

基于新时代教育评价改革的大学生体育素养评价策略研究

周知华 李建花

湖南人文科技学院, 湖南 娄底 417000

摘要: 为了加强青少年体育工作, 加快建设体育强国重要部署, 本研究以《深化新时代教育评价改革总体方案》为指导, 聚焦大学生体育素养评价, 从当前大学生体育认知、行为、技能与精神四个维度系统分析其现实表现及其影响因素。结果发现, 现行高校体育评价体系存在“重技能轻素养”“重结果轻过程”等问题, 难以有效支撑“健康第一”和“全面发展”的教育理念。针对这些问题, 提出以“认知、行为、生理、品德”为核心的“四位一体”体育素养综合评价模型, 并从评价内容、评价方法、评价主体和结果应用四个方面, 提出具有操作性的改革策略。改革重点在于推动评价导向从静态的“体能测试”转向动态的“素养发展”, 通过加强过程引导、激发学生参与, 真正实现以评促建、以体育人, 为培养终身运动者与全面发展的时代新人提供体系化支撑。

关键词: 大学体育; 教育评价改革; 体育素养; 四位一体模型

Research on College Students' Physical Literacy Evaluation Strategies Based on the New Era Education Evaluation Reform

Zhou Zhihua, Li Jianhua

Hunan University of Humanities Science and Technology, Loudi, Hunan, 417000, China

Abstract: To strengthen youth sports work and accelerate the construction of a leading sports nation, this study, guided by the Overall Plan for Deepening Education Evaluation Reform in the New Era, focuses on the evaluation of college students' physical literacy. It systematically analyzes their actual performance and influencing factors across four dimensions: physical cognition, behavior, skills, and spirit. The results reveal that the current college sports evaluation system suffers from issues such as "emphasizing skills over literacy" and "prioritizing outcomes over processes," making it difficult to effectively support the educational philosophy of "health first" and "holistic development." To address these problems, this study proposes a "four-in-one" comprehensive physical literacy evaluation model centered on "cognition, behavior, physiology, and character," and offers actionable reform strategies in four aspects: evaluation content, methods, subjects, and result application. The reform emphasizes shifting the evaluation orientation from static "fitness testing" to dynamic "literacy development," enhancing process guidance and stimulating student participation to truly achieve evaluation-driven improvement and sports education, thereby providing systematic support for cultivating lifelong exercisers and well-rounded talents of the new era.

Keywords: College physical education; Education evaluation reform; Physical literacy; Four-in-one model

DOI: 10.62639/sspeet15.20250103

学校体育教育作为教育事业的重要组成部分, 对整个教育与体育事业的发展有着独特的价值和作用, 是推进体育强国的基础。大学时期是青年全面锻炼身体, 促进身心健康, 掌握体育的知识、技术、技能, 养成锻炼身体的习惯, 培养体育意识的重要时期。高校体育教育承担着促进大学生全面发展、提高其健康水平与综合素养的责任。

《深化新时代教育评价改革总体方案》提出“要着力破除唯分数、唯升学、唯文凭、唯论文、唯帽子的顽瘴痼疾”这一理念, 对大学生体育素养进行正确界定, 深入了解大学生体育素养与评价现状, 制定科学的评价指标, 改革评价策略, 是推进学校体育工作, 落实以体育人, 促进高校体育教学评价改革的关键, 更是可持续发展高校

体育教育、探索现代化学校体育新道路亟待解决的问题。

一、大学生体育素养现状以及影响因素

(一) 大学生体育素养现状

本研究通过体育认知与态度、体育行为与习惯、体育技能与知识、体育精神与品德四个维度对湖南省娄底市大学生进行问卷调查, 以了解其体育素养的整体状况。(1) 体育认知与态度方面, 大学生普遍认为体育锻炼对自身重要, 其中超过一半的学生认为非常重要; 锻炼目的排在首位的是增强体质、促进健康; 多数人对基本的运动生理常识有一定的了解, 具备了相关知识储备; 对1-2项运动项目的规则和战术有一定了解, 具备一定的运动规则和战术认知; 体育课和网络(短

(稿件编号: EET-25-3-83004)

作者简介: 周知华(1981-), 女, 汉族, 湖南新化人, 学历: 本科, 职称: 讲师, 研究方向: 体育教学与训练, 工作院校: 湖南人文科技学院。

李建花(1980-), 女, 汉族, 湖南新化人, 学历: 硕士研究生, 研究方向: 体育教育与运动训练, 工作院校: 湖南人文科技学院。
基金项目: 湖南省普通高等学校教学改革研究项目: “高校体育课程思政教学改革与实践路径研究”(课题编号: HNJC-20231188)。

视频、公众号、知乎等)是大学生最普遍的体育相关知识的获取途径;(2)体育行为与习惯方面,大部分人单次锻炼时间集中在1小时内;运动项目选择跑步、健走的比例最高;阻碍体育锻炼的首要因素学业繁忙;(3)体育技能与知识方面,多数人表示掌握了至少一项可长期坚持的运动技能,但认为自己水平一般,对自身的体质健康水平评价一般;(4)体育精神与品德方面,绝大多数人偶尔关注体育新闻或赛事,但在观看体育比赛时,能做到对裁判、对手和观众的尊重,认为比赛中团队合作与竞争意识同等重要。

(二)大学生体育素养养成影响因素

通过开放性意见征询得知,学生认为影响其体育素养养成的主要因素有:(1)体育场地设施不足,部分场馆开放力度不足,不能满足课业体育锻炼需求。(2)课外锻炼评价形式单一,只有校园跑运动形式作为考课外锻炼考核,忽视了个体兴趣差异,导致“为运动而运动”的现象。(3)课程内容和形式不够丰富,不能满足学生兴趣,学生的主动性与兴趣不足。(4)部分学生锻炼意识薄弱,依赖强制要求,缺乏自主运动习惯,同时学业压力挤压运动时间,导致“被动运动”现象。(5)体育社团活动数量少,趣味性和多样性不足,学生参与度和满意度较低。

二、大学生对体育素养评价的看法与认知

大部分学生认为每学期的体育最终成绩对体育素养有一定的反映作用,但欠全面,不能充分反映自身的体育素养。在体育素养评价体系中身体素质、运动技能水平、体育理论知识、体育锻炼行为与习惯、体育精神与品德、体育兴趣与态度等6个维度的重要性排序中,体育兴趣与态度处于最重要的前两位,身体素质指标在第1位和第6位都出现了高频率的维度,呈现出一种认知分化,体育精神与品德在第2位出现频率最高,且极少被放在最后,体育锻炼行为与习惯主要落在第4位和第5位,运动技能水平更多分布在后半段(第5、6位),体育理论知识,有三分之一的人将其排在最后。这个频率分布反映了学生对“体育素养”各维度重要性的一种潜在认知结构。兴趣是点火器,身体基础是燃料,精神品德是方向盘,三者共同驱动个体参与体育,是驱动层。体育锻炼行为与习惯是驱动层的直接产出和体现,为实践层。运动技能水平、体育理论知识是素养的外在成果和延伸,是表现层,体现了内在动机→精神品格→外在行为→专业成果的认知逻辑链。多数学生认为体育素养评价档案会对自己产生激励;自我评价和同学互评是认可度较高的参与主体,另外,对现代技术辅助体育素养评价大部分学生呈支持态度。

三、大学生体育素养评价改革策略

(一)当前大学体育评价体系面临的主要局限:

1. 评价取向存在“技能导向”与“测试本位”

的偏差。现行体系主要依赖期末技能测试(如跑步、特定运动项目技能水平)和体质健康数据作为主要评判依据,容易导致学生为应付考试而锻炼,不能真正激发其运动兴趣,不利于培养体育精神与健康生活习惯。

2. 评价内容偏重“体能优先”,弱化“以体育人的功能”。现有指标难以全面衡量体育教育在塑造学生意志品质、团队协作、规范意识及心理素质等方面的综合育人成效。

3. 过程性评价机制普遍缺失。现有体系未能持续关注学生的日常运动参与、锻炼投入程度以及个人体能进步幅度,对基础薄弱但积极训练的学生的学习积极性有所挫败。

4. 与学生长期健康生活衔接不够。当前评价模式未能有效引导学生体育锻炼向自觉生活方式转化,导致校园中出现“体测期间突击运动、平日锻炼氛围冷淡”的现象,学生没有真正养成体育锻炼习惯。

(二)《深化新时代教育评价改革总体方案》赋予了大学体育评价改革明确的政策方向与时代内涵。该方案从理念、目标与路径三个层面,为高校重构体育评价体系提供了如下战略性指导:

1. 政策导向与新范式要求

确立“健康第一”的核心评价准则:政策要求评价范式实现根本转型,从过去偏重静态“身体指标”的测量,转向对动态“健康素养”与持续性“行为习惯”的综合评估,这标志着高校体育工作的价值重心从体能达标向健康促进转移。

锚定“全面发展”的体系性定位:体育评价必须系统性嵌入德智体美劳“五育并举”的整体育人框架,通过评价改革凸显体育在立德树人、人格塑造与综合素质培养中不可替代的独特功用。

贯彻“终身教育”的可持续发展理念:大学体育应超越在校期间的达标考核,建立具有长远视野的评价体系,为学生奠定终身体育锻炼的基础,实现体育效益的持续性向终身化。

2. 改革的任务与系统性方向

《总体方案》明确了大学体育评价改革的战略路径,核心在于推动评价模式由传统的“体育测试”向现代的“体育素养评价”系统转变。

(1) 核心任务

坚决破除“唯分数”“唯达标”的功利化倾向,构建符合教育规律、兼具科学性与发展性的大学生体育素养综合评价体系。

(2) 系统性改革目标

导向性目标:引导教育主体(学校与教师)根本性转变体育教学观念,确立“健康第一、全面发展”的指导思想,实现教学重心从单一的“技能传授”向全面的“素养培育”升级。

动力性目标:通过评价机制改革,激活学生参与体育锻炼的内生动力,推动参与模式从外源性的“要我练”向内生性的“我要练”转变,从而稳固运动兴趣与习惯。

成果性目标:确保学生通过大学体育教育,

切实掌握1-2项能终身受益的体育运动技能,并形成健康的生活方式,为国家人才培养奠定坚实的健康基础。

(三)切入点:体育行为习惯与评价改革的契合点

要将改革落到实处,必须找到精准的切入点。大学生体育行为习惯的培养与评价改革的结合点在于:将评价的“指挥棒”从指向“结果”转向指向“过程”与“能力”,让评价本身成为推动行为习惯养成的工具。具体切入点包括:

1.从“一次性考核”到“全过程记录”:将评价贯穿于整个学期乃至整个大学阶段,关注学生的出勤率、课堂参与度、课外体育锻炼频率等。

2.从“技能达标”到“能力获得”:不仅评价学生某项技能是否达标,更要评价其自主学习能力、赛事组织能力、体育文化理解能力等。

3.从“体质数据”到“健康行为”:推动评价内容由单一体质指标,向学生健康知识理解、作息规律性、营养认知等综合健康行为领域延伸。

4.从“个体竞争”到“合作与进步”:在评价中纳入小组协作、团队竞赛等集体项目,关注学生在集体中的参与表现,同时注重个人相对于自身前期取得的进步幅度。

四、改革路径:构建“四位一体”的体育健康行为习惯养成与评价体系

(一)重构评价内容——建立“四位一体”的综合素养评价模型

新的评价体系应包含四个维度,全面反映学生的体育素养:

1.体育知识与意识(认知层):

内容:健康知识、运动原理、营养学基础、损伤预防、体育文化等。

评价方式:线上答题、主题报告、小组讨论、学习笔记等。

2.体育技能与能力(行为层):

内容:掌握1-2项运动技能的水平;参与体育锻炼的频率、强度和时长;参与体育社团、竞赛的组织与裁判能力。

评价方式:过程性技能评估(记录进步)、技能达标测试(基础要求)、课外锻炼打卡(利用运动APP、校园卡系统)、参与证明(社团、竞赛活动)。

3.体质健康水平(生理层):

内容:《国家学生体质健康标准》测试成绩。评价方式:年度测试,强调纵向比较(关注进步率)而非横向排名,并对体测不合格学生提供个性化的辅导和改善计划。

4.体育精神与品德(情感态度层):

内容:拼搏精神、团队合作、遵守规则、尊重对手、情绪管理能力。

评价方式:教师观察记录、同学互评、自我反思报告、在比赛和团队活动中的具体行为表现记录。

(二)革新评价方法——实现过程性与终结性评价相结合

1.强化过程性评价:建立“体育成长档案袋”:数字化记录学生整个大学期间的课堂表现、课外锻炼数据、参赛证书、体测变化、反思日志等,形成个人体育素养发展轨迹。

2.推行“运动打卡积分制”:将学生在操场、健身房、游泳池等地的锻炼行为通过校园卡或运动APP进行认证,并换算为积分,计入总评成绩。

3.优化终结性评价:改变“一考定成绩”的模式,终结性评价应侧重于对过程性学习的综合检验,如技能展示、理论运用、组织小型赛事等。

(三)拓展评价主体,构建多元评价机制

建立包括教师评价、学生自评、同学互评、智能系统评估的多元评价体系,提升评价的客观性与全面性,增强学生在评价过程中的主动性和参与感。

(四)强化结果,实现评价的激励功能

1.与评奖评优挂钩:将体育素养综合评价结果与学生的评奖评优及毕业资格审查结合起来进行综合评价,而不仅仅只关注体质测试是否达标。

2.提供个性化指导:定期向学生反馈详细的体育素养分析报告,并给出有针对性的锻炼建议和相关锻炼资源,以帮助学生持续进步。

3.营造校园体育文化:通过公开表彰“体育进步之星”、“运动习惯达人”、“优秀体育志愿者”等,营造“人人爱运动、时时可锻炼”的校园文化氛围。

在深化新时代教育评价改革的背景下,大学生体育素养评价的变革势在必行。其核心从狭隘的“身体测试”转向全面的“素养评价”,从终结性的“判断”转向过程性的“引导”。通过精准瞄准体育行为习惯这一关键切入点,构建一个内容综合、方法科学、主体多元、应用发展的“四位一体”评价体系,真正发挥评价的“指挥棒”作用,有效激发大学生的运动兴趣,培养其稳固的体育健康行为习惯,最终实现“享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”的学校体育目标,为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人奠定坚实的健康基础。

参考文献:

- [1] 陈海鸥,江锦玲.健康中国视域下广东省高校大学生体育素养评价体系的构建[J].韶关学院学报,2025,46(02):47-54.
- [2] 李晓鑫,周凰,金成平.数字技术融入大学生体育核心素养评价的应用框架与实施路径[J].体育教育学报,2024,40(05):8-14.
- [3] 李伟.教育评价改革视域下大学生体育素养评价体系构建探析[J].冰雪体育创新研究,2024,5(19):70-72.
- [4] 王琪,杨怡欣.大学生体育素养评价指标体系构建研究[J].运动与健康,2024,3(02):87-89.
- [5] 张玉超,董养社,万紫艳.教育评价改革视域下大学生体育素养评价体系构建研究[J].南京体育学院学报,2022,21(04):46-56.