

高职院校学生居家体育锻炼的监督和评价机制构建

杨攀

(湖南工程职业技术学院, 湖南 长沙 410151)

【摘要】近年来社会突发事件增多,给人们生活带来了许多不便,同时也严重影响到了教育秩序的稳定。在社会环境的改变中,为稳定教学秩序,喊出了“停课不停教,停课不停学”口号,拉开了线上教学序幕,也就是当下被人们广泛探讨的居家学习。对于基础学科而言,虽然居家学习效果较差,但教师依然可完成教学任务。但对于体育学科等软学科而言,教学效果则大打折扣。当下社会环境中,如何实现体育学科的“停课不停学”,让大学生积极参与体育锻炼,是当下高职院校体育教育工作思考的主要问题。为此,本文以居家体育锻炼监督和评价机制构建为核心,提出了几点教学监督和评价机制建立策略,旨在为增强学生居家参与体育锻炼提供参考。

【关键词】高职院校;居家体育;监督与评价;构建策略

前言:

目前,我国大学生参与体育锻炼时长严重不足,健康水平也由此下降,为了改善我国大学生的身体素质,在教学改革中提出加强体育健康锻炼教学要求,最终是要解决大学生身体健康水平下降问题。因此在“停课不停学”背景下,提出了居家体育锻炼监督和评价机制构建。虽然体育监督和教学评价是教学管理中的一项基础内容,但目前线上居家教学监督和评价机制尚不完善,所以高职院校在完善线上教学模式中,更需要注重线上教学监督和评价机制的有效建立,以充分实现新课标体育教学标准,发挥体育教学实效性。

一、构建居家体育监督和评价机制必要性分析

面对社会出现的突发状况,我国基础教育秩序受到了严重影响,为了降低社会因素对教育造成的危害,保障教育工作的顺利推进,我国教育部门提出了“停课不停教,停课不停学”口号,在全国范围内开展了线上居家教学,与此同时将推动了线上与线下结合教学模式的全面融合。

居家在线教学,让教育再一次成了人们关注的热点话题,这次大规模的线上教学模式,是新教育模式的探索,也是对传统教育模式的突破,将为以后我国教育教学模式进一步改革提供宝贵经验。同时,这也是对高职院校最严峻的考验。高职院校与中小学教育不同,高职院校肩负的教学责任要高于中小学教育,肩负的人才培养使命也更为艰巨。高职院校要面临的线上教学模式探索内容也更为复杂和细致。在当前的社会背景中,高校依托教育机构开展了20多个在线教育平台,将学校各种课程和专业都附着在了网络教学平台,实现了课程教学资源全覆盖和专业课程线上

教学全覆盖。而线上居家教学效果如何?学生学习成果如何?等问题成了教育思考的问题,也是本文深层次研究的问题。

二、目前高职院校居家体育锻炼现状

目前,线上居家学习模式尚处于探索中,体育线上教学开展的目的,一是为了达到新课程体育健康教学标准要求,督促学生养成参加体育锻炼习惯,提高身体健康水平;二,是为了积极响应教育部门提出的“停课不停教,停课不停学”号召,实现推动教育发展目的。就目前线上居家教学效果而言,线上教学实际效果极其不理想,原因在于线上教学期间,学生参与体育学习人数不足;学生课上学习注意力不集中;缺少集体参与体育锻炼氛围;同时,高职院校学生来自天南海北,来自祖国的各个方向,在线上教学期间,主要依托网络信息技术,家庭网络设备的不理想,网络卡顿等问题,严重影响了线上师生互动以及学生与学生的互动。故此,体育教学实效性就无法获得准确评估。为了进一步增加线上教学实效性,加强对体育教学监督和评价,切实达到帮助学生提高参与体育锻炼,增强体质目的,需要构建5G+教育新教育平台,建立适合新时代发展的教育体系。

三、高职院校居家体育健康监督和评价存在问题

在新课改改革中,高职院校积极改进了体育教学模式,积极开展了大学生身体健康素质监测工作,但实际操作过程中,大多数院校只是针对学生身体素质进行了监测和数据整理,并未根据实际数据进行数据分析,未根据数据结果进行体育教学的改革优化,为此未形成有效的教学监督和评价机制。

当下,高职院校体育线上教学监督和评价机制存

在的主要问题有：一，线上对学生身体素质数据的搜集是否真实，是否能够反映真实的教学情况。线上教学的弊端在于，无法直观地了解到学生体育锻炼情况，学生体能测试是否合格，是否达标，填写的信息是否真实，都影响了对线上教学质量的评估；二，线上教学缺乏对测试数据的诊断设置，未根据测试项目设置合适的监督标准。在测试过程中，居家学习的学生只是相应地完成测试，简单地给出测试分数，很少有学生根据在校学习的测试要求进行测试，所以学生体育锻炼中存在的问题，以及身体发展中需要注意的问题，教师都不能给予准确的指导；三，线上教学过程中，缺乏学习反馈或者学生给的反馈不足，都不能作为衡量教学质量的依据。所以线上体育教学监督和评价反馈机制需要进一步完善。另外，多元评价机制不足，缺乏灵活性。目前高职院校体育教学评价方式单一，评价内容也不全面，评价手段也不灵活，导致给教学提供的改革参考效果不足。高职院校体育教学评价考核的方式，依然以教师评价为主，以课堂教学内容为主，对体育要培养学生什么素质；发展学生什么能力，以及要达到怎样的教学效果评价考核不足，进而降低了学生参与体育锻炼积极性。在评价过程中，教师为了达到体育教学任务，往往用同一教学标准要求学生，并用一种考核方式进行考核，线上同一教学的不易实现，导致学生被动参与，教师成为唯一评价主体。这种评价方式，虽然保障了教学任务的完成，但学生身体素质不同，简单的体育工作可能在统一的教学标准下完成，但较为复杂和稍难的体育项目，往往只有体能较好学生完成，而统一的考核标准就无法对每个学生真实的身体情况做到判断，也就降低了体能测评和体育教学效果。

四、高职院校居家体育锻炼与评价有效机制构建方法

（一）完善线上教学资源

在社会环境未发生改变之前，线下教学模式是基础教育模式，也是唯一教育模式，虽然在信息技术发展中，线下教学融入了网络信息技术，但依然以线下教学模式为主，信息技术只是教学中的一种工具。而在社会环境改变之后，线上教学模式与线下教学模式成了混合教学新形态，既受到了人们广泛关注，也遭到了人们的质疑，但社会的改变，让线上教育模式成为新常态化，不管群众接不接受，线上教育模式只会发展越来越成熟，成为一种必然形态。

当前是线上教育模式大力发展的时代，也助推了高职院校体育教育模式的逐步完善，在网络教学模式中，体育教学监督和评价机制的有效建立可先从完善

线上教学资源入手。

如积极引进先进网络技术、5G技术、云技术，让体育教育工作者积极运用新技术拓宽线上教育内容，运用新技术积极研发教学与监督、评价一体化教学平台，对钉钉教学软件、学习通等教学平台进行深度探索，实现对教育功能的全部开发，以此实现对体育教学的额全方位、全过程以及学生全员参与学习过程的监督。另外，高职院校体育教师要积极参与线上体育教学调研，积极思考线上体育教学模式，认真准备线上直播课内容和录播课内容，尽量做到在线上教学中着装得体、表情自然、语言精练富有趣味、体育动作示范标准。在录播课中要确保画面清晰，不卡短，视频流畅等。

（二）优化线上教学方式

如今，对于大学生而言，线上学习正在成为一种常态化，线上教学效果虽远远不及线下教学效果，但线上教学发展空间极大，既为体育教学提供了丰富的教学资源，也为教师开展多样化的教学形式提供了支撑。体育线上教学形式的开展，要想对学生参与体育学习情况做到监督，对学生身体素质做到有效测试，达到对教学质量的有效监控，需要进一步优化线上教学形式。以往线下体育教学模式，主要是通过体育教师的示范和讲解，学生以集体锻炼模式进行学习；教学结束之后，以小组为单位在进行学习测评以及体能测评，显然在线上居家学习中，这种教学模式不切实际，为此教师需要从传统教学中总结经验，需要从网络教学角度，思考传统教学模式的价值和不足，进而在进行优化。如将线下体育教师讲解和示范，改变为让学生进行以学知识复习和动作要领讲解，并让学生对新学习内容简单示范，之后教师在以线上提问和互动方式，让大学生对此进行评价，教师进行信息整理。体育专业知识完成教学之后，体能测试环节，可要求学生让智能设备手机、平板等做辅助，或者通过云技术实现班级全员参与，以云练习达到全面监督，并完成体能测评。在对线上测评数据进行搜集和整理过程中，教师不能依据在校学习期间的体能测评数据，需要从学生在家学习表现，建立新体育测评数据，在综合实际教学结果进行整理和发布。

新时代的发展，推进了信息技术的越来越成熟，同时也推动了线上教学模式的越来越成熟，大数据技术、云技术、5G技术、人工智能、虚拟与现实连接等技术的出现，也对线上教学形式起到了推进作用。为此，在构建体育监督和评价线上教学机制时，也可不断用新的教学场景进行教学，如利用虚拟与现实技术、5G技术等，打造适宜的学习场景，吸引学生注意力，调动学生参与体育锻炼积极性，让网络信息技

术成为有效的线上教学助推力。

（三）构建线上体育教学质量监督考核标准

要达到新课标体育健康教学要求，需要增强对实际教学质量的监控，因此构建监督量化考核标准是非常重要的，合理、科学、完善的课堂教学质量监督考核量化标准，是督促教师不断提升教学质量的准则，也是实现体育最终育人目的的参考依据。居家体育教学与线下体育教学模式的不同，以及教学方式的不同，都不能依据线下课堂教学质量监督考核标准，需要结合居家教学模式，从传统教学监督考核中找出参考标准，如教学准备是否充足、教学计划是否清晰，教学目标是否明确，教学行为是否规范，教学成效是否达标等，在建立参考框架之后，在依据居家实际教学效果，制定打分分值，根据最终的分值进行考核量化，以此达到对线上教学的有效监督，为线上教学各个环节的紧密连接提供保障。

（四）完善线上体育课堂教学质量监控制度

为了更好地达到对体育教学居家教学质量的监督，落实有效的评价机制，学校层面要从线上教学角度出发，从高职院校学生体能测试和反馈机制入手，完善严格的教学监控制度。高职院校应成立具体的线上居家教学监管部门，对体育线上教学质量考核量化的数据进行整理，对体能测试数据进行整理，将其进行整合和审查，以确保数据和结果的真实性。其次，细化数据整合和审核的工作制度，推行责任制，保障教学监督和审查工作不流于形式，从而助推我国线上体育教学质量进一步提高。具体制度的制定可从以下几方面着手优化：一，线上教学管理，师生线上参与学习人数；体育教学内容；体能测试内容以及过程；线上学习效果；二，体育教学质量和相关人员工作制度，线上教学考核方法，教学监督考核量化标准等。

（五）加强线上反馈机制建设

反馈和评价和学校进行教学模式调整的依据，是为学生提供有效服务的参考，在开展体育居家教学过程中，需要重视反馈、评价机制的有效建立，要积极从学生参与体育锻炼角度，从线上教学发展角度，创建有效的线上反馈、评价机制。目前，线上居家教学成为新形态，高职院校学生参与课堂评价和反馈机制也应进行改革优化，依托网络信息技术平台和线上教学平台，建立教学评价和反馈机制，让学生通过网络平台进入校园体育教学网站，进行学习反馈等。为了准确掌握学生身体素质发展和体育教学效果，可在学校的体育专栏中细化各种体育项目和体育体能测试要求，让学生根据真实的学习效果和体能测试，进行数据填写，体育教师要及时对反馈数据进行整

理，以为居家教学积累经验，及时调整线上体育教学的不足，保证线上体育教学发挥实效性。

除此之外，要提高学生自我评价意识。新教育理念提出了以学生为主体的教学理念，虽然是开展线上教学，但依然要遵循学生主体理念，在构建高职院校居家体育教学评价过程中，要充分发挥学生主体作用，让学生切实参与到线上教学评价中。在线下教学评价中，教师主导课堂评价，而线上教学模式与线下教学模式不同，需要建立多元教学评价，多元教学评价有效建立的依据就是学生要全员参与。如开展线上生生互评，师生互评，学生自评，学生的评价既能够准确反映出学习效果，也能够作为衡量教学是否有效的参考依据。通过开展多元评价，让学生参与课堂评价，也能够切实体现出学生课堂主体地位，并且利于提升线上教学趣味性，可让大学生意识到自己学习的不足，并帮助其改正体育学习中的不良习惯，进而利于提升学生参与体育锻炼意识，培养学生终身体育锻炼习惯，发展我国体育事业的目的也可进一步实现。

结束语：

总而言之，监督和评价机制是一种教学管理手段，目的是维护教学秩序的稳定，推动教学质量的提升，达到为大学生更好地服务的目的。高职院校在构建居家体育教学监督和评价机制过程中，要合理运用教学考核手段，要维护好教学平衡，通过线上居家体育教学达到培养大学生参与体育锻炼习惯目的，让线上体育教学模式落地生根，促进大学生身体健康发展。

参考文献：

- [1] 吕薇, 英玉生. 高职院校学生体质健康测试工作现状分析及对策探讨 [J]. 河南农业, 2021(30): 16-18.
- [2] 李天舒. 探讨高职院校体育教学督导运行机制 [J]. 当代体育科技, 2021, 11(03): 118-120.
- [3] 林礼, 度宇. 高职院校阳光体育运动长效机制构建及实施浅析 [J]. 智富时代, 2018(07): 230.
- [4] 程敏新. 高职院校体育教学管理问题与对策研究 [J]. 知音励志, 2016(22): 325.
- [5] 林礼, 度宇. 高职院校阳光体育运动长效机制构建及实施浅析 [J]. 智富时代, 2018, (07): 230.
- [6] 王晓琬. 高职院校“阳光体育运动”的困境与长效机制建构 [J]. 运动, 2014, (14): 122-124+152.

基金项目：湖南省职业教育与成人教育学会 2021-2022 年度科研规划课题：疫情背景下线上体育课对学生居家锻炼实施模式与效果评价研究；课题编号：XH2021067