质量监测背景下学校学生体育评价方式的探索与实践

宋业昌
柳州市龙城中学，广西 柳州 545001
DOI: 10.61369/SDME.2025290016

摘　　要： 随着我国教育评价改革的深入推进和健康第一教育理念的全面落实，学生体质健康已成为当前衡量学校教育质量的重要指标。目前，在基础教育质量监测体制完善的背景下，传统以技能达标和体能测试为主的体育评价模式无法满足学生的发展需求。单一化、终结性的评价方式难以科学反映学生的运动习惯、精神品质和健康行为，难以有效发挥评价对教与学的功能。因此，探索构建符合质量监测要求、契合学生发展规律的体育评价模式成为深化学校体育改革的关键。基于此，本文对质量监测背景下学校学生体育评价方式的探索与实践展开分析和研究，以供参考。

关 键 词： 质量监测；学校；学生；体育评价

Exploration and Practice of Physical Education Evaluation Methods for School Students under the Background of Quality Monitoring

Song Yechang
Liuzhou Longcheng Middle School, Liuzhou, Guangxi 545001

Abstract: With the in-depth advancement of China's education evaluation reform and the comprehensive implementation of the "health first" educational philosophy, students' physical health has become an important indicator for measuring the quality of school education at present. Currently, against the backdrop of the improved basic education quality monitoring system, the traditional physical education evaluation model, which mainly focuses on skill attainment and physical fitness testing, can no longer meet the developmental needs of students. The single and summative evaluation methods are difficult to scientifically reflect students' exercise habits, spiritual qualities and health behaviors, and also hard to effectively exert the function of evaluation on teaching and learning. Therefore, exploring and constructing a physical education evaluation model that meets the requirements of quality monitoring and conforms to the laws of students' development has become the key to deepening the reform of school physical education. Based on this, this paper analyzes and studies the exploration and practice of physical education evaluation methods for school students under the background of quality monitoring, for reference.

Keywords: quality monitoring; schools; students; physical education evaluation

前言

在《国家学生体质健康标准》常态化实施的背景下，全国学生体质健康监测体系不断完善，质量监测也成为当前学校体育改革的重要工作。现阶段，部分学校仍采用期末体能测试 + 课堂表现相结合的传统评价模式，存在指标单一、重结果轻过程的问题。以质量监测数据为核心，探索多元化、发展性的体育评价方式，是落实健康第一的教育理念的必然要求，也是提升体育教育质量，促进学生全面发展的重要措施。

一、质量监测背景下学校学生体育评价方式改革的价值

（一）回归体育教育本质

传统体育评价更加聚焦于体能数据和运动技能的达标，而质量监测评价则能够打破体能至上的评价局限，构建“体能 + 技能 + 素养”的多元指标体系，将体育品德、运动习惯等核心素养融入到评价之中，确保评价服务于学生的全面发展。改革推动评价由注重结果转变为促进发展，建立以核心素养为导向的评价观，注重运动行为的形成、健康生活方式的塑造以及体育品德的培育，培育其终身受益的体育素养和健康意识 [1]。

（二）精准赋能课堂提质

在质量监测的评价体系中，利用过程性评价的动态数据进行分析，能够发现学生在运动过程中的体能变化以及技能上的薄弱

Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

之处，这样也能为教师的教学改革提供支持，推动课程教学内容的优化和完善，教学方法的创新，构成评价、反馈、改进的一体化教学机制，解决评价与教学脱节的问题。

（三）落实健康中国理念

质量监测背景下学校学生体育评价方式的改革，有助于更好地落实“健康中国”的战略。在评价改革中将健康第一的理念转化为可量化的指标，通过建立学生健康档案、追踪体质发展等方式，推动学校体育与卫生健康的融合，从而为区域体育教育工作提供数据上的支持，为青少年的健康发展筑牢制度保障，实现“健康中国”战略的落地[2]。

二、质量监测视角下学校体育评价现存的问题

（一）评价指标失衡

传统的体育评价主要以《国家学生体质健康标准》中的体能指标测试为主，一般包括50米跑、立定跳远、肺活量等项目。体能测试的成绩基本上会占到所有成绩的70%，而学生的体育品德、运动习惯、技能掌握策划高难度等指标被边缘化的情况。质量监测数据显示，部分学生体能测试成绩达标，但是缺乏最基本的运动技能，甚至存在应付考试的突击性的训练，这也导致学生的体质健康水平存在波动情况。这种指标失衡的评价模式与质量监测所强调的关注学生长期体质发展的目标违背，不利于学生形成良好的体育素养[3]。

（二）评价主体单一

现阶段，体育评价主要由体育教师独立完成，评价结果依赖教师对学生课堂表现的主观判断以及体能测试的数据，学生、家长和其他相关主体被排除在评价体系之外。单一的评价主体不利于评价工作的有效性。一方面，教师难以全面掌握学生课后体育锻炼的情况，加工运动习惯等信息。评价结果容易出现课堂表现与课外实践脱节的问题[4]。另一方面，学生缺乏自我评价和相互评价的机会，难以形成自我反思的意识，评价的激励功能逐渐被弱化。质量监测数据反馈的学生体育参与积极性不足，这与学生的评价参与度低存在联系。如果学生难以参与到评价过程中，其运动的热情和主动性也会逐渐降低。

（三）评价过程断裂

传统的评价采用期末一次性评价、期末综合评分相结合的模式，这种模式缺乏对学生体育学习的全过程动态监测。质量监测则强调过程性数据的积累。而现阶段，绝大多数学校并没有建立学生成长档案，并没有在日常的体育课程中记录学生体能变化、技能提升、运动习惯养成等方面的动态信息，这就导致教师难以全面了解学生在体育学习中的进步情况。

三、质量监测背景下学校学生体育评价方式的探索路径

（一）重构评价指标体系，综合考核学生情况

为了保障体育监测的有效性，学校应重构评价指标体系，构建体能、运动技能、体育素养一体化的评价指标体系，并实现定量数据和定性描述的有效融合。其中，应科学设置评价指标的具体权重，打破传统体能至上的教育模式，将基础体能占比调整为40%，运动技能占比占到30%，体育素养占比为30%，确保评价反映学生的素质能力[5]。

在具体的指标设计过程中，注重针对性和可操作性。其中，基础性能指标应以质量监测比测的项目为主，保障数据和监测体系的衔接。运动技能指标则应采用基础技能 + 特色项目模式。其中，基础技能需要面向全体学生，特色项目需要结合学校体育的特色以及学生的兴趣。体育素养指标应通过日常运动记录、行为观测的方式进行量化。例如，设置每周课外体育锻炼的时间超过3小时，体育课程无缺勤、运动中主动帮助学生作为具体评价的要点的评价标准[6]。

（二）拓展评价主体维度，构建多元协同格局

打破教师单一评价的局限，构建教师评价 + 学生评价 + 同伴互评的多元评价体系，确保多评价主体的参与，实现多方视角的互补以及评价信息的全面。不同评价主体会根据自身的优势关注不同的评价内容，从而形成协同性的评价体系。教师作为评价主体，主要负责学生基础的体能测试、运动技能考核、课堂体育品德的评价。学生自评则聚焦于自身的运动努力的情况、进步空间和学习上的需求，并通过体育学习日记记录每周运动的感想和具体的达标情况。同伴互评则需要根据团队合作、运动态度等指标进行分析。例如，在球类集体的项目中，小组成员进行相互评价，评价对方在集体项目中的配合情况以及表现；家长评价则需要关注学生在课后的运动习惯、家庭体育参与情况，并通过运动记录板的方式反馈学生在周末和假期的锻炼时间和内容[7]。

（三）创新评价技术手段，实现动态数据追踪

为了提高评价的质量和效果，利用信息技术突破传统评价的限制尤为关键，应构建线上 + 线下的过程性评价机制，从而实现对学生体育发展的全方位监控。一方面，利用移动互联网技术构建体育评价平台，整合体能测试的有关数据、课堂表现记录、课外运动打卡、技能考核视频等多维度信息，构建个人的体育成长电子档案。例如，引入智能化的体能测试设备，让学生完成50米跑、仰卧起坐的项目后，将数据同步到评价平台，避免人工记录误差。学生通过平台上传课外的运动视频，教师通过在线指导的方式，帮助学生解决课外运动评价难的问题[8]。

另一方面，利用大数据分析技术深入挖掘数据的价值，为个性化教学提供支持。评价平台应自动生成班级及个人的体育发展报告，并分析学生的体能变化特点。针对长跑成绩提升缓慢的学生，系统可以根据他们的训练数据推荐科学的训练计划。根据班级整体柔韧性不足的问题。教师可以设置拉伸训练课程，这种技术赋能的评价模式，能够确保质量监控的有效性，通过常态化追踪学生的学习情况，确保评价的科学性和针对性。学校采用这种监控模式，有助于提高教学的针对性，帮助学生掌握关键的运动技能，形成健康的体质[9]。

（四）完善结果应用机制，构建评价闭环体系

以质量监测反馈为导向，构建评价结果、教学改进、学生发

 Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

展一体化的机制，从而发挥出评价诊断的功能价值。在结果反馈方面，采用分层反馈的方式，为学生提供个人体育成长的报告，并以雷达图的方式直观展现各指标的情况，明确不同学生的优势和不足，为其提供更加针对性的改进方案。向教师发放体育教育的指导手册，并根据学生评价结果提出家庭运动配合的方案。其中，针对肥胖学生推荐亲子跳绳 + 游泳的锻炼组合，让学生和家长共同参与到其中进行练习。向教师提供班级体育教学分析报告，指出教育中的共性问题，为教学的改进提供支持。

在教学改进的过程中，教师应将评价的结果与体育课程设计、教学方法创新结合。例如，根据质量监测数据和学校评价结果，发现初三学生耐力素质较为薄弱，并且他们对长跑的兴趣不高。为此，教师调整教学内容，引入定向越野、趣味赛跑等形式，增加长跑训练课时，采用循序渐进的训练方法，从800米逐渐提升到1500米，配合心率监测保障训练的有效性。在一定阶段实施后，跑步的达标率逐渐提升。在学校管理层面，将体育评价结果纳入到学校体育工作考核之中，将其作为教师绩效评价的依据，进一步推动体育教学工作的开展[10]。

（五）完善管理保障机制，确保改革举措落地

质量监测背景下体育评价改革是一项系统性的工程，这就需要从理念、资源、制度等方面做好保障，确保改革工作的有效落实。一是强化理念引导，统一评价公示。设置专题培训、教研活动等方式，引导体育教师、班主任和家长形成全面发展、过程育人的评价理念，保障监测与体育评价的有效联系。体育评价不仅是为了应对监测，也是为了促进学生的健康发展。学校可以邀请体育教育的专家开展讲座，解读评价改革的政策导向和具体的方法。组织教师积极参与到评价改革工作中，分享和交流经验。二是完善资源保障机制，加大资源投入力度，从硬件和软件两方面优化资源保障机制。在硬件上配备智能体能测试设备，包括运动技能拍摄器等，为数据采集提供支持。在软件上引入合适的体育评价平台，简化评价的具体流程，降低教师的操作难度。

四、结束语

综上所述，质量监测背景下学校的体育评价改革本质上是应试评价向育人评价的转型，其核心目标是通过科学、全面地评价，让学生形成终身锻炼的习惯，形成核心素养。然而，体育评价的改革工作是一个过程，不同地区和不同类型的学校还应根据自身的发展情况进行判断，确保教学改革坚持因地制宜的特点，提高评价的精准性。

参考文献

[1] 杨熠 . 高质量发展背景下中学体育教师评价素养指标体系构建与培育路径研究 [D]. 上海师范大学 ,2024.

[2] 冯彬 , 林树真 . 新课标下初中体育与健康学业水平考试评价改革路径研究 [J]. 福建基础教育研究 ,2024,(02):134-139+144.

[3] 李广才 . 新乡市城区初级中学体育学习评价现状及对策研究 [D]. 河南科技学院 ,2023.

[4] 宋志杰 , 高庆勇 ." 双减 " 政策背景下中学体育教师专业化发展困境与优化策略 [J]. 冰雪体育创新研究 ,2022,(17):104-107.

[5] 李有荣 . 中学体育开放式教学策略探究 [J]. 学周刊 ,2022,(24):178-180.

[6] 吴蓉 . 评价可视化背景下初中体育改革探索 [J]. 学苑教育 ,2022,(14):94-96.

[7] 郭喜 . 中学体育教学存在的问题与对策初探 [J]. 学周刊 ,2021,(09):159-160.

[8] 殷从建 . 高中体育课堂教学评价的探索与实践 [J]. 体育教学 ,2020,40(08):26-28.

[9] 苗元元 . 基于核心素养背景下的中学体育教学设计 [J]. 天津教育 ,2019,(10):91-92.

[10] 郑志家 . 高中体育与健康引入多元化评价的方法思考 [J]. 课程教育研究 ,2018,(26):214.

Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.