北大学体育课实施“课内外一体化”模式呈现出“纵向 4 年不断线横向课内外一体化”的特点,具体做法是:大学一、二年级设立体育选项必修课和课外活动单项体育俱乐部,课外活动情况纳入当年(学期)体育课成绩评价指标;三、四年级开设体育选修课(包括理论与实践课),另外要求学生每学期至少参加一个课外俱乐部、每周至少锻炼 3 次、每次不少于 1 小时,学生锻炼 54 次即可获得 1 个课外体育活动学分,所得学分可与选修课置换,实现了课内外一体化^[8]。

在湖北大学体育课教学模式的基础上,参考其它高校实施分层教学的办法、结合大学体育课程实际情况,初步构建了大学体育课分层教学模式(见图 1)。

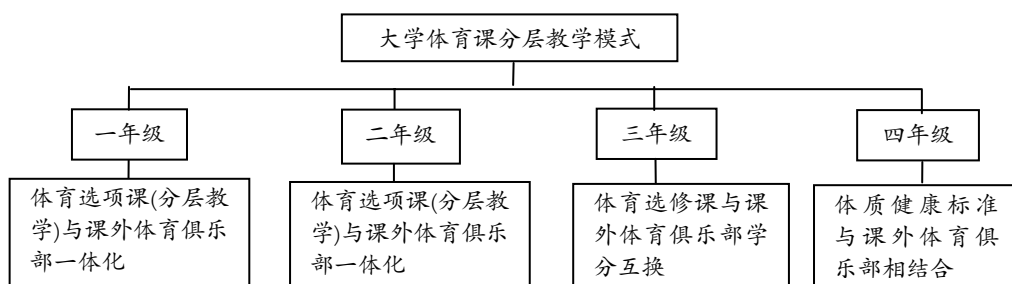


图 1 大学体育课分层教学模式

3.2 大学体育课分层教学模式的实施策略

1) 体育必修选项课(分层教学)分 A、B 两个层次。

为了实现大学体育课程的运动技能目标,为终身体育打下坚实的基础,对一、二年级的学生开设体育必修选项课(分层教学)。现行的选项课分层教学一般分为初级、中级、高级 3 个等级,分级前要先进行技术和素质测试,根据学生成绩进行分班。这样就造成中级班的人数较多,初级班和高级班人数较少,而被分到初级班的学生容易产生被歧视的心理。为了解决这个问题,将一、二年级开设的体育选项课分为 A、B 两个层次,A 级班的课程目标定在原初级班和中级班之间的水平上,B 级班的教学目标设定在原中级班和高级班之间的水平,选课时可不对学生进行水平测试,让学生自己选择 A、B 层次。这种分层方法的特点是重点照顾两头,让处在中间水平的大多数学生向两头靠拢,优点是既解决了新生分班前要进行运动技能测试的麻烦,又可有效缓解低层次学生的心理负担。

2) 教师定点辅导课外体育俱乐部活动,培训体育骨干。

课外体育俱乐部作为体育课的延伸和辅助,主要偏重于实现运动参与目标和社会适应目标,由于课外体育俱乐部学生参与人数较多,受场馆和师资的制约,教师进行集体辅导的困难较大,各个单项体育俱乐部可采用聘请教师定点辅导,并培训一定数量的体育骨干,然后由这些骨干负责组织、辅导俱乐部的活动,每学期末以创新学分的形式对这些骨干进行奖励。这种方法既可保证学生参加课外体育俱乐部活动的人数,又解决了学校场馆、师资等方面的困难。

3) 实行课内外结合的体育课程考核。

选项课分层教学与课外体育俱乐部一体化模式的优点之一在于体育选项课是必修课,课堂教学系统规范,便于学生掌握一定的运动技能和体育理论知识,在设计考核评价指标时要注重课堂教学这个中心环节,因此,一、二年级适当增加专项运动技能的考核,课外体育俱乐部作为体育课的延伸和辅助,起到提高学生兴趣,更好地实现运动参与目标的作用。三年级开设体育选修课,为更好实现大学体育课程的运动参与目标,提高了课外体育俱乐部的考核权重,且课外体育俱乐部的成绩可以与体育选项课互换。因为三、四年级没有必修的体育课,为更好地督促学生参加体育锻炼,逐年增加了体质健康标准的考核权重。从以

人为本的角度出发,考虑到四年级的学生面临毕业论文、毕业分配、考研等压力,减少了课外体育俱乐部的考核权重,且体质健康标准 80 分以上的学生可免修课外体育俱乐部(见表 1)。

表 1 大学体育课各年级考核内容及权重

年级	考核内容	权重系数
一年级	体育必修选项课	0.50
	体质健康标准	0.30
	课外体育俱乐部	0.20
二年级	体育必修选项课	0.40
	体质健康标准	0.30
	课外体育俱乐部	0.30
三年级	体质健康标准	0.50
	体育选修课或课外体育俱乐部	0.50
四年级	体质健康标准	0.75
	课外体育俱乐部	0.25

综上所述,课内分层教学与课外体育俱乐部一体化模式既符合分层教学、因材施教的教学原理,又能解决普通高校体育课教学实践中面临的诸多问题;课内分层教学与课外体育俱乐部一体化模式便于管理、能充分实现教学目标、合理利用场馆和师资、可操作性较强,值得广泛推广。但任何一种体育课程模式都不是一成不变的,需要在实践中不断改进和完善,在普通高校体育课教学管理模式改革的实践中要注意结合各自学校场馆、师资、地域特点等方面的实际情况,灵活运用。

参考文献:

- [1] 国家中长期教育改革和发展纲要(2010~2020 年)[EB/OL]. http://www.gov.cn/jrzq/2010-07/29/content_1667143.htm.
- [2] 杨连华. 关于高中学生课外自主学习的研究[D]. 济南: 山东师范大学, 2009.
- [3] 乔诚, 许建生. 大学体育分层次教学的探索与实践研究[J]. 北京体育大学学报, 2009, 32(6): 88-90.
- [4] 夏贵霞. 湖北大学公共体育课程“课内外一体化”教学模式的构建与实践[J]. 体育学刊, 2010, 17(2): 73-77.
- [5] 蔡长青. 新课程理念下教师优化知识呈现方式的研究[D]. 上海: 上海师范大学, 2008.
- [6] 刘新民. 中小学体育教学中交往的研究[D]. 北京: 北京体育大学, 2002.
- [7] 杨跃飞. 高校实施体育课分层教学可行性调查[J]. 中国成人教育, 2009(24): 161-162.