

剖析高校体育教学中体能教学评价体系现存问题

牛艺伟

兰州工业学院

DOI:10.12238/er.v8i11.6578

[摘要] 当下时期学生有着前所未有的学业压力, 学生心理健康问题日渐显现。高校阶段这一时期正是学生身心发展、价值观形成的关键, 情绪调节能力的培养对学生未来的成长影响深远。体育运动是一种积极、主动的活动方式, 能够很好促进学生心理健康、改善其情绪状态。本文在剖析高校体育教学中体能教学评价体系现存问题的基础上, 进一步阐述剖析高校体育教学中体能教学评价体系改进方法, 旨在促进学生的全面发展!

[关键词] 高校; 体育教学; 体能教学; 评价体系; 问题

中图分类号: G807.4 文献标识码: A

Analyze the Existing Problems of Physical Fitness Teaching Evaluation System in College Physical Education Teaching

Yiwei Niu

LanZhou Institute of Technology

Abstract: At present, students have unprecedented academic pressure, and students' mental health problems are becoming more and more obvious. The period of college stage is the key to the formation of students' physical and mental development and values. The cultivation of emotional regulation ability has a profound impact on students' future growth. Sports is a positive and active way of activity, which can promote students' mental health and improve their emotional state. Based on the analysis of the existing problems in the evaluation system of physical fitness teaching in college physical education, this paper further expounds and analyzes the improvement methods of the evaluation system of physical fitness teaching in college physical education, aiming at promoting the all-round development of students!

Keywords: universities; physical education; physical teaching; evaluation system; the problem

引言

最近几年来, 国家和社会各界都非常关注和重视体育教育, 高校作为技能职业人才培养的摇篮, 为社会输出了大量的专业型人才, 但是随着数字化时代的到来, 对于技术型人才提出了更高的要求, 这就意味着学生们不仅要不断提升专业技能, 还要有良好的体能素养, 以更好适应时代的发展。我国的高校教育自从1999年就开始获得高速发展, 目前为止, 全国共有高校专科院校2195所(其中不包含军事院校), 在校人数将近1459万人, 占中国高等教育的半壁江山。从中可以看出, 高校教育对学生的教育方式不能忽视, 要加强对学生的体育教育。体育运动能提高学生的身体素质, 对于提高学生心理层面也发挥很大用处, 学生在运动中能挑战自我、体验成功、失败, 慢慢学会凭借运动提高情绪调控能力, 培养积极向上的心态, 所以对其评价体系剖析非常重要!

1 剖析高校体育教学中体能教学评价体系现存问题

1.1 评价理念落后

高校体育教学中体能教学评价体系在当前体育教育领域中所暴露出问题最突出的就是评价理念的滞后性。教学评价对结果的高度重视而相对忽视了过程, 在实际操作层面评价一般过度集中于对学生体能测试的最终量化数据, 归根结底在跑步速度、跳远距离等一些硬性指标, 忽视了对学生训练过程中所取得的进步、付出的汗水、个体间的独特性缺乏。面对学生的个体差异, 传统的一刀切评价方式已经无法满足全部学生的需求。单纯追求数据的误区的话会导致部分学生感到吃力, 产生挫败感; 又或者部分学生觉得无聊, 缺乏挑战性, 评价结果缺乏应有的全面性和公正性。举例来说, 体质健康测试是评估学生体质状况的关键, 其达标导向清晰明确, 但可能容易使得引导过分聚焦于测试成绩, 忽略了学生体能发展的动态过程, 遗漏其个体差异。体育评价在考量学生体育素养时也非得片面, 体能评价与技能掌握、心理素质、社会适应能力等关键要素会被割裂开来, 不能充分体现“体能与健康行为、体育品德”三位一体的现代体育教育理念, 割裂的评价体系, 难以全面、真实地反映学生的体育素养水

平，对促进学生综合素质与核心素养的全面发展非常不利。

1.2 评价指标设计不合理

体育评价体系面临评价指标设计标准化与个性化的矛盾，评价指标一般采用统一标准：BMI、肺活量……不能充分考虑学生的性别、地域、体质基础个体差异，部分学生像体弱或肥胖群体长期处于评价劣势，很难体现其真实的体育能力，不能充分表现学生的进步。评价体系中对“健康体适能”“运动体适能”的区分性评价不足，忽视柔韧性、平衡性，一些健康要素与爆发力、耐力运动能力的不同侧重也被忽略。现有体育评价指标多以静态指标为主像50米跑、引体向上都是一次性测试，学生长期体能发展趋势的跟踪、评价就很缺乏，评价方式难以反映学生在学期前后体能的动态变化，无法全面评估学生体能发展的潜力，而且其未纳入运动习惯养成、健康知识应用软性指标，评价内容过于单一，不能全面反映学生的体育素养和综合能力。体育评价体系要更加注重个性化与动态发展性来全面评估学生的体质健康。

1.3 反馈机制缺失

体育评价体系中也存在反馈机制的缺失，评价过程结果通常以分数、等级的形式简单呈现给学生，单一的评价方式能够直观表现给学生，另一方面来讲缺乏深度以及个性化，学生们只能看到自己的总体表现，不能明确自身在具体项目上的弱项，不知道如何凭借针对性的训练来提升自己。学生们在面对缺乏个性化改进建议的反馈机制，一般对评价结果感到迷茫无助，不知道怎么入手，以及怎么进行改进，无法为自己提供有效的提升计划。学生在这种反馈机制下可能会看不到进步的希望，慢慢失去对体育的兴趣动力，建立完善的反馈机制因此非常必要。评价要给出学生的总体表现，提供具体的、个性化的改进建议，让学生明确自己的弱项，找到提升的路径，教师积极参与反馈过程，根据学生的表现给出专业的指导来促进学生的全面发展。

1.4 缺乏创新

数字化技术的不断发展，当下高校体育教学中体能教学评价体系需要慢慢走近一个全新的数字化教学时代。转型过程里部分高校体育评价体系信息技术应用能力相对滞后，很大程度上影响高校体育评价体系质量提升。体育老师信息化专业素质的培养存在不足，教学内容过于理论化，缺乏对学生实践性和专业技能的培养，实际评价体系不足。这种情况导致了一些教师在专业素质上存在较大差距，难以胜任有些任务，即使体育老师具备了丰富的理论知识，缺乏信息技术素养，就无法高效实施评价，无法与时俱进。这样一来整个教育人员队伍专业素质参差不齐，个别教师的自我提升意识还不够强，持续学习和专业发展的积极性较低，缺乏更新知识、掌握新技能的动力，导致了评价水平的停滞不前，慢慢

与别的体育老师拉开差距。教师人员对不断涌现的新兴教学软件、在线学习平台、智能工具停留在浅尝辄止的层面，缺乏深入的了解，无法将数字化的优势真正融入日常工作，极大地影响评价效果的提升。

2 剖析高校体育教学中体能教学评价体系改进方法

2.1 构建多元评价体系

传统的分数评价方法一般无法全面反映学生的学习效果，单纯的分数更能忽略了学生在学习过程中的成长以及学生多方面的能力提升。基于高校体育教学策略中项目教学的评价应采取过程性评价结合终结性评价的方式，全面考查学生的体能情况、创新思维方面的表现。过程性评价重点关注学生在体育运动实施过程中表现的评价，教师利用观察学生在运动中的实际表现，熟知其学习进度。举例来说，仰卧起坐项目阶段中体能测试、分工合作、进步阶段，教师利用定期的进度检查、阶段性反馈，评估学生的参与情况、合作精神、动手能力。学生的活动记录、训练过程的详细记录、阶段性报告都是过程性评价的依据。过程性评价方式关注学生的最终成果，重视他们在项目执行过程的努力和表现，更好及时发现调整及时进行调整。终结性评价关注学生在运动项目完成后的整体表现。教师利用多种形式来进行终结性评价，像口头报告、书面总结、成果展示、同伴互评……学生进行口头报告，展示他们对运动体能内容结果分析，帮助他们从不同的视角看待问题。

过程性结合终结性评价的方式，可更加全面地反映学生在体能的综合能力，过程性评价关注学生的学习过程和学习成长，鼓励学生在实践中不断调整和持续改进；终结性评价考查学生的最终成果以及运动的整体表现，检验学生对知识的掌握、应用能力。多元教学评价方式，教师更全面地了解学生的学习情况，给予针对性的反馈，促进学生不断健康平稳地健康发展！

2.2 评价体系构建

作为高校体育教学中体能教学评价体系，必须符合国家政策的规定，符合教育学相关原理。高校体育教学中体能教学评价体系是一个多维度、多层次的评估框架，该体系以体能素养、行为素养、思想素养、心理素养、社交素养为一级指标，凭借具体、细致的二级、三级指标进行量化评估，紧密结合体育教育的特点，全面、客观地反映学生在运动中的成长和发展情况，这些评价指标的分类是根据所包含的因素和隶属关系不同来进行分类分层。评估指标体系在高校体育教学中体能教学评价体系中相当重要，指标的选择以及权重系数的设定需严格遵循科学方法，根据确凿的数据、理论来作为支撑，使得评估具有科学性。各项指标为了提高评估的

可操作性要具备清晰的定义以及可量化的标准，有利于数据的精准收集，更加高效分析。评估指标体系还要保持动态性，保障根据学生体能实际情况、适时地调整优化，保障评估的时效性，综合考量评估指标体系能够成为推动高校体育教学中体能教学评价体系建设持续改进、高质量发展的有力工具。

2.2.1 评价指标体系的设计与分类

权重就是指评价指标在评价体系中的重要性或者评价指标在总目标中的比重，包括知识掌握与应用、问题解决能力、创新思维、团队协作与沟通能力以及学习态度与积极性等多个维度，为了保证指标权重的准确性和客观性，保障其体育素养与综合能力有均衡发展，根据高校本身具有的独特性确定评价系统中一、二级指标权重系数。（权重系数具体如下表1）

表1 高校学生职业素养权重系数

一级指标	权重	二级指标	权重
体能素养	45	健康体能	17
		基础体能测试	14
		后续体能训练	14
心理素养	10	进取心	4
		抗挫能力	4
		意志力	6
文化素养	25	体育知识	5
		体育基础	10
		跨学科技能	5
		创新能力	5
行为素养	10	团队合作精神	4
		敬业精神	2
		责任心	4
社交素养	10	交际能力	4
		沟通能力	3
		组织协调能力	3

3 结语

剖析高校体育教学中体能教学评价体系非常重要，引入多元化、科学化的评估手段能够更准确地衡量高校体育教学中体能教学评价体系的实际成效，持续改进，不断完善体系，给学生提供更加全面、高效的评价体系。各学校为了衡量评估建设进程的效果开始尝试构建符合自身特点的评价体系，但剖析高校体育教学中体能教学评价体系现状开始比较晚，改进比较不充分，还需要不断完善。也有相当一部分的学校完善了评估指标体系，该体系着重体现学生的体能水平，深入考察了学生各个方面的表现，保障评估深入性。我们仍不能忽视部分高校在评价体系构建上存在的不足，有些缺乏系统的理论指导、实践经验在构建评价体系时一般表现力不从心，评估指标的选择、权重设定缺乏科学性，影响了评估结果的准确性、客观性，限制了学生发展。学校应继续探索创新评价方法，完善评估体系，保障评估结果的客观性、准确性，促进学生全面发展！

[参考文献]

- [1]汪燕,寇俊东.基于层次分析法的飞行技术专业学生运动能力训练指导和评价指标体系研究[J].四川体育科学,2024,43(6):70-75,93.
- [2]刘铭.新课标启示下的体育课程思政设计与实践研究[D].景德镇陶瓷大学,2024.
- [3]安霞.动态分层教学法在体育院校网球选修课中的应用研究[D].广州体育学院,2024.
- [4]李霞.课程思政视域下水平二学生武术健身操的教学设计与实验研究[D].广州体育学院,2024.
- [5]赵心悦.建国后高校体育专业武术通用教材发展变迁研究[D].河南大学,2024.

作者简介:

牛艺伟(1993.08-),女,汉族,广东高州人,硕士研究生,讲师,研究方向为体育教育运动训练学。