

大学体育分层次教学模式的探索与实践

杨效勇

(华南理工大学 体育学院 广东 广州 510641)

摘 要: 大学体育教育采取分层次教学模式, 将大学一、二年级学生按体育基础技术能力水平、身体条件分成 4 个层次进行针对性教学。将体育优秀的学生纳入体育单项协会, 在协会的活动中获得学分; 体育弱势生编入素质提高班, 采用小班盯、扶式上课; 体弱多病、伤残类学生开设体育保健课; 其余学生上常规体育课。此教学模式使不同层次、不同爱好、不同需求、因各种背景不愿参加体育活动以及体弱多病、伤残的学生在运动技能、身体素质等方面都得到不同程度的提高, 改善了体育课教学效率低、效果差, 学生不喜欢上体育课的局面。

关 键 词: 大学体育; 体育教学; 分层次教学模式; 体育协会; 学分

中图分类号: G807.01 文献标志码: A 文章编号: 1006-7116(2020)04-0117-04

Exploration and practice of multi-level teaching mode in university physical education

YANG Xiao-yong

(School of Physical Education, South China University of Technology, Guangzhou 510641, China)

Abstract: University physical education adopts a hierarchical teaching model, which divides first and second-year students into four levels according to the level of basic sports skills and physical conditions for targeted teaching. Incorporate outstanding sports students into the sports single-item association and earn credits in the association's activities. The disadvantaged sports students use small class staring and supportive classes; the frail, sick and disabled students set up sports health classes, and the remaining students take regular physical education classes. This teaching mode enables students with different levels, hobbies, needs, participate in sports activities due to various backgrounds, and frail, sick and disabled students to have different levels of improvement in sports skills and physical fitness, and improves physical education.

Key words: university physical education; physical education teaching; hierarchical teaching mode; sports association; credits

20 世纪 80 年代末 90 年代初, 素质教育的实施让上海部分中学拉开了我国分层次教育的序幕, 江苏、浙江和辽宁等地也逐渐开展了分层次教学实验研究工作, 并扩展到体育教学中。陶振华^[1]在《“分层次教学法”在体育教学中的设计与应用》中针对班级授课制不能充分照顾学生个体差异的弊端, 在体育课教学中进行分层次教学的尝试。马冬花^[2]在《分层次教学对高中女生体育教学效果影响的研究》指出通过体育课程分层次教学对克服优秀学生吃不饱、差生吃不消的被动教学局面, 提高学生运动素质, 增强困难生上体育

课的自信心有着显著的效果。路明等^[3]在《对高校体育教学中分层次教学模式的研究》针对普通高校传统体育教学模式存在的弊端, 改革教学模式, 采用分层次教学模式发展身体素质, 同时优化学生的个性发展, 培养竞争意识。朱富明^[4]在《高校体育教学实行分层次点课的作用》中提出在高校体育实行分层次、自由点课教学方法, 对实现学生体育兴趣自主化、培养学生学习兴趣和自信心、解决学生技能差异问题、增强教师的竞争意识等具有十分重要的意义。王强^[5]在《体育分层次教学模式初探》中认为体育分层次教学模式针

收稿日期: 2020-03-25

基金项目: 广东省高等教育教学改革项目(JY130302)。

作者简介: 杨效勇(1960-), 男, 副教授, 研究方向: 体育教学与训练。E-mail: xyang@scut.edu.cn

对学生的不同层次设计各自相应的教学目标、教学要求、教学内容、教学方法及教学评价,有效地解决学生中“吃不饱”和“吃不了”的现象,使每个学生的特长和能力都得到充分的发展。徐建平^[6]在《普通高校体育教学中应用“分层次教学”的实验研究》指出:根据体育教学的自身规律和特点,结合教育对象的发展性、层次性和差异性,在实践中不断完善和寻找符合现代人才培养的模式。乔诚等^[7]在《大学体育分层教学的探索与实践》针对大学体育教学的特点,在分析相关分层教学理论的基础上,具体探讨了分层教学的操作程序,并通过教学实践给以验证。但是多数研究体现在理论方面和单个项目的体育教学过程中,尚没有对大学公共体育课进行整体改革实践的先例。本研究申报了《大学体育分层次教学模式的探索与实践》省级课题,并进行校级操作层面的具体实践探索。

1 分层次教学模式的层次界定及方案设计

通过前期对学生的追踪调查,发现学生在体育学习中普遍存在一种现象,即:体育优秀生从入学到毕业,绝大部分保持原有状态;体育弱势生从入学到毕业其体育课、《学生体质健康标准》测试、课外体育锻炼没有得到改善;其他学生在体能与运动技能方面略有提升。由此说明:常规的体育课并没有很好地解决体育优秀生的再培养及体育弱势生的扶持与转化的问题。因此,如何区别对待、分层教学是高校体育教学必须思考的问题。

1.1 层次界定

本研究将大学一、二年级 12 000 名学生按体育基础技术能力水平、身体条件、主动参与运动的愿望分成 4 个层次。

1)第 1 层次(A类):体育单项协会(也称择优班,与学校学生处共管)。

学生界定:某一项运动技能和身体素质已达到本科公共体育课某项目现行考核标准的优秀水平(90 分以上),且自觉锻炼的意识强、表现欲强,经常参加体育竞赛与锻炼,且《体测》成绩 75 分以上的学生。

2)第 2 层次(B类):常规体育课。学生界定:运动技能和身体素质一般,经一段时间学习和锻炼有明显提高,达到某项目现行考核标准的优良和中等水平(70~89 分)。这类学生有参与体育活动欲望和行为,能主动参与体育活动。

3)第 3 层次(C类):素质提高班(体育弱势群体)。学生界定:身体无明显不适合常规体育运动,但运动技能和身体素质差,且参与锻炼意识差、害怕体育锻炼、平时几乎不运动、体育基本不及格、体质测试不

过关的群体。这一类学生态度消极,须在教师监督下才进行体育活动。

4)第 4 层次(D类):体育保健班。学生界定:体弱、过度肥胖、伤、病、残,经医生证明不宜参加剧烈运动的学生。

1.2 课程安排

A 类学生不再进行常规的体育课堂学习,而是在体育单项协会(羽毛球、网球、乒乓球、排球、武术、毽球、跆拳道、街舞社、游泳、足球、健身、篮球、体育舞蹈、轮滑、自行车、航模、瑜伽、健美操、夜跑等 19 个)组织下利用课余时间(上午 7:00-8:00,下午 16:00-18:00,晚上 18:30-21:30,周六、周日)安排锻炼和竞赛,指导教师协助协会制定每学期活动方案。协会负责人根据会员的出勤率、参与活动的基本情况如参与热情、协会竞赛组织、协会竞赛裁判工作和创造性的工作进行统计与考核,对每个成员进行体育成绩评定,记取体育学分,将协会每学期有计划组织的体育竞赛活动纳入体育教育课程,学校提供活动场地,每学期安排一次专家讲座。

B 类学生按照教育部文件要求进行选项课教学(开设 19 个运动项目)。

C 类学生小班盯、扶式上课,每班人数不超过 20 人,以心理辅导、健身、形体、游戏、体质测试类项目为主,要求教师与学生交流频繁、密切师生关系,引导与激励学生的学习兴趣。

D 类学生参加体育保健课程的学习。主要内容有水中健身、飞镖、木球、太极与养生、太极柔力球、奥林匹克文化等。

1.3 选课方式

1) A 类学生,申请、考核选课。

A 类学生来源:(1)在体育择优规定时间内报名,并通过某体育单项协会面试和选拔,成为体育择优生;(2)校运动队成员经申请免试成为体育择优生;(3)获体育课某项目任课教师推荐,经申请免试成为体育择优生。

体育择优期限:每学期择优一次。每学期结束,考核合格,获得学分,可以申请下一学期继续择优;考核合格,允许申请退出,下一学期进入普通体育课学习或加入其他项目择优班;考核不合格,需重修,下一学期进入普通体育课学习。

2) B 类学生常规网上选课,采用体育选项课教学。

3) C 类学生,体育课、体质测试不及格及其他常规体育班任课教师认为不适合上常规体育课的学生自动编入班级,安排在每周四下午第 5、6 节上课(学校公共时间)。

4) D 类学生, 持医院证明办理选课, 安排在每周四中午 12:30-14:00 上课。

2 结果与分析

通过两年 4 个学期的分层次教学, 教师反映良好, 特别是第 2 层次常规课教师感觉课堂教学顺畅, 教学

计划实施顺利; 第 1 层次指导教师感到体育单项协会的组织策划能力和活动热情远远超出预期, 各类活动井然有序; 第 3 层次教师认为对待体育弱势群体, 心理疏导、语言沟通很有作用。数据统计显示, 学生体育课成绩较改革前整体上升, 优秀率由原来的 21.00% 提高到 38.54%, 不及格率从 2.00% 下降到 0.68% (见表 1)。

表 1 学生成绩统计

层次	学期	人数	班数	优秀	良好	中等	及格	不及格	备注
整体(实验前)	第 2 学期	11 800	330	21.0	41.0	24.0	12.0	2.0	不分层次
第 1 层次	第 1 学期	1 980	19 个协会	98.0	0.7	0.0	0.0	1.3	不及格为伤病原因
	第 2 学期	2 000	19 个协会	96.0	2.2	0.0	0.0	1.8	
	第 3 学期	2 100	19 个协会	98.3	1.0	0.0	0.0	0.7	
	第 4 学期	2 200	19 个协会	98.0	1.2	0.0	0.0	0.8	
第 2 层次	第 1 学期	9 904	275	15.0	35.0	41.0	8.2	0.8	
	第 2 学期	9 889	274	19.2	37.0	38.2	5.0	0.6	
	第 3 学期	9 795	272	19.5	39.0	37.0	3.6	0.9	
	第 4 学期	9 701	269	20.3	38.0	38.0	3.0	0.7	
第 3 层次	第 1 学期	80	4	8.0	17.0	40.0	33.8	1.2	
	第 2 学期	68	4	10.2	19.0	41.2	28.6	1.0	
	第 3 学期	72	4	10.0	19.3	39.5	30.0	1.2	
	第 4 学期	54	3	11.8	18.9	40.2	28.2	0.9	
第 4 层次	第 1 学期	36	2	0.0	10.0	41.7	48.0	0.3	
	第 2 学期	43	3	0.0	13.0	45.4	41.4	0.2	
	第 3 学期	33	2	0.0	12.0	46.8	40.8	0.4	
	第 4 学期	45	3	0.0	13.0	46.4	40.4	0.2	

分层次教学模式对学生身体素质的提升也产生影响, 通过每年一度的学生体质测试成绩数据分析, 发现通过分层次教学后, 学生身体素质得到一定的提升, 《国家学生体质健康标准》测试, 达标率由原来的 75.2% 提高至 89.3% (见图 1), 也显示出分层次教学模式与常规公共体育课教学相比, 在提升学生身体素质方面具有优越性。

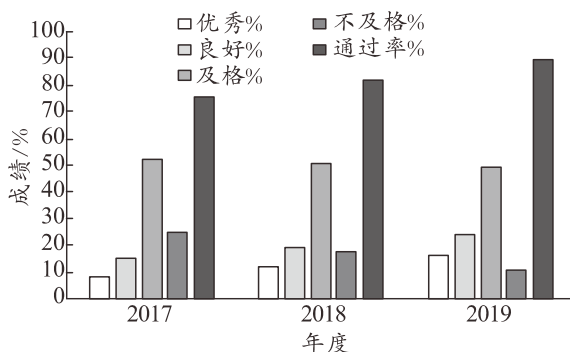


图 1 大学一、二年级学生体质健康标准测试成绩

课程改革理念的创新固然重要, 而如何真正有效地将课程理念落到实处则显得更为宝贵。提升体育课效率, 使不同身体条件的学生都能在体育学习中收益

是高校体育追求的目标。大学体育分层次教学的提出和尝试已有多年, 但实施规模有限, 多受于各学校有关教学文件的限制, 一是学生的体育学分必须是在常规的体育课堂学习才能获得, 是单一的学习方式; 二是教师开展多层面的教学、指导活动不能计算教学工作量; 三是不在学校教务处规定的每周一次体育课的固定时间上课, 学校不许可。因此也就造成大学生获得体育学分的单一性, 与教育部一再提倡的“学生可以通过多种途径获得体育学分”的文件精神不相符。

大学公共体育课进行分层次教学就是根据大纲和课程教学要求, 针对不同学生的接受能力、体育基础, 依据运动技术形成的规律及特点, 设计多层次的教学目标, 运用不同的教学方法, 实施不同的教学策略, 从而使不同层次的学生在自身基础上获得稳步提升与发展。分层次教学模式主要是解决体育优势学生继续提升和发展问题及体育弱势学生的转化问题, 同时也为中游水平学生群体开展的课堂教学减轻负担。

高校体育教学的目标是面向全体大学生, 达到大学生的身心全面发展, 高校常规体育课是实现这一目标的重要一环, 但面对身体素质参差不齐、对体育认知差异极大的广大学生采用统一内容、统一进度、统一

考核标准的整齐划一的教学模式就很难达到预期效果,教师上课需照前顾后,教学难度增加,教学效率与教学质量很难提高。“教”与“学”是一个双边的动态过程,学生是教学活动的主体,课堂教学中,要促使全体学生在原有的基础上有所提高,不能以牺牲一部分人的发展为代价而求得另一部分人的发展。因此,采用分层次教学模式就是将体育优秀生与弱势生从常规体育课中分离出去,让 A 类、C 类学生不再占用常规课堂资源。对于 B 类学生,教师就可以有更多的时间和精力对于同一水平层次学生进行更有针对性的教学。

层次教学关键是要给学生一个决心和自信。A 类学生在体育单项协会的组织 and 指导教师指导下学习,主要活动内容包括自学自练、学生间的相互切磋交流、组织分组竞赛、裁判培训、啦啦队培训、特色技能展示、校园体育活动服务(校运会、集体冬季长跑活动、体质测试及单项体育竞赛的宣传及裁判任务)。在实施过程中养成了良好的合作精神,学会人际交往,相互学习,相互帮助,共同提高;也培养了多批学生体育骨干协助体育教师参与学校开展课外体育活动的组织管理工作,使体育优势生的体育能力得到进一步发掘与提升,带动了全校学生参加体育锻炼热情,同时也为学校各运动队储备了后备力量。

目前造成体育弱势群体的原因是多方面的,包括教育体制、家庭、社会环境、学生生理和心理等因素,如传统的应试教育,只注重升学率忽视体育锻炼造成身体素质差;如家庭对子女的溺爱导致缺乏吃苦耐劳的精神和抗挫折的能力;如自身生理问题(身材、皮肤、外貌等)造成自卑;如对锻炼的意义和作用缺乏了解,认为有无体育锻炼无所谓,造成上课不认真甚至表现出逆反和对抗行为。高校体育教学中普遍忽视这一群体的特殊性,甚至把这类学生划分为“差等生、弱势生”当包袱来看待,导致这类学生情况更加恶化。因此,在分层次教学中实现体育弱势群体的有效转化具有极其重要的意义。根据调查这类学生群体在体育锻炼方面还是很渴望体育教师的关怀引导、激励与辅导。本研究对待 C 类弱势群体学生不灰心、不放弃,教学采用“心理辅导+身体形态+身体素质+游戏+发掘特长”为主的趣味体验式教学方法,班级人数为 15~20 人,充分激发学生主观能动性,利用课上的指导学习与课下的作业(素质练习视频展示),引导学生树立良好体育锻炼意识,及格率提升到 97%以上,实现了体育弱势生的有效转化。

D 类学生,是一个人数比例不高的特殊群体,身

体状态差异很大,教学内容无法统一,需开设体育保健班单独授课,课程设计与教学方式要切合实际。教师通过调查问卷,在征集学生喜欢参与的活动项目以及兴趣取向的基础上,与学生一起研究个性化教学方案,教师指导一般性热身运动,布置作业,让学生课下自己备课,利用网络资源查找各自力所能及锻炼项目,课堂进行讲解演练,教师辅助与指导,上课课下有机结合,教学效果良好,学生学习兴趣浓厚,产生实质性锻炼效果。

在高校实施“大学体育分层次教学模式”,根据学生个体素质和技能差异,区别对待,分层次教学,力求在某个层面上达到全体同学的均衡,极大地优化高校体育课程结构,让每一位同学都能够得到应有的提高和进步,从而体验成功的乐趣。大学体育教育采取分层次针对性教学模式,一是将 A 类优秀学生加入到体育单项协会,把参加有计划、有组织的体育竞赛活动纳入体育教育课程,记取体育学分;二是由于 A 类、C 类学生不再占用常规课堂资源,教师就可以有更多的时间和精力对于 B 类相同水平层次学生进行更有针对性的教学,使教学效率、质量有所提升;三是对待 C 类后进生群体不灰心、不放弃,充分激发学生主观能动性,引导学生树立良好体育锻炼意识,实现体育弱势生的有效转化。即好的放、中的抓、弱的扶,体现大学体育教育的务实性和有效性。

参考文献:

- [1] 陶振华. “分层次教学法”在体育教学中的设计与应用[J]. 上海体育学院学报, 1998, 22(S1): 228-229.
- [2] 马冬花. 分层次教学对高中女生体育教学效果影响的研究[J]. 北京体育大学学报, 2003, 26(2): 228-229.
- [3] 路明, 杨太兴, 冯远胜. 对高校体育教学中分层次教学模式的研究[J]. 哈尔滨体育学院学报, 2001(3): 63-64.
- [4] 朱富明, 张传峰. 高校体育教学实行分层次点课的作用[J]. 上海体育学院学报, 2003, 27(5): 211-122.
- [5] 王强. 体育分层次教学模式初探[J]. 思茅师范高等专科学校学报, 2004(3): 93-94.
- [6] 徐建平. 普通高校体育教学中应用分层次教学的实验研究[J]. 湖北体育科技, 2006(3): 357-358+361.
- [7] 乔诚, 许建生. 大学体育分层次教学的探索与实践[J]. 北京体育大学学报, 2009, 32(6): 88-90.