

体育课堂中多元评价方式对学生参与度的影响

郭荣华

广东省岭南工商第一技师学院 广东 广州 510800

摘要: 体育课堂评价长期存在“重结果、轻过程”“重技能、轻参与”的倾向,制约了学生主动参与的热情。本文探讨多元评价方式对学生体育课堂参与度的影响机制与实践路径。将过程性评价、自我评价、同伴互评、个性化评价等多元方式引入体育课堂,能够显著提升学生的情感参与、认知参与和行为参与水平。建议体育教师构建“过程+结果”“自评+互评”“统一+个性”相结合的评价体系,以评价改革撬动学生参与度的实质性提升。

关键词: 体育课堂;多元评价;学生参与度;过程性评价;同伴互评

引言: 学生参与度是衡量体育课堂教学质量的核心指标,直接关系到运动技能掌握、健康行为养成和体育品德塑造三大核心素养的落地。造成这一困境的重要原因之一是评价方式的单一化——过分强调终结性测试成绩,忽视了学生在学习过程中的努力程度、进步幅度和合作表现。多元评价理论主张从多个维度、由多个主体、采用多种工具对学生学习进行综合评价。本文旨在系统分析多元评价方式如何影响学生参与度,为体育课堂评价改革提供理论依据与实践参考。

1 学生参与度的理论内涵与测量维度

1.1 学生参与度的概念界定

学生参与度是指学生在学习活动中投入的精力、情感和认知努力的总体水平。在体育课堂中,参与度不仅包括是否“在场”和“活动”,更关涉心理投入的深度和持续度。体育课堂具有身体参与公开性、技能差异显性化、团队互动高频化等特点,使参与度问题更加复杂。外表活跃的学生可能心理上游离,动作不协调的学生却可能投入全部努力。因此,体育课堂参与度必须超越“是否在运动”的行为观察,深入到情感体验和认知策略层面。

1.2 参与度的三维结构

学界普遍采用Fredricks的三维框架:行为参与、情感参与和认知参与。行为参与指向可见行动,包括出勤率、练习次数、任务坚持性等;情感参与涵盖兴趣、态度、归属感和价值认同;认知参与涉及学习策略运用、自我调节和深度思考。在体育课堂中,行为参与是基础,但仅有行为参与不够——被动服从与主动探索效果存在本质差异。情感参与是纽带,决定学生能否从“要我练”转向“我要练”;认知参与是深层动力,体现为技能监控、改进思考和运动价值理解。三个维度相互依存,共同构成完整的参与度图景^[1]。

1.3 影响学生参与度的关键因素

影响因素可归纳为三类。第一类是个体因素,包括运动技能基础、自我效能感、成就目标定向等,技能较低者往往因害怕展示而回避参与。第二类是教师与教学因素,其中评价方式最具调节力——过分强调横向比较和最终成绩时,技能薄弱学生参与动机受严重抑制。第三类是课堂环境因素,包括同伴关系、心理安全氛围等,允许犯错、鼓励尝试的环境能显著提升参与意愿。三类因素中,评价方式既是教师可控的操作变量,又对学生心理影响深远,因而是改革的重要抓手。

2 传统体育课堂评价方式的局限

2.1 终结性评价主导下的参与困境

传统体育课堂评价高度依赖终结性测试,将复杂的学习过程简化为50米跑、跳绳、投篮等几个量化终点指标。结果是学生为“考”而“练”而非为“会”而“练”。运动天赋好的学生投入有限也能高分,动力反而下降;运动能力弱的学生努力也难达标,久而久之形成“反正不及格,不如不努力”的习得性无助。评价不仅未激发参与,反而成为参与门槛。更隐蔽的伤害在于,终结性评价使学生形成固定型思维,相信运动能力天生不可改变,从而放弃尝试不擅长的项目。

2.2 单一评价主体引发的参与抑制

传统评价中教师是唯一评价主体,拥有绝对评判权。学生处于被动接受位置,只知“老师给了多少分”,却不清楚“哪里好、哪里需改进”,自我监控能力得不到发展。同时教师观察存在视角盲区——多个练习小组、合作中的贡献度、努力程度的细微差异等难以全面捕捉。而同伴作为课堂中最频繁的观察员,其反馈却被排除在评价体系之外。评价权力高度集中,使学生参与从“主动建构”退化为“被动服从”,降低了课堂主人翁感^[2]。

2.3 忽视个体差异带来的参与分层

统一评价标准假设所有学生能在相同时间内达到相

同水平,与体育学习规律相悖。学生运动基础、身体发育、兴趣类型差异显著,同一把尺子必然导致参与分层:优秀生占据顶端获持续正向强化,中等生维持“安全参与”,落后者长期处于评价低谷。这种分层一旦固化,少数“明星学生”主导展示,多数沦为“背景参与者”。更严重的是,统一标准忽视进步幅度:从不会到能跳50个的学生,其努力和增量可能远超从80到90个,但得分仍远低于后者。“论结果不论进步”的逻辑,严重打击了努力型学生的参与热情。

3 多元评价方式的理论基础与类型

3.1 多元评价的理论依据

多元评价的理论根基来自三个方面。建构主义学习理论认为知识是学习者主动建构的,评价应关注过程而非仅结果,为过程性评价提供认识论基础。多元智能理论指出人类智能包含身体运动、人际、内省等多种类型,传统单一测试只能反映部分智能,而体育课堂恰恰是发展多种智能的场域,评价应覆盖这些维度。目标定向理论区分任务卷入与自我卷入目标,多元评价可通过强调进步和努力,引导学生从自我卷入转向任务卷入,提升内在参与动机。三种理论共同指向:评价越多元,越能覆盖不同类型学生的优势表现,越能激发广泛而深入的参与。

3.2 多元评价的主要类型

体育课堂多元评价可从三个维度理解。从时机看,包括诊断性评价(课前了解学情)、形成性评价(课中持续反馈)和终结性评价(课后总结判定),其中形成性评价对参与促进最直接——及时具体的反馈使学生看到“练”与“进”的关联。从主体看,包括教师评价、学生自评和同伴互评,自评培养元认知能力,互评让学生在观察同伴中获得间接经验并增强互动。从内容看,涵盖技能水平、努力程度、合作表现、进步幅度、规则意识等多维度。多元评价并非简单叠加,而是根据教学目标和课堂情境进行有机组合。

3.3 多元评价在体育课堂中的适用性

体育课堂的特殊性使多元评价具有独特适用价值。其一,运动技能习得具有外显性,学生的努力程度、动作质量、合作行为均可直接观察,为自评和互评提供可操作基础。其二,体育课堂具有高频同伴互动,小组练习、接力比赛、合作游戏等环节中形成密集观察关系,互评信息量大且及时^[3]。其三,体育学习效果呈长周期特征,许多技能需持续练习才见明显进步,要求评价必须关注过程而非仅在终点判定。其四,“体育品德”和“健康行为”等核心素养难以通过技能测试测量,只能通过过程性观察和多主体评价捕捉。这些特性决定了多元评

价在体育课堂中不仅可行,而且必要。

4 多元评价方式对学生参与度的影响机制

4.1 降低评价焦虑,提升情感参与

传统体育评价中,公开技能展示和横向排名使许多学生产生强烈焦虑——担心动作失误被嘲笑、担心成绩靠后被贴上“体育差生”标签。这种焦虑直接导致情感退缩:躲在队伍后排、避免示范、用“我不舒服”逃避展示。多元评价通过两种方式降低焦虑。一是增加自评环节,将部分评价权还给学生,使其从被评判对象转变为学习主人,防御心理显著下降。二是采用个性化标准,强调自我比较而非同伴比较,“相比上次有哪些改进”取代“你在班里排第几”,传递成长导向而非排名导向。当评价从常模参照转向自我参照时,学生课堂愉悦感和归属感显著上升,情感参与随之提高。

4.2 增强自主效能感,提升认知参与

自我效能感是个体对自己完成任务能力的信念。低效能感学生往往采取浅层学习策略——机械模仿、回避挑战、不愿思考改进方法。多元评价通过提供多样化成功机会增强效能感:合作意识强的学生可在互评中获“最佳搭档”认可,态度认真的学生可因“全勤参与”“努力完成”得到肯定。每一次正向评价都是对“我能行”信念的强化。当学生相信努力能带来进步时,认知参与发生质变——从被动接受指令转向主动监控学习过程,开始思考“问题出在哪里”“怎样做得更好”,并尝试运用练习策略。这种元认知层面的参与,是深度学习的关键标志。

4.3 改善互动质量,提升行为参与

同伴互评从根本上改变了课堂互动的结构与质量。传统课堂中学生互动多发生在非正式场合且与评价无关;引入互评后,互评成为有组织的课堂活动,学生需仔细观察同伴、给出建设性反馈、接受评价。这一过程催生高质量互动:观察使注意力更集中,反馈使交流更有目的性,接受评价使心理韧性得到锻炼。互动质量提升进一步带动行为参与——练习专注度增加、密度提高、坚持性增强。但互评需配套明确的评价量规,否则可能流于形式。当学生清楚“观察什么”“如何有效反馈”时,互评才能真正发挥作用^[4]。实证表明,使用结构化互评量规的班级,练习时间和任务坚持性均显著高于对照班级。

5 体育课堂多元评价的实践策略

5.1 构建“过程+结果”相结合的评价框架

实践中应建立过程性与终结性评价相结合的框架,过程性评价权重建议不低于40%,涵盖日常参与度、技能进步幅度、合作表现、课后锻炼记录等维度。具体可采

用“学习档案袋”方式,为每位学生建立课堂表现记录表,由教师随堂记录关键观察,学生自评课后练习情况。进步幅度采用“初始水平+阶段增量”模式:学期初基线测试,设定个体化进步目标,期末评估达成情况。在篮球投篮单元中,初学者目标为掌握正确手型和命中率提升5个百分点,进阶者目标为组合动作连贯性和稳定命中。评价框架应遵循“清晰、可操作、有区分度”原则,使学生明确如何获得好评价。

5.2 实施“自评+互评+师评”的多主体评价

多主体评价的核心是让每个主体在合适时机发挥独特作用。自评适用于每节课结束前反思环节,设计简化自评卡,包含“最大进步”“需改进之处”“自打分”三个问题,用时2—3分钟,价值在于培养反思习惯。互评适用于小组练习和合作游戏,采用“轮换观察法”:成员轮流担任观察员,依据量规评价他人并口头反馈,量规聚焦1—2个可观察指标,如“是否主动配合”“动作是否符合要点”。师评发挥把关和校准功能,对技能关键点专业评判,并对自评互评结果抽样复核,纠正系统性偏差。三者互补:自评促反思,互评促观察,师评保专业^[5]。

5.3 设计“统一+个性”相结合的评价标准

统一标准保证公平性和可比性,个性标准体现对差异的尊重。个性标准的核心是个体化进步评价:学期初师生共同商定进步目标,单元教学中记录多次表现形成进步曲线,期末根据目标达成度和努力程度评定进步分。这尤其适用于技能薄弱学生——他们无法在统一测试中占优,但可通过努力实现显著进步。对优秀学生则设置挑战性目标防止倦怠。建议采用“基础分+进步分”结构:基础分反映统一标准中的技能位置,进步分反映相比前期的提高幅度。权重可按学段调整:低年级侧重进步分,高年级适当提高基础分权重,既承认水平差异又鼓励持续进步。

5.4 开发配套的评价工具与量规

多元评价需配套工具支撑。首先应开发评价量规,将抽象维度转化为具体行为描述。以“合作表现”为例:优秀级为“主动沟通、积极帮助、协调分工”,达标级为“配合完成练习、不干扰小组”,待改进级为“很少配合或影响小组”。量规应在评价前向学生讲解示范,使标准透明化。其次设计简洁记录工具,如参与度观察表、自评互评卡片、学习档案袋等,遵循“低负担”原则,可采用图标化、颜色标记降低使用难度。最后建立反馈沟通机制,定期向学生和家长反馈评价结果,强调发展性功能而非甄别功能,使评价真正服务于学习。

结束语

体育课堂评价变革本质是教育价值观的调整——从“筛选适合教育的学生”转向“创造适合学生的教育”。多元评价通过引入过程性、多主体和个性化评价,有效降低评价焦虑、增强自主效能感、改善课堂互动,显著提升学生在情感、认知和行为三个层面的参与度。多元评价并非否定终结性评价,而是重新定位评价功能:评价首先是促进学习的工具,其次才是测量结果的手段。教师应根据学情、校情灵活构建多元评价体系,让每位学生在评价中获得成长力量,实现“以评促学、以评育人”。

参考文献

- [1]吕强.体育课堂评价方式优化对中学生运动表现的影响研究[J].武魂,2025(7):152-154.
- [2]宋同仁.体育课满意度与大学生持续参与体育锻炼意愿研究:流畅体验视角[J].体育世界,2025(6):156-159.
- [3]王庭.多元化评价方式在小学体育课堂上的渗透实践探究[J].教育界,2025(3):86-88.
- [4]谭燕.新课标下初中体育课堂多元化评价体系的构建研究[J].华夏教师,2025(36):126-128.
- [5]龚招金.核心素养下初中体育课堂多元化评价的实践策略[J].体育画报,2026(3):249-251.