

提高课堂教学质量。

3、提问内容要有难易区分度。提出的问题过于简单，没有给学生提供一点思考的空间，学生不用思考就可以回答，这样的提问没有意义。提出的问题难度过大，超出学生的知识和能力水平，学生无从下手。根据前苏联心理学家维果茨基的“最近发展区”理论，教师要根据学生的年龄特点、认知水平设计问题，为学生搭建一些合适的台阶，让学生循此台阶拾级而上，跳一跳，摘得到，保证学生的思维经历发现的过程，而不会感到高不可攀。

二、学生自学。新课程理念认为学生是数学学习的主体。新的数学教学过程，必须让学生内部能量释放出来，让他们在课堂上“活”起来，从原来的静听模式中走出来，积极主动动脑、动手参与到课堂学习中去。学生自学，即学生在明确了学习内容之后，按照老师的指导进行自学，可通过集体或分组的形式进行讨论、研究，得出适合自己的学习方法。学生自学是学生自主发现问题、自主探究问题的过程，包括学生自主学习和小组合作探究两个环节。学生自主学习就是学生根据老师提出的问题自主学习，尝试学习新知识，解决问题中的问题。学生在自主学习过程中遇到的疑难问题，需要小组合作探究解决。小组合作探究就是学生积极思考，小组合作探讨，以求得问题解决和认识深入，这个环节学生不仅要倾听别人的意见，还要敢于发表自己的看法，既能培养学生独立解决问题的能力，又能使学生学会和别人交流，在开放、民主、自主、愉悦的气氛中感悟知识、各抒己见、共同探究。

三、交流展示。即学生自学完后，互相交流展示问题的思维过程和解题方法，共享学习成果，教师在此要善于组织互动交流，促使学生积极思维，发挥学生的主体作用。教师待学生交流后应对表现好的学生加以鼓励，使学生品尝到成功的喜悦。针对学生在交流讨论中遇到的一些教学难题，教师应采取学生喜闻乐见的方式，及时准确的更正。交流展示这一环节让学生在交流的过程中发现问题、分析问题，进而达到解决问题的目的。

四、点拨解惑。新课程目标要求教师转变角色，使教师成为引导学生主动参与的组织者，学生成长的帮助者，学生利用课程资源的引导者，学生知识构建和个性发展的促进者，教育研究者和课程的开发者。点拨解惑，即在学生的学习过程中

遇到困难无法解决时，教师应及时加以指导、点拨，引导学生自己思考探讨，想办法、找出途径，使学生进一步加深对所学知识理解，最终形成运用所学知识去分析问题、解决问题的能力。例如，我在教一元二次方程的定义时，学生通过自学很容易得到定义：只含有一个未知数 x 的整式方程，并且都可以化为 $ax^2+bx+c=0$ ($a、b、c$ 为常数， $a \neq 0$)的形式，这样的方程叫做一元二次方程。但是仅凭书上的定义学生很难判断一个方程是否为一元二次方程，这时，教师就要引导学生去挖掘隐藏在定义里的深层意思，这个定义蕴含了三个特征：①整式方程；②只含有一个未知数；③未知数的最高次数是2且其系数不为0。因此可得到以下几种不同的表示形式：① $ax^2+bx+c=0$ ($a \neq 0, b \neq 0, c \neq 0$) ② $ax^2+bx=0$ ($a \neq 0, b \neq 0, c=0$) ③ $ax^2+c=0$ ($a \neq 0, b=0, c \neq 0$) ④ $ax^2=0$ ($a \neq 0, b=0, c=0$)

这样，学生自学再加上教师的点拨，对内容理解的就更深刻、透彻了。

五、当堂训练。即教师通过设置问题，检测学生是否都当堂达到了学习目标，进一步巩固学习效果。练习时可以采取多种形式，一种是针对全体学生的练习。也可以采取小组合作的形式，根据学生学习水平进行分组，然后设计不同层次的练习，使不同类型的学生都学有所获。

“五步教学”，五个环节，互相渗透，相辅相成，每一环都让学生在动、在思考，这样就很大程度的调动了大部分学生的学习积极性和主动参与课堂的兴趣，让学生做课堂的主人。

五步教学法是一种先以学生为主，后教师参与点拨，让学生的学习过程成为自己探索和发现的过程。经过几年的探索与不断总结，我校“五步教学法”的研究实践取得了可喜成绩，对学生的教育、教学无论是形式和内容都发生了全新的、革命性的变化，学生积极参与课堂的情况得到了极大的改善，极大提高了学校的课堂教学质量，为打造以学生为主的高效课堂迈进了一步，逐步实现了把课堂还给学生，把时间留给学生。

参考文献

- [1]郭莹.《如何上好数学课》，学习周报，2011年第21期
- [2]李陈荣.《善于追问 让语文课堂走向高效》，学习周报，2011年第37期

高校体育教学评价的现状与改进方法

肖利

(江西应用科技学院 江西 南昌 330100)

[摘要]分析研究和加强改进高校体育教学评价，形成科学合理的评价体系，有助于更好的发挥出体育教学的效果。人民的健康已经纳入国家顶层设计，特别是高校大学生关系到国家的未来和民族的命运，更要注重大学生的体育教学，促进大学生的身心健康发展。这一切的关键就是要抓好高校体育教学评价的改进工作，引导更多的大学生积极参与到体育活动当中。改进体育教学评价机制是抓好体育教学的有效手段，需要不断的分析现状，改进方法，形成完备的教学机制。

[关键词]高校体育；教学评价；改进方法

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.09.289

为了培养大学生的身体素质，体育教育持续推进，并备受重视。在体育教学中，学生不仅能学习到有关健康的知识，还能使身体得到锻炼，不断增强身体素质，这对于他们的身心健康发展具有非凡的意义。为了提高高校体育教学水平，引导学生爱上体育学习，越来越多的教师开始重新思考高校体育教学评价的现状，积极研究改进方法，全民推动体育教学，提高学生体能，这是体育教学史的创新和进步。

一、高校体育教学评价的现状

1. 评价没有考虑学生意见

现在高校体育教育评价的主体还是以老师为主，这也是传统的评价理念。在这种评价机制中，教师与学生并不是处于平等的地位，这是严重背离素质教育的。学生也容易被这种评价误导，认为只要在最终的考试中合格就可以了，不必重视日常的体育教学，考试还是最重要的。评价忽视了学生的主体地位，不考虑学生的意见，这就导致教师们按部就班地教学，学生们敷衍地参加，导致体育教学一直停滞，学生的身体素质也未能得到很好地提升。

2. 评价内容存在片面

评价内容片面也是高校体育教学评价中的普遍现象。当前，高校体育教学的评价内容多限于体育素养和简单的考试分数，这些虽然在一定程度上也能评价出学生的水平，但是过于片面和简单，不能完全的反映出学生的真实水平和综合素养。需要丰富评价的内容，打造多样化的评价内容，真正注重培养学生综合素质，比如交流、合作、沟通的能力，以及人的意志、应对困难的能力等。

3. 评价标准存在不科学

大学生的身体素质不同，兴趣爱好不同，有的喜欢对抗的运动项目如足球、篮球，有的就喜欢的项目如太极拳等。实际上，很多教师没考虑到这一点，认为只要是运动就能锻炼，坚持评价标准是唯一的，就是教师设定的课程，或者是足球或者是太极拳，开展活动都是一锅端，要求一起参加，没有把学生的个体差异和兴趣爱好考虑在内。这样的评价显得不科学，不客观，不公平，学生差异不受重视，兴趣不高，教学的效果可想而知。

二、高校体育教学评价的改进方法

1. 教学评价要充分考虑到学生的意见

教学评价不仅要考虑体育教师的专业意见也要考虑照顾到学生的意愿，注重健全完善评价体系。评价体系要体现出平等，认真听取学生的意见，围绕学生的需求，考虑学生的感受，这样的评价体系也是当前落实素质教育的重要举措和以人为本来理念的重要体现，学生的意见纳入评价机制中，学生的意愿得到表达，参与体育活动的积极性得到大大提高，体育教学取得效果也显而易见。

2. 注重补充完善体育教学评价内容

要创新高校体育教学的评价内容，不断充实评价内容，突破传统的评价体系，引入更加客观全面的评价内容，不再是传统的以考试分数和某些体育素养为主，这种评价过于片面和单一，不利于增强学生的综合素养。要聚焦学生综合能力的培养，核心就是培养学生独立思考的能力和他人交流沟通的能力，团结合作能力，积极主动参与到各类体育活动中，勇于表现自己，热爱生活，喜欢运动，实现理论与实

践的结合，在每一运动中都能突破自我，相信自己。有时候，运动激情要比运动量重要，这是一种精气神，是一种活力，是年轻人特有的阳光自信。这是当前各类教学中普遍缺乏的，需要高校给予关注和重视，真正实现树人的教学目标

3. 正确认识评价工作的意义

高校教师只有正确认识到高校体育教学评价对于体育教学的意义，才能及时反思现在的工作模式，认真思考其中的弊端和不足，也才能主动思考和改进的策略，结合实际和新课程要求，围绕学生，研究和完善评价工作，推动自身教学水平。

4. 评价要尊重学生差异和兴趣爱好

体育活动，需要学生亲自实践，亲自参与，必需要考虑学生的身体素质情况，以学生为本的教育理念才能得以体现。学生的体能不同，也各有各的特长，教师通过掌握学生的整体情况后，就可以为不同身体状况的学生设置不同的评价标准，帮助他们在体育中尽情发挥，身心放松，喜欢上体育课。坚持学生为教学主体的地位，站在学生的角度考虑问题，才能满足学生不同的体验需求。过去的体育教学，大都采用一刀切的教学评价机制，就只有一种考核标准。这种考核方式必然是不公平的，会极大地伤害运动能力弱的同学的信心，使他们对体育活动产生厌恶甚至畏惧。进行探究教学，对体育教学的评价要因因人而异。要密切结合学生自身情况。在设置活动合格标准时，就可以根据不同体能的的学生，设定不同的标准。对于体能差的学生，数量可以进行适当减少。甚至只要学生在活动能够坚持下来，不放弃，不论做多少，都可以给予优秀。无论开展怎样的教学，学生的需求和兴趣都应是第一位的。特别是对于体育课程，关乎到学生体能的锻炼、意志的培养，身心的健康，更要做到以学生为本。教学评价，就得在考虑学生兴趣爱好需求不同的基础上，安排不同的体育活动内容。在这个基础上，同学们的兴趣会得到激发，都会亲自参与其中，教学的目的也得以实现，教学效果也会不错。

结束语

大学生时期是一个人生阶段的黄金时期，不仅是学习知识的最佳时期，更是养成各种好习惯的关键时期，特别是运动的好习惯。事实证明，只有好身体，才能正常的工作和学习，为以后的人生打下坚实的基础。因此，广大高校教师要认真分析当前的体育教学评价现状，积极研究改进，不断完善，引导大学生养成热爱运动的好习惯，在他们人生的关键时期引导他们喜欢体育运动，感受到体育魅力，进而实现体能的全面提升。

参考文献

- [1]骆信军.高校体育教学评价的现状与改进方法探讨[J].湖北农机化, 2019(20): 114-115.
- [2]吴华.高校体育教学评价的现状与改进方法[J].教育教学论坛, 2019(43): 213-214.
- [3]黄昌光.试论高校体育教学评价的现状与改进方法[J].体育风尚, 2019(10): 149.
- [4]李伟轩.高校体育教学评价的现状与改进方法[J].青年与社会, 2019(20): 90-91.