

高校体育教学中的个性化教学策略研究

张勇

成都体育学院

DOI:10.12238/er.v8i5.6092

摘要：在体育教学过程中，针对学生能力的多样性进行明确识别与评估，基于此设立符合个体学习需求的目标，并结合多种教育技巧以及建立有差异的评估与反馈体系来推行个性化的教育方案。定制化的教育方式有助于增强学习成效与参与性，有利于个人才能的成长与创造力的培育，并能激发对知识的热情及自我驱动的学习技巧。在个性化的教学实践中，教师应扮演起促使学生学习的指引者和并肩作战的同伴，通过增进学生的积极参与和改善教育资源等途径来落实个性化的教育。

关键词：高校体育教；个性化教学；教学策略

Research on Individualized Teaching Strategies in College Physical Education

Yong Zhang

Chengdu Sport University

Abstract: In the process of physical education, the diversity of students' abilities is clearly identified and evaluated. Based on this, the goal of meeting individual learning needs is set up, and a variety of educational skills and a differentiated evaluation and feedback system are combined to implement personalized education programs. Customized education helps to enhance learning effectiveness and participation, is conducive to the growth of individual talents and the cultivation of creativity, and can stimulate enthusiasm for knowledge and self-driven learning skills. In the individualized teaching practice, teachers should play the role of guides and companions to promote students' learning, and implement individualized education by enhancing students' active participation and improving educational resources.

Keywords: college physical education, personalized teaching, teaching strategies

在高校教学体系中，体育课程的比例虽然有限，然而它在塑造和提高学生们整体的身体健康方面扮演了至关重要的角色。现代社会进步，对高质量人才的渴求迅猛上涨，体能与学术能力并重，因此高等院校必须深化体育课程的创新研发，以增进学生的体质，且不得不对传统的体育课程体系实施革新，并严格遵循体育改革的教育标准。改造老旧的体育授课方法后，高等院校在体育教学改革方面有了一定程度上的突出表现，然而观察总体的革命情形，大多数院校仍未能创造属于自己的课程特色，仍面临一些教育手段上的难题。因此，众多高等教育机构若愿意向社会输送更多优秀人才，便须持续进行革新。

一、高校体育个性化教学的意义

近期，众多高等教育机构纷纷启动体坛课程的革新，普遍倡导突破常规的授课方式，在秉承以学生为中心的教学理念、在人本教育的理念指引下、在适才适教的原则影响下，多数高校的体育教师已普遍意识到顺应学生各自的特点和需求进行个性化教学的必要性。然而，在教育活动中，

他们通常难于精准掌握个性化教学的真正含义。个性化的教育理念本质上讲究对学生独特性的重视，强调针对学生的独特兴趣和真实需求实施教学，换言之，教师应依学生所愿传授相应知识。在个性化的学习方式中，我们更鼓励一种根据个人特征自我引导型学习。教育者有责任尊重学生各自的独特性，并致力于打造一个公正而开放的教学氛围，在这样的氛围里，学生可以自由地进行思考和实际操作。通过这种方式，在独立探索和手头操作的过程中，学生有望提高自己全面的能力水平。

二、个性化教学在高校体育教学中贯彻实施的可行性分析

初始地，若从生理学的视野切入探讨，可见每位个体皆拥有其独特的性格特质，这种性格是实际存在的。伴随着个人成熟的过程，这些性格特质亦将逐渐展现出其变化和演进的轨迹。学生群体亦然，其性格随着岁月增长，经历累积以及教育的熏陶，也将持续经历转型和调整。高等教育阶段的学生与基础教育阶段的学生有所区别，许多人进入大专院校

学习后，便步入了校园寝室生活。在这一新环境中，他们展现了较高的自立和自我管理能力。然而，由于缺乏社会实践经验，他们的独立和自治能力常常显得任性，未能达到成熟的心理水平。如果缺乏教师的积极引导，这些青年学生易于走失方向，对自我的认知也可能变得模糊。另外，鉴于高等学府的学生们源自全国各地，分属不同的家庭背景，他们的性格个性因成长与学习的环境差异而形成多样性，这种个性多样性进而催生了他们在体育兴趣、偏好及学习动机上的不同。站在这一视角进行考察，若期望利用高校体育课程培育学生形成优秀的性格特质，那么就应当推行定制化的教学方案。再者，目前高校体育课程的改良正在如燃烧的火焰般热烈进行，改良过程始终着重于提升学生的核心地位，重视激发学生独有个性化的成长。这些高等院校体育教学改革的指南观念为高校体育课程个性化授课的实施提供了理论依据，从而大幅促进了具有个性化特色的教学活动的展开。

三、体育课堂中的个性化教学策略

（一）学生能力差异的识别和分析

在执行教学职责时，教师需要利用观测、考核及评价等手段，掌握学生的学习风格与能力程度。采取此举旨在优化对学生学业追求的满足程度，并定制符合他们个人特点的学习目的与教案。对学生进行观察是了解其学习风格与行为惯性的关键方法。经由细致观测，教师能够识别出学生在学业追求中所表现出的兴致偏好、态度以及个人学习方式的独特性。通过观察，教师能够掌握学生在上课时的投入与注意力水平，以及他们对各类教学材料的响应和领悟深浅。透过观测，教师能够对学生的学习习惯有一个初级认知，这为接下来的考核和评价奠定了基础。评价学生学业成就与能力水准的一个有效手段是进行考核。考核分成格式化和总结性两个不同的类别。格式塑造性评估为在教育活动进行时实时进行，其目的是监控学生的知识掌握程度，识别难点并迅速作出适当的干预。教师能够借助小型课堂考核、实践练习以及课后作业等多种评估手段，掌握学生对于课程内容的理解水平和领悟能力。相对的，总结性评价则旨在对学习结果进行综合概括和分析，例如期末测验或课程项目的提交。考核的实施让教育工作者能够公正地衡量学生的学业表现，并获取学识层次与技术能力的掌握数据。借助这批资料，老师能够更精确地掌握学生在学业上的短板与所需，这成为定制个别化教学计划的参考数据。评价过程涉及对学生的学修旅程及其成就进行全面的审视。考核方式既可以采用教授的评估也可涵盖同学互评的模式。教育工作者依据学子实际教育活动中所显示的技能与所取得的效果进行评判与回响，即为所谓的师资评鉴。伙伴互评涉及学生间的互相审视与反馈交流，有助于相互促进学业进步和个人发展。经过考量，教师能够深入

掌握学生的教育进程，审视学习进展及其未来成长的可能性。测评反馈能助力教师洞悉学生各自的长处与短板，进而针对他们的不同特点拟定定制化的学习目的与教案。

（二）不同教学方法的运用

教师能够依据学生各自的学习风格和所需，运用多样化的教育手段来给予针对性的辅导。体育教学课程里技巧性练习环节，尤需重视此事。教育工作者采取多样化的教学策略，如小组活动、一对一辅导与自我探究等，以更有效地迎合学生多样的学习要求，并推动他们的技能进步与发展。通过小组练习方式施教，这是一种普遍采用的授课手法，旨在针对学生各异的技能程度与兴趣偏好进行调整。教育者能够按照每一小队的特色，针对性地拟定具体的学习任务和练习材料，前提是先将学生分成若干小组。在技巧培养的过程中，采用小组练习的方式能够创造合作学习的环境，促使学员在小组活动中互相帮助和共同合作。在小组学习过程中，教授能依据学生各自的能力水平进行分组，以此促进更具互动性的学习环境，并可对各小组的具体情形实施针对性的指导及回馈。一对一辅导是专为某一位学生定制的教育手段，能够更细致地迎合该学生的独立需要。在技巧培养过程中，教授有选项采取单独辅导学员或以小组形式予以点拨。经由一对一辅导，教师能够更深入掌握学生的学习状况与能力层次，进而给予定制化的评价与引导。

（三）差异化评价和反馈机制

教育者需针对学员的学习独特性及其所需，实行个别化的评估与反馈方法，以便提高学生在体育教学中的技术练习效果。经由一对一的评估与回应，教育者能够给予详细且有针对性的辅导，协助学生迅速侦察并改正个人的缺失，进而增进教学成效。单独评估就是对每位学生开展专门的审视与解读。在技术培养过程中，教员能够借由监察学员的行为、记载资料以及开展考查等手段，来对每位学生的技艺程度作出评价。经由逐一评估，教育者能够掌握学生各项技巧的长处与短板，从而拟定针对性的提升方案。采用这样个性化的评估方式能够更精确掌握学生的学习状况，并据此给予具有针对性的反馈与指引。少数意见在评论根据之上，为学生提供详细指引和忠告。教育者有能力根据每位学习者的具体表现，给出详尽的评价，并针对他们技能练习的不足之处及优化的途径提出建议。接受针对性的指导，学生能够明白自身存在的缺陷，并掌握提升的策略。此类定制化辅导能助力学员技艺精进，且促进自我信念的增强。实时反应是区分评估和反馈体系的关键属性。教育工作者应当在学生完成技巧练习之后迅速提供评估和回应。采取这种做法能够保障学生对个人成绩的正确评估，并能够迅速地修正不当之处。适时地给予评估与回响能够预防学生养成不良习惯，并且提升了他们

们的参与感与学习积极性。需适度注意到学生情绪需求的是部分的评估和回响。当老师进行点评及反馈之际，需谨慎挑选措辞和方法，以免损害学生的尊严和信心。教育者能够通过激励性的措辞来突出学生的提升与飞跃，与此同时，也提供明确的优化建议。注重学生情感层面的需求，针对性的评论与回应更有助于提升学生的学习热情和主动性。

四、体育课堂中的个性化教学实践

(一) 学生参与度的提高

因应每位学生的独特需求，个别化教育策略被实施，此法可以增强学生的学习投入。采取构建学习挑战、协同分组及专项辅导等多种策略，教师可以点燃学生对知识的渴望并促使其积极参与，进而促进教学成果的提升。教育者设定了特制的教学课题，能够激发学生的自发性和热情。在学习过程中，学生往往表现出更高的积极性，这是由于他们觉察到所从事的任务与个人的爱好、潜力及所追求的目标相契合。教育者能够考虑到学员们的兴趣点、学习的目的以及他们的能力水准，创设兼具挑战性又易于执行的课题，激发学生自发地进行研究和对问题进行应对。定制化的学习课题能够唤起学生们的好奇感与渴望知识，从而提升他们的学习兴趣。通过把学生编排进不同的小组开展协作任务，可以促进他们在相互协助和学习的过程中增强彼此的沟通与互动。小队中，同学们能够相互交流、互通所学，并合作达成教学活动的目标。协同学习的模式可以唤起学生们的协作觉悟和集体荣誉感，增强他们的学习投入感。小组成员之间的相互帮助和相互竞争同样能够激发学生的求知欲，推动每个成员的发展与提高。

(二) 教学资源的优化

因应每个学生独特的训练诉求，教育者需营造个别化的教学内容与工具，以适应不同的学习需要。体育教学过程里，这个方面显得尤其关键。教育者能够根据学生各自的技能水平和兴趣偏好，通过配备多样化难易程度的训练设施，有效促进其个性化教学进程。老师能够挑选各种难度级别的健身设备以顺应学生各异的锻炼要求。在技能培养方面，学生们或许正分布在各异的技术熟练层次上。部分学生或许正处于

起步学习期，需借助简易设备来进行基本练习；另一部分学生或已熟练基础技巧，需要尝试更加复杂的设备以促进技能提高。教育工作者能依据学生的具体实际，供应多种程度的设备，让所有学生都能够在符合个人能力的场合里面接受培训。教育者能够依照学生各自的兴趣点来提供定制化的学习材料。各个学生可能对体育课里某些特殊环节产生各异的偏好与热忱。教育工作者能够依据学生所感兴趣的领域，推荐相应的教学材料，以此点燃他们对知识的渴望并促进自发性学习。

五、结语

依据各位学生的独特学习风格与所需，定制具有个性的学习计划与教育策略，能够增进他们的学习成效并加深其学习投入。因应每位学生特色进行的教育方法与实际运用能够促使学生个性成长与创意思维的提升，并能激活学生对知识的求知欲和自我学习的动力。教育科技进步及个性教学理念广泛传播的情况下，体育教学中实施个性化指导的做法预期会继续增长并得到优化。

[参考文献]

- [1]王爱萍,祝安凤.基于SIT理论的高校体育课程思政教学互动策略探究[J].广州体育学院学报, 2023, 43(6):44-51.
- [2]陈淑婷.高校体育教学促进体育文化传播的内涵及策略研究——评《高校体育教学与体育文化融合发展研究》[J].教育理论与实践, 2023, 43(33):F0002.
- [3]黄从亮.大学体育教学中健康营养教育的重要性与实践策略[J].食品工业, 2024, 45(6):188-191.
- [4]唐丽.大学体育教育中存在的问题与解决策略分析——评《高校体育教育创新理念与实践教学研究》[J].中国教育学刊, 2021(5):1.
- [5]吕秀娟.全纳教育理念在高校特殊体育教育教学策略中的应用[J].中国测试, 2021, 47(4):后插3.

作者简介:

张勇、1972.11.16、男、汉、安徽省阜阳市、副教授、硕士、武术与民族传统体育