

# 初中田径运动技能学习评价指标体系的构建

许 平

(广东省珠海市第四中学 广东 珠海 519015)

**[摘 要]** 体育学习评价关系到学生在学习生活中的多个方面,其中运动技能学习是学生进行体育知识学习的载体。另外,运动技能的学习,还是体育课程的基础学习领域。随着我国新课程改革的不断深化,体育课程教学改革随之更加深入地进行,运动技能学习评价在体育课程学习评价中的作用更加明显,因此,针对田径运动技能学习评价指标体系的探索构建就显得十分重要。对此,本文针对初中田径运动技能学习评价指标体系的构建进行了深入的分析研究,以期能够进一步强化体育课程评价标准在实际当中的可操作性,并为相关体育教师提供可借鉴的参考。

**[关键词]** 田径; 运动技能; 学习评价; 指标体系

## 引言

体育学习评价在教育教学中,是提高学生学效果非常重要的手段,而运动技能评价作为体育学习评价中非常重要的组成内容,可以帮助教师按照相关的评价标准,采用具有针对性的、科学的评价方法和手段,合理的评价学生在运动技能学习过程中的综合表现,进而达到体育课程学习目标,并对学生进行综合性的评价。因此,为了能够帮助学生更好的理解并掌握这些运动技能,评价指标体系的构建和不断完善是必然手段。所以,积极针对田径技能学习评价指标体系的构建方向进行研究,提出《全日制义务教育体育与健康课程标准(2011年版)》的学习评价指标体系的构想和方案十分重要,只有这样才能进一步促体育课程评价在实际体育教学过程中的可操作性。

### 1、田径运动技能学习评价指标的构建原则

田径运动技能学习评价指标是构建评价体系的重要内容,只有保证评价指标的科学性、合理性,才能保证田径运动技能学习评价的科学性。因此,在田径运动技能学习评价指标的构建方面,要坚持典型性原则,系统性原则,动态性原则,综合性原则以及简明科学性原则,可比、可操作、可量原则等。

首先,典型性原则,顾名思义,旨在确立相关指标的过程中,要具备典型性。要注意,指标的确立不能出现重叠和遗漏。并且要保证指标的真实有效,且计算方便;同时,数据的收集以及方法要简易。其次,系统性原则是指指标的构成要形成一个有机统一的逻辑关系。各指标逐渐既有联系又要有区别,例如在一级指标(表一)当中,田径知识掌握,田径技能的运用就具有一定的逻辑关系原则,最终使得指标得到确定。简明科学性原则,在二级指标中(表二)的田径运行技术的掌握和田径训练能力的运用上得到了充分的体现。总的来讲在制定指标的过程中,必须遵守科学的指标进行原则的制定,并进行最后指标要素的确定。从更加全面的角度看,指标的设计构建原则就是进行指标确立的最根本依据,只有符合指标设计的原则,才能使得田径运动学习指标要素的确立更加具有科学性,也更加正确。

表一 一级指标统计结果

一级指标	赞同度(n=35)
A1 田径知识认知	100%
A2 掌握田径技能	100%
A3 田径运动的安全意识认知	100%

表二 二级指标统计结果

二级指标	赞同度(n=35)
B1 对田径赛事的理解	77%
B2 提高田径学习和锻炼的能力	100%
B3 田径运动技术的掌握	100%
B4 田径训练能力的运用	100%
B5 提高安全进行田径运动的能力	100%
B6 迁移田径运动的安全运动意识	100%

另外,在指标设计的过程中,还要注意指标要素的确立除科学性以外,还要具备对应性、完整性、独立性、唯一性、可操作性、简易性等特性<sup>[1]</sup>,这些特性的存在可以保证田径运动学习评价指标的设计原则更加科学合理,避才能有效避免随意性的现象发生,为指标的而研究确立提供更加坚固的保障。

### 2、运动技能学习评价指标体系的确立

在《体育与健康课程标准》中已经明确的提出,进行体育学习评价应当根据学生的实际情况,在依据《体育与健康课程标准》中的要求和学习目标,对学生的学习情况作出科学合理的评价。就学习评价体系预设了一级指标、二级指标以及三级指标(观看表一、表二、表三)<sup>[2]</sup>。这三级指标就相关调查研究问卷的结果来看,这一指标体系的构建是比较认可的,

表三 三级指标统计结果

三级指标	赞同度(n=35)
C1 了解国际田径赛事	100%
C2 分析田径赛事中出现的问题	91%
C3 掌握田径锻炼身体的基本知识和方法	100%
C4 掌握田径运动训练方法	100%
C5 掌握短距离跑动作技术	100%
C6 掌握中长跑动作技术	100%
C7 掌握跳远动作技术	100%
C8 掌握跳高动作技术	100%
C9 掌握推实心球动作技术	100%
C10 制定个人田径学习与锻炼计划	100%
C11 减少比赛前的紧张情绪	80%
C12 掌握田径运动中自我保护的知识和方法	100%
C13 掌握田径运动中运动损伤的紧急处理知识和方法	97%
C14 日常生活中的安全意识的行为表现	100%
C15 掌握规避自然灾害的知识与方法	100%

### 3、田径运动技能学习评价指标体系的构建建议

首先,教师在构建田径运动技能学习指标评价体系的过程中,要注意,必须结合《体育与健康课程标准》在评价方面的相关内容以及所提倡的新理念,新思想,并根据自己学校的体育田径教学的实际情况,设计出符合学生的实际的具体评价方案,但要注意,要在实际的教学过程中,结合实践情况寻找不好的方面,并加以修改纠正,进而才能保证田径运动技能学习评价方案的适用性以及科学性。

其次,在具体实施田径运动学习评价指标方案时,要注意发挥运动技能的多元化功能,注重评价方式以及评价主体的多元化,进而才能保证评价的全面性和合理性。从而激励学生提高学习的成绩,促使学生能够积极主动的投入到田径运动技能的学习当中,发挥运动技能学习评价的最佳效果。

最后,在实际的教学评价当中,教师仍然是评价的主体,但教师也要注意尊重学生的运动技能学习评价主体的地位,要注重

(下转第232页)

# 高中数学三角函数学习经验分享

林加源

(山西省朔州市朔城区一中801班 山西 朔州 036030)

**[摘要]** 在高中阶段,三角函数的知识点非常多,学习非常困难。实际上,三角函数的学习也有一定的方法可循,只要掌握这些方法,在学习的过程中自然会轻松很多。

**[关键词]** 三角函数;经验;解题规律;考试题型

## 一、三角函数公式的学习

在学习高中数学三角函数的过程中,需要接触大量的三角函数公式。而除了公式,三角函数的限制条件也较多,想要将所有的三角函数公式熟练记忆实际上是比较困难的。通过我平时学习三角函数的公式的经验,我认为在学习三角函数公式的过程中,需要进行相关公式的复习,并且理解利用旧公式推导新公式的过程,从而更好的加强对新旧公式的记忆。除此之外,公式的记忆没有固定的诀窍,也可以利用象限进行公式的记忆。作为学生,除了进行公式的记忆,还需要学会如何使用公式。在完成公式的记忆后,还需要了解公式的推导过程,从而掌握如何利用公式解决数学问题的方法。

## 二、知识的归纳与总结

通过一段时间的学习之后,想要取得一定的学习成果,还要对所学的知识和练习的习题进行总结。实际上,通过比较各个函数的定义域、周期性和图像变换等性质内容,可以较好的进行三角函数的概念和性质的掌握,并且加深对三角函数的理解。而观察三角函数的题目也可以发现,三角函数具有一定的出题特点,掌握题目的变化特点,就可以做到举一反三。而在练习的过程中,应该对自己做错的题进行记录,以便了解自己在三角函数学习上有哪些不足,并加强对某一类题目的练习。此外,在总结课本知识和习题解答情况的过程中,需要对三角函数的解题思想进行总结,以便形成基本的三角函数解题思路。

## 三、掌握基本的解题规律

三角函数的题目有其基本的解题思路 and 过程,要掌握这些基本的方法。在高考中,三角函数的题目也无非就是这些内容,不会偏离了这些基本的解题思路。

对于常用的解题方法要熟练掌握,如数形结合法、代入检验法、特殊值法、待定系数法、排除法等。我们不仅要掌握这些方法,而且能够举一反三,同时,在应用这些方法应用时,可以做到综合的运用,而不是单一的、片面的掌握。举例来说,学习某个函数肯定是先学习定义,而定义一般是用函数式来定义的,并且定义式中的参数一般会有一定的限制,如一次函数 $y=ax+b$ ,  $a$ 不为0。定义域优先应该说所有的学生都明白,但是应用的时候就可能会忘记。事实上在方程与不等式的研究中应该也有“定义域”优先的原则,缺少了定义域就不是完整的函数的定义了。

## 四、善于总结考试题型

高中三角函数有多种类型题。我们应善于在平时的解题过程中总结经验,并通过建立三角函数类型题册等方式,对三角函数题目进行积累和归纳,从而提高考试中的做题速度和做题准确率。

三角函数的题目在选择题、填空题和大题等内容中都有涉及,其涉及的题型是有区别的。同学们要善于去总结不同的考试范围所对应的不同的题型。比如,在解题时,如果碰上对称问题,要马上想到利用 $y=\sin x$ 的对称轴为 $x=k\pi+\pi/2$  ( $k\in Z$ ),对称中心为点 $(k\pi, 0)$ , ( $k\in Z$ )等基本结论解决问题。同时,同学们要注意对称轴与函数图象的交点的纵坐标特征。在求三角函数数值的问题时,同学们要注意勾股数进行解题。高考试题不会有可以查询的数值表,因为其给出的数都比较特殊,所以同学们如果主动发现和运用勾股数来解题的话,就能达到事半功倍的效果。

## 五、拓宽三角函数的实际应用价值

三角函数实际上是一种非常重要的数学内容,其实际意义非常广泛,不仅在数学中占据重要地位,同时也在其他学科中得以应用。学好三角函数具有非常重要的现实意义,因此,同学们应当在学习三角函数的过程中充分挖掘其有趣之处,并在其他学科中得以巩固和应用。比如:在物理学习中,交流电这一内容可以与三角函数联系起来,不仅加强了对交流电的理解程度,同时也促进了三角函数相关知识的巩固和应用。此外,也可以通过各种顺口溜来进行记忆,比如:老师们经常在课堂上提醒我们——奇变偶不变,符号看象限。由此可见,在三角函数的学习过程中,应当不断拓宽其实际应用价值,促进自身数学知识体系的形成,为数学的学习打下良好基础。

总而言之,不可否认的是,高中函数相对初中函数来说,其公式数量增加,概念和定义严格,并且内容大多是抽象的,所以同学们在高中函数学习中会遇到各种各样的困难。我们必须要对三角函数的学习方法进行总结,并采取有效的学习方法进行学习,不断加强三角函数的学习,以促进数学思维的提高。上述内容仅供同学们参考,希望共同进步。

## 参考文献

[1]王玥净.浅谈高中数学三角函数学习中的经验分享[J].考试周刊, 2018(16): 88-88.

(上接第202页)

学生的个性发展,保证学习评价指标体系及的系统性和全面性,注重学生的过程性评价,不单纯以成绩作为评价的指标,只有这样才能保证学生评价效果的最大化。

## 4、结语

总之,田径运动技能学习评价指标必须以前的全面发展为基本原则,并以导向性、科学性、系统性和有效性等原则,进行初中田径运动技能学习评价指标体系的构建,只有这样才能对评价体系的三个层次的指标予以明确。所以,相关教师在研究制定相关的田径运动技能学习评价指标体系的过程中,可以结合本文的研究结果,结合自己学校的实际情况进行适当的调整,一次为参考,这样能够对日常田径教学中运动技能的评价进行深层次的再认识;另外,在实际的教学过程总,教师还可以利用运动技能学

习评价,对学生是否进行体育学习和检测学生在学习方法上面是否真正掌握进行监督,进而帮助其更好的开展田径运动技能学习评价的活动。

## 参考文献

[1]许丽丽.基于标准的运动参与学习评价指标体系及其评价方案的研究——以初中为例[D].上海:华东师范大学, 2010.  
[2]张保清,季杨,姜勇.初中田径运动技能学习评价指标体系的构建[J].体育研究与教育, 2015(6): 84-88.  
[3]李卫东.中小学体育学习评价改革的“钟摆现象”分析[J].体育学刊, 2014(2): 99.  
[4]许丽丽.基于标准的运动参与学习评价指标体系及其评价方案的研究——以初中为例[D].上海:华东师范大学, 2010.