

# Differentiated teaching practice in junior high school physical education teaching

Fanqiang Zeng

Boya Experimental School, Shenzhen 518109, Guangdong, China

**Abstract:** This article explores the application and effectiveness of differentiated teaching in junior high school physical education. Through the case analysis of Boya Experimental School in Shenzhen, Guangdong Province, the study found that differentiated teaching can effectively address individual differences among students, enhance their interest in physical education learning and sports skills. Specific implementation strategies include designing personalized teaching plans, innovating teaching content and methods, and diversifying evaluation systems. Case studies have shown that differentiated teaching significantly improves students' physical fitness, participation, and satisfaction. Teachers face issues of increased workload and uneven resource allocation during the implementation process. Future research should expand the sample size and explore how to use technological means to further improve the efficiency and quality of differentiated teaching.

**Keywords:** Differentiated instruction; Junior high school physical education; Personalized teaching; Case analysis; Educational equity

## 初中体育教学中的差异化教学实践

曾凡强

深圳市龙华区博雅实验学校, 中国 · 广东深圳 518109

**摘要:** 本文探讨差异化教学在初中体育教学中的应用及其效果。通过对中国广东省深圳市博雅实验学校的案例分析, 研究发现差异化教学能够有效应对学生个体差异, 提升学生的体育学习兴趣和运动技能。具体实施策略包括个性化教学计划的设计、教学内容与方法的创新以及评价体系的多元化。案例实践表明, 差异化教学显著提高了学生的体能水平、参与度和满意度。教师在实施过程中面临工作量增大和资源分配不均等问题。未来研究应扩大样本范围, 并探索如何利用科技手段进一步提升差异化教学的效率和质量。

**关键词:** 差异化教学; 初中体育; 个性化教学; 案例分析; 教育公平

### 1 引言

随着教育理念的不断更新和发展, 传统的“一刀切”教学模式已逐渐不能满足学生个性化发展的需求。在初中体育教学中, 由于学生的年龄特点、身体素质、兴趣爱好等方面存在显著差异, 如何实施有效的差异化教学成为提高教学质量的关键。差异化教学旨在根据学生的不同特点和需求, 提供适宜的教学内容和方法, 以促进每个学生的全面发展<sup>[1]</sup>。因此, 探索初中体育教学中的差异化教学实践, 对于提升学生体育素养、激发学生运动兴趣具有重要意义。

本文以中国广东省深圳市博雅实验学校的初中体育教学为研究对象, 通过文献资料法、案例研究法、观察法和问卷调查法等, 系统地分析了差异化教学在

初中体育课程中的具体实施策略及其效果。通过对教师访谈和学生问卷的数据收集与分析, 深入了解当前初中体育教学中差异化教学的实施现状和存在的问题, 进而提出切实可行的改进措施。

### 2 差异化教学的理论基础

#### 2.1 差异化教学的定义与特点

差异化教学是一种以学生为中心的教学方法, 它强调根据学生的能力、兴趣和学习风格提供不同的教学策略、内容和产品。这种教学模式的核心在于认识到学生之间的差异, 并利用这些差异来设计教学活动, 以满足每个学生的学习需求<sup>[2]</sup>。差异化教学的特点包括灵活性、多样性和个性化, 它要求教师具备高度的教学适应性和创造性, 以便为学生提供量身定制

的学习体验。

## 2.2 差异化教学的理论模型

差异化教学的理论模型主要包括学习风格理论、多元智能理论和建构主义学习理论。学习风格理论认为学生在学习过程中有不同的偏好和习惯,教师应根据这些风格调整教学策略。多元智能理论强调智力的多样性,提倡通过多种途径来教授同一概念或技能。建构主义学习理论则认为知识是学生通过主动探索和实践构建出来的,教师应创造条件让学生在真实情境中学习<sup>[3]</sup>。这些理论模型共同构成了差异化教学的理论基础,指导教师在实践中灵活运用。

## 2.3 差异化教学与传统教学的比较

与传统教学相比,差异化教学更加重视学生的个体差异和自主性。传统教学通常采用统一的教学内容和方法,忽视了学生之间的差异,导致部分学生无法得到充分的发展<sup>[4]</sup>。而差异化教学则通过调整教学内容、方法和进度,使每个学生都能在其舒适区内挑战自我,实现个性化学习。差异化教学还强调评价的多元化,不仅关注学习结果,更重视学习过程和学生的自我评价。通过这种方式,差异化教学能够更好地激发学生的学习动机,提高学习效率。

## 3 初中体育教学现状分析

### 3.1 学生个体差异的现状

在初中体育教学中,学生个体差异表现在多个方面,包括身体素质、运动技能、学习动机和社交能力等<sup>[5]</sup>。这些差异受到遗传、环境、个人兴趣等多种因素的影响。例如一些学生可能天生具有较强的运动能力,而其他学生则需要更多的练习和指导才能达到相同的水平。学生对体育活动的兴趣也大不相同,有的学生热爱团队运动,而有的则偏好个人项目。这些个体差异要求教师在教学中采取不同的策略,以满足每个学生的需求。

### 3.2 教师教学方式的差异

教师的教学方式也是影响初中体育教学效果的重要因素。由于教师的教育背景、教学经验和个人信念的不同,他们的教学方法和风格也会有所差异。一些教师可能更倾向于使用传统的教学模式,强调技能训练和规则遵循;而其他教师则可能更注重学生中心的教学,鼓励学生探索和创新<sup>[6]</sup>。这些差异可能导致学生在学习体验和成果上的不同。

### 3.3 学校体育资源配置的现状

学校体育资源的分配对学生的体育学习同样具有

重要影响。资源丰富的学校能够提供更多样的体育设施和器材,为学生提供更广泛的运动选择。相反,资源有限的学校可能只能提供基本的体育设施,限制了学生参与多样化体育活动的机会。师资力量也是影响体育教学质量的关键因素,经验丰富的教师能更好地应对学生的个体差异,提供有效的差异化教学。现实中教师的专业发展和培训机会并不均等,这也在一定程度上影响了体育教学的质量。

## 4 差异化教学在初中体育教学中的应用策略

### 4.1 个性化教学计划的设计

在初中体育教学中实施差异化教学,首要步骤是设计个性化的教学计划。这要求教师对学生进行全面评估,包括他们的体能水平、技能掌握情况、学习动机和个人兴趣。基于评估结果,教师可以为每位学生或学生群体制定定制化的教学目标和计划。例如对于运动能力较强的学生,可以设定更高的技能挑战;而对于初学者,则重点在于基本技能的培养和运动习惯的养成。个性化教学计划的目的在于确保每个学生都能在自己的能力范围内获得适宜的挑战和支持。为了实现个性化教学计划,教师需要采用多种方法来收集学生的相关信息。通过体能测试了解学生的身体素质,如耐力、力量、速度和灵活性等。通过观察和问卷调查了解学生的技能水平和运动兴趣。与学生进行个别访谈,了解他们的学习动机和期望。综合这些信息后,教师可以为每位学生制定一个详细的个性化学习计划,明确短期和长期目标,并定期更新和调整这些计划以适应学生的进步和发展。

### 4.2 教学内容与方法的创新

为了适应不同学生的需求,教学内容和方法也需要不断创新。教师可以利用多媒体技术和互动式教学工具,使课堂更加生动有趣。引入游戏化学习和竞赛元素,可以提高学生的参与度和动力。例如利用AR(增强现实)技术,让学生在虚拟环境中体验不同的运动项目,增加学习的趣味性和互动性。除了技术手段,教师还应注重教学方法的多样化。传统的“一刀切”教学模式难以满足所有学生的需求,因此教师应尝试使用分层教学法、合作学习和探究式学习等方法。分层教学法可以根据学生的能力水平将他们分成不同的小组,每个小组进行适合其能力水平的训练。合作学习鼓励学生在小组中相互帮助,共同完成任务,培养团队合作精神。探究式学习则鼓励学生自主探索和发现问题,提高他们的自主学习能

力和创新思维。

### 4.3 评价体系的多元化

差异化教学的另一个关键方面是建立多元化的评价体系。传统的体育教学评价往往只关注学生的运动技能和比赛成绩，而忽略了学生的个人进步和努力。在差异化教学中，评价应该全面考虑学生的身体发展、技能提升、团队合作和运动态度等多个维度。

教师可以通过自评、同伴评价和教师评价相结合的方式，帮助学生全面了解自己的进步和需要改进的地方。自评让学生有机会反思自己的学习过程和成果，同伴评价则提供了同学之间的反馈和建议。教师评价不仅关注学生的技能表现，还应关注他们的努力程度和进步情况。

定期的反馈和家长会议也是评价过程中不可或缺的部分。通过定期的反馈，学生可以及时了解自己的学习进展，调整学习方法和目标。家长会议则为家长提供了了解孩子学习情况的机会，使他们能够更好地支持孩子的学习和发展。

### 4.4 资源与支持系统的优化

为了有效实施差异化教学，学校需要提供充足的资源和支持系统。学校应确保体育设施和器材的多样性和充足性，以满足不同学生的需求。学校应为教师提供专业发展机会，帮助他们掌握差异化教学的理念和方法。例如组织教师参加相关的培训和研讨会，邀请专家进行讲座和指导。此外学校还可以建立教师互助小组，鼓励教师之间分享经验和资源。通过团队合作，教师可以共同设计和实施差异化教学方案，减轻单个教师的工作压力，提高教学质量。

### 4.5 家校合作与社区资源的利用

家校合作在差异化教学中起着重要作用。学校应积极与家长沟通，让家长了解差异化教学的理念和方法，争取家长的支持和配合。例如通过家长会、家长信和家访等方式，向家长介绍差异化教学的目标和措施，邀请家长参与学校的体育活动和项目。学校还可以利用社区资源，丰富体育教学内容。例如邀请社区中的体育专家、运动员和教练到校进行讲座和示范，组织学生参观当地的体育场馆和俱乐部，开展社区体育活动和比赛等。通过与社区的合作，学生可以接触到更多的体育资源和机会，拓宽他们的视野和经验。

## 5 差异化教学实践案例分析

### 5.1 案例选取与背景介绍

本文的案例来自广东省深圳市博雅实验学校的初

中体育课程。该校体育部门针对学生体质差异明显的问题，实施了一系列差异化教学策略。背景信息包括学校的基础设施、师资力量、学生人口统计特征以及先前教学模式的局限性。该案例的实施时间为一学年，涉及三个不同年级的六个班级，共计约180名学生。

### 5.2 差异化教学实施过程分析

在实施过程中，教师首先对学生进行了全面的体能测试和兴趣调查，以便更好地了解每位学生的起点和偏好。基于这些数据，教师制定了个性化的教学计划，并为不同能力水平的学生提供了相应的学习材料和活动。例如对于体能较强的学生，教师设计了更具挑战性的训练计划；而对于体能较弱的学生，则提供了更多的基础技能训练和鼓励。教师还采用了小组合作学习，让学生在团队中相互学习、相互帮助。

#### 5.2.1 体能评估与兴趣调查

在学期初，教师对所有学生进行了详细的体能评估，包括耐力、力量、速度和灵活性等方面的测试。通过问卷调查和个别访谈，收集了学生对不同体育项目的兴趣和态度。这些信息帮助教师构建了一个全面的数据库，用于指导后续的教学计划制定。

#### 5.2.2 个性化教学计划的制定

根据体能评估和兴趣调查的结果，教师为每位学生或相似能力的学生群体定制了教学计划。这些计划不仅考虑了学生的当前能力，还考虑了他们的发展潜力和个人喜好。例如对于表现出特殊运动才能的学生，教师提供了更高级别的训练内容；而对于初学者，则侧重于基本技能的培养。

#### 5.2.3 教学内容与方法的创新

为了适应不同学生的需求，教学内容和方法也进行了相应的调整。教师利用多媒体技术和互动式教学工具，使课堂更加生动有趣。引入游戏化学习和竞赛元素，以提高学生的参与度和动力。教师鼓励学生参与到教学内容的设计和设计中来，让他们有机会选择自己感兴趣的运动项目，从而提高学习的主动性和乐趣。

#### 5.2.4 小组合作学习的实施

在教学过程中，教师特别强调小组合作学习的重要性。通过将学生分成不同的小组，并根据他们的能力水平和兴趣进行搭配，每个小组都能在互帮互助中共同进步。小组内部的协作和竞争激发了学生的学习热情，同时也培养了他们的社交技能和团队



合作精神。

### 5.3 案例效果评估与反思

经过一学年的实践,差异化教学取得了显著成效。学生的体能测试成绩普遍提高,参与度和满意度也有显著增加。更重要的是,学生的自我效能感和团队合作能力得到了增强。然而也存在一些问题和挑战,如部分教师在实施个性化教学时的工作量过大,以及部分学生对新教学模式的适应问题。这些问题提示我们在未来的教学实践中需要进一步优化教师培训和支持体系,同时加强学生对差异化教学理念的认识和接受度。

#### 5.3.1 学生体能与技能的提升

通过对学期初和学期末的体能测试结果进行对比,数据显示学生的体能水平整体上有了显著提升。特别是在耐力和力量方面,进步尤为突出。此外学生在各自选择的运动项目中的技能也有了明显的提高。

#### 5.3.2 学生参与度与满意度的变化

通过问卷调查和课堂观察,发现学生对体育课的参与度和满意度都有了显著提升。学生们表示,由于能够参与到更符合自己兴趣和能力的活动中,他们对体育课的热情更高,也更愿意积极参与。

#### 5.3.3 自我效能感与团队合作能力的增强

除了体能和技能的提升外,学生的自我效能感也得到了增强。他们在面对挑战时更加自信,能够积极寻求解决问题的方法。通过小组合作学习,学生的团队合作能力得到了锻炼,他们学会了如何与他人有效沟通和协作。

#### 5.3.4 遇到的问题与挑战

尽管差异化教学在实践中取得了一定的成效,但也暴露出一些问题和挑战。部分教师反映,个性化教学计划的制定和实施增加了他们的工作量。一些学生在初期对新的教学模式感到不适应,需要时间去调整 and 接受。

#### 5.3.5 对未来教学实践的启示

本次案例分析为我们提供了宝贵的经验和启示。差异化教学需要充分考虑学生的个体差异,制定合理

的教学计划。创新的教学内容和方法能够激发学生的学习兴趣 and 动力。最后小组合作学习是培养学生团队合作能力的有效途径。未来的教学实践中,我们需要进一步优化教师培训和支持体系,加强学生对差异化教学理念的认识和接受度。

## 6 结束语

差异化教学能够有效应对学生个体差异,提升学生的体育学习兴趣和运动技能。通过个性化教学计划的设计、教学内容与方法的创新以及评价体系的多元化,差异化教学促进了学生的全面发展。案例分析表明,差异化教学实施后,学生的体能水平、参与度和满意度均有显著提升。然而教师在实施过程中面临工作量增大和资源分配不均等问题。差异化教学在初中体育教学中的应用具有重要的实践意义和应用价值。它不仅能够提高教学质量,还能激发学生的学习潜能,培养学生的自信心和责任感。差异化教学有助于构建包容性强、适应性高的教学环境,满足不同学生的学习需求。在教育公平和个性化教育日益受到重视的今天,差异化教学为实现每个学生的潜能提供了有效途径。

## 参考文献

- [1]张倩.核心素养视域下小学数学差异化教学实践探究[J].试题与研究,2023(30):158-160.
- [2]王海燕,闫怡然,刘洁.小学数学差异化教学的有效策略[J].甘肃教育研究,2023(09):139-141.
- [3]胡天艳,周琳.小学数学差异化教学的策略研究[J].天天爱科学(教育前沿),2023(10):65-67.
- [4]尹志华,邸江辉.我国中小学生体育锻炼“形式化”现象的表现、成因与治理[J].天津体育学院学报,2023,38(04):418-426.
- [5]李晶,朱瑜,宫士君.北京市中小学生身体活动不足影响因素的层次分析[J].首都体育学院学报,2023,35(04):357-364.
- [6]邹师,谢佩伦,陈妍.中小學生体育家庭作业的认知、行为与效果[J].上海体育学院学报,2023,47(03):57-69.