

# 构建高中体育与健康课堂教学多元性评价的措施

黄福龙

(九江市濂溪区教师进修学校 江西 九江 332005)

**[摘要]** 随着科学技术的发展,现在的人对于教育的关注越来越高,一个国家的发展最终还是需要人才的支撑,因此,教学的问题也成为了大家重视的问题。可是,大部分在教育上的关注点都放在了如何提高学习成绩上,关于学生的身体健康却没有放太多的在意。尽管高中开设了体育健康课,可是其他主流科目的教师,体育教师以及学生的体育意识都是比较薄弱的。因此,我们需要关注体育健康的教学,多元化的发展,全面提高学生的综合素质。

**[关键词]** 高中体育;多元化评价;措施方法

## 引言

由于大部分的学校在高中时期,对于学生的能力评价都是来源于主流科目成绩的,对于体艺科目的教学和关注本身不高,因此也没有放置到评价的范围内。这时候,就需要体育教师有这样的多元化评价意识。对学生的整体水平有所把握,对每一个学生的体育能力也有所了解,可以帮助学生树立正确的体育意识,体现体育课的价值。

如何能够将体育与健康课程的评价更加多元化,以下我提出了几点措施建议:

### 一、学生自评和互评

在学生才开始进入学校时,教师的教学课程还没有开始,对学生的情况也没有观察和了解,因此对于学生的情况都是比较模糊的,这对于教师设计课程其实造成了一定的阻碍。这时候,教室就可以让学生采取自我评价的方式,对于自己身体的状况,对哪些体育项目比较在行,对哪些又比较困难,学生自身的素质如何?教师都能够从学生的自我评价中得出一定的线索,这可以事半功倍,帮助教师快速掌握学生的情况,可以针对学生喜欢的项目进行设计,激发学生对于体育的热情和兴趣,再层层深入。同时,在学期结束之后,教师也可以让学生进行自我评价,说说一个学期的锻炼之后,自己在体育的哪一个方面的进步最大,或者也可以让学生进行互相评价,通过同学之间长期的相处和细致的观察,来发现体育活动给周围的人带来的变化,也可以更好地激发学生的积极性。

### 二、对学生的体能、技能进行评价

教师对学生的评价也不能一概而论,对于学生的各个方面和部分都应该进行专业的评价。比如说,通过一些体能训练,提高学生的体能,帮助学生拥有更加强健的体魄,这是无可厚非的,也是体育训练的目的,但是除此之外,也应该对学生的技能进行评价。有很多学生的体能是很好的,但是对于体育运动的一些技巧确实不太能行的,他们只是使用蛮力,这在体育运动的过程中很容易对身体产生伤害,因此我们应该要注意这个问题,教师对学生进行一定的技能测试和评价,对学生的情况会有一个更加深刻的了解,这也方便教师之后采取各种不同的教学方法和手段。其次,有的学生在技能技巧方面可能领悟力比较高,掌握比较快,并且技术很好,但是他们的力量却不够,经常在竞技的时候会容易吃亏,这也是一种体育能力缺失的表现,因此,教师应该对学生的体能也进行一定的测评,并且根据学生的整体情况,进行一定的课堂设计和调整,帮助学生调整自身身体情况,这可以极大地增强学生的自信心,激发学生对体育活动的兴趣。体能和技能是体育活动中非常重要的两个部分和环节,在这两个部分上,组成了学生强大的体育能力,并且体育这个方面是可以不断地锻炼,提高学生的体育水平,不断地挖掘学生的潜力和能力,但是这些都是需要教师进行专业的测评,并且提出一定的建

设性意见才能够帮助学生的,这是一个长期和反复的过程,教师要随时观察和关注学生的能力发展方向和进度,根据学生的情况随时调整课程设计方案,才能够真正地帮助学生。

### 三、对学生的心理素质进行评价

体育活动对人的身心健康都有很大的帮助,不仅仅是在于可以提高学生的身体素质,其实对于学生的心理素质也有很大的帮助。心理对于学生的行为也有很大的影响,常常一个人的心理状态都可以直接导致一个人的行为发生大的变化,但这也是一个相互转换的过程,行为也可以影响一个人的心理,因此,教师也应该要注重学生的心理素质的问题。首先,我们应该要对学生的心理素质进行一定的测评,充分地了解学生的情况,心理承受能力也直接关系到学生的执行能力,在运动中,需要学生具有很强的抗压能力和忍耐力,通过体育活动也可以锻炼学生这方面的能力,不过要量力而行,循序渐进,因此,教室应该提前做好相关的工作安排。

### 四、科学的评价体系

我们对学生进行体能评价的时候,一定要有一个多元化科学的评价体系,测评的器材要科学先进,符合标准,测评的方面也需要多样化,对学生的评价分析也要采用科学的角度,从学生的各个方面去分析学生的综合能力,平均成绩。这样的方式才是正确的、公平的、科学的评价模式,才能够完整、确切地分析出学生的水平,并且让学生自己对自己也可以有一个更好更全面的认识。也只有通过这样的方式,反馈在教师设计课程的时候,能够进行综合考量,设计出最合适、恰当的课程,这样也有利于学生树立正确的体育意识,激发学生兴趣,养成终身的运动精神,这也是贯彻“以人为本”教育理念的重要体现。

### 总结语

教师在对学生进行评价时,一定要注意从多元化的方向上进行评价,激发学生的兴趣,挖掘学生的潜能,帮助学生强身健体,保障学生的身体素质健康,树立正确的体育意识,从而对学生产生终身的影响,身体才是革命的本钱。

### 参考文献

- [1] 李宏亮.构建高中体育与健康课堂教学多元性评价思路的实践分析.[J]文体用品与科技:2015.
- [2] 杨波.构建高中体育与健康课堂教学多元性评价体系的理论研究.[J]中华少年.
- [3] 薛晓东.中小学体育与健康课程多元化体育学习评价的操作性构想.南京师范大学.
- [4] 李文杰.分析构建高中体育与健康课堂教学多元化评价的措施.[J]神州:2018.
- [5] 丁闯.构建高中体育与健康课堂教学多元性评价体系的理论研究.[J]考试周刊:2016.