

高中体育课堂即兴评价的优化策略研究

——浙江省普通高中体育学科“新课程新教材”教学展示的听课感悟

□罗思佳

杭州市余杭高级中学，浙江杭州 311100

摘要：教学评价是体育课堂教学转型的难点，决定着课堂教学的走向，直接影响教学效果，即兴评价作为一种课堂教学评价的手段越来越被教师重视和接受。本文在2021年浙江省普通高中体育学科“双新”教学展示中课堂即兴评价案例分析的基础上，从精准定位评价，推进要点的突破力；精心激励评价，持久学生的学习力；精细实时评价，拓宽技能的运用力；精妙分层评价，提升学练的驱动力精到多元评价，优化素养的品质力五个方面，提出优化高中体育课堂教学评价的实施策略，以期提升高中体育课堂教学实效，促进学科核心素养在体育教学中坚实落地。

关键词：即兴评价；高中体育；课堂教学

1. 前言

美国学者斯蒂金斯曾说：“如果评价不能在课堂层面有效地实施，那么其它层面的评价都在浪费时间”。学生在体育课堂中的表现相对于文化课而言更加直观，且易于评价，在精讲多练的体育课堂中，教师的即兴评价尤为重要。即兴评价是指在课堂教学的过程中，教师对学生出现某种良好的行为或不足之处给予及时的认可或指导，让学生获得心理满足或深理解，形成愉悦的心境^[1]。即兴评价强调评价与学习同步进行，帮助学生树立自信心，更好地实现“教”和“学”的任务，真正实现评价的即时、激励、反馈和发展功能^[2]。2021年9月，浙江省普通高中体育学科“新课程新教材”教学展示中，《乒乓球正手斜线平击发球的练习方法1：定点区域正手平击发球》和《运球组合技术运用方法1：运球+运球突破》以体育学科核心素养为导向、以知识结构化教学为重点，通过情境教学和多元评价^[2]有效落实了体育课堂“教会、勤练、常赛”的任务目标。透过两节课中富有艺术性的以评促学的即兴评价，笔者明确体育课堂中教师应化身教练深入学练小组指导学生，以准确有效的即兴评价优化体育课堂教学。

2. 体育课堂的即兴评价

体育课堂的即兴评价是指体育教师在课堂实践中所观察到、感受到的学生学练行为，有所感触并即时进行有助于促进学生运动能力、健康行为和体育品德的评价。有效的即兴评价需要教师预设和实践过程中反复的验证，并不是有感而发。

2.1 课堂即兴评价的预设

根据教学目标、教学重难点和学练标准，预先设想实践课堂中学生出现的学练困惑并设计出富有艺术性和鼓励性的评价方式、语言措词和评价动作，找到解决学生困惑的引导式方法，可做到心中有数，课上不慌。

如，有效的学练标准通常具备三个特征，一是具备可操作性，二是能使学生在学练中表现出专注的学练行为，三是尽量采用以2人以上团队合作一致性^[4]。撰写学练标准还应把握的三个关键词是“动作、环境、任务”^[5]，做到学生的学练任务清晰可视和易评价。唐老师的乒乓球课中定点区域正手平击发球的学练内容中，学练标准是“转腰蹬地充分，注意触球时机，力度适中。发球落点为扇形区域任何位置，各练习10次交换，成功率90%以上”。从中解读“动作”是“转腰蹬地充分，合理触球时机且力度适中的发球”；环境是“扇形区域任何位置为发球落点”；任务是“发球练习10次交换，成功率90%以上”，每次授课都有清晰的学练标准能帮助老师和学生进行有参照有依据的即兴评价并及时纠正存在问题，为学生的动作学习和运用提供保证。

2.2 课堂即兴评价的实践

教师的每一条即兴评价落在学生心里都有不同的响应和作用，积极的即兴评价是需要老师经过实践课的次次打磨、反思和修改才能获得。在体育课的准备部分中面对胆怯、不爱运动的学生应作以鼓励为主的点评，基本部分中面对技术动作不理解和技战术受挫的学生可作激励促进为主点评，结束部分中应及时回顾学生课堂发挥出色的点并予以评价，力争让每一条评价都能有助于激发学生对体育知识技能学习的热情。

3. 基于即兴评价优化高中体育课堂教学的策略

浙江省普通高中体育学科“双新”活动中，《乒乓球正手斜线平击发球的练习方法1：定点区域正手平击发球》和《运球组合技术运用方法1：运球+运球突破》即兴评价环节中，教师对学生出现的学练困惑以身临其境感受为共情点进行引导与评价，帮助学生学好知识技能的同时发展解决困难的能力，并提高学生的意志品质。笔者通过分析和总结课堂教学录像，从精准

定位评价、精心激励评价、精细实时评价、精妙分层评价和精到多元评价五个方面进行课堂教学优化策略的阐述。

3.1 精准定位评价，推进要点的突破力

教师在日常教学中经常夸赞学生“很好”“真棒”等等，很好，好在哪里？真棒，棒在什么地方？如果能把好和棒的具体表现表述的再精准些，学生肯定会备受鼓舞。如本次活动乒乓球课单一练习中，有一个小组的 A 同学水平很好，每次都能将球发到最小的区域，其他同学的水平一般，老师发现了这个现象，叫停了练习，夸赞 A 同学：“你发球到最小区域的成功率非常高，球速也很快，能分享下经验吗？”A 同学美滋滋的说：“发球时重心要低，瞪转要快”。老师马上接着夸赞：“你说的非常专业，降低重心和蹬地转腰都是发球时发力的要点，请指导你的伙伴继续练习。”老师看上去三言两语的夸赞，再次激发 A 同学的学练热情，也带动了身边的小伙伴，最重要的是老师夸赞 A 同学的过程中把学练内容的要点深深印在每个学生的脑海里。

3.2 精心激励评价，持久学生的学习力

第斯多惠所讲的“教学的艺术不在于传授本领，而在于激励、唤醒和鼓舞”。激励是最有效的教育方式，能否恰当地掌握激励程度，直接影响激励的作用发挥^[6]。超量激励和不足量激励不但起不到激励的真正作用，有时甚至还会起反作用，严重挫伤学生的学练热情。恰当的即兴评价也是如此，应具有导向功能，能够充分激发学生的学习积极性，帮助学生建立自信。让我们的体育教学课堂教学事半功倍，让学生充满热情挑战学练任务，促进学生身心健康的全面发展。

如足球课组合练习（2V2）练习中一位 B 同学进攻时，面对的球门被对手封住，队友被另一位防守人死死的盯住，老师观察到 B 同学的不知所措后叫停练习，先帮其分析问题：“现在突破很困难，同伴位置也不利于传球，不能传球也不能向前时候，你肯定可以思考出来一个合理的控球方向，加油！”。B 同学听后，随即控制好球做了个运球转身，以退为进。老师紧接着鼓励到：“对，漂亮！非常好的决策，再把空间拉开些，不要轻易放弃，你还有机会，控制好距离，非常棒，你成功了，祝贺你！”，针对学生在实际情境的学练困惑，老师恰当的激励帮助学生克服困难并有效激发了学生的学练激情和兴趣。

再如，乒乓球课的展示环节，一位自告奋勇展示发球但未成功的学生，老师耐心又微笑的说：“没有关系，你已经很努力，很用心的发球了，老师为你大胆上台展示先点个赞！”随后老师面对其他学生说：“展示难免紧张，这位同学很用心的展示发球，刚才哪一个点出了些小插曲呢？对，转腰蹬地不是太充分，大家回答的很好！”老师面朝这位同学又鼓励道：“来，拿个纪念品，给你棒棒糖，继续加油！下一个练习环

节请努力争取领到手环！”

足球课中老师用合适、妥当的语言激励学生学练，乒乓球课中老师对展示发球未成功的学生更是抓住时机，先表扬鼓励再以提问的方式转移尴尬，最后用纪念品奖励等方式激励学生成长。两位老师在学生的练习环节中不夸张、不吝啬的给予恰当的点评，用合理的语言深入学生的心里，保证了学生学练的积极性。

3.3 精细实时评价，拓宽技能的运用力

课堂教学即兴评价最大的特点是评价的即时性，即兴评价作为第一时间的评价，不受时间和空间的限制，为体育课堂“学、练、评”的一致性创建了最有力的保障。尤其是开放性运动项目中，学生动作技能的运用表现易稍纵即逝，纠正不及时容易形成错误的方法。著名的赫洛克效应告诉我们，在教学过程中，为有利于调动学生积极性，应该及时的对学生的活动给予一定的评价，这样能调动学生的积极性，对今后的学习生活起促进的作用。如足球课的组合练习（2V2）中，进攻方学生失败的瞬间，老师及时叫停了练习，并还原了失败瞬间的场景，与学生交流和指导：

刘老师：请说说刚才没有成功的原因？

持球人：传球失误了。

刘老师：导致传球失误的原因是什么？

持球人：同伴的位置不好。

刘老师：问题找得非常准，你认为同伴应该在什么位置比较好？

持球人：往我身后跑。

刘老师：这个想法很好！让同伴往你身后跑的好处是什么？

持球人：拉开的传球角度。

刘老师：真棒！同伴往你侧后方跑，除了拉开传球的角度，还有什么好处？

持球人：把防守人带走。

刘老师：非常棒！按照自己的想法试一试。

刘老师通过运动情境重现、放慢运动节奏、讨论学生技战术运用的结果和分析正确的技战术运用思路，及时帮助学生拓宽足球运球突破的实战运用思考。

3.4 精妙分层评价，提升学练的驱动力

实践性是体育教学的主要特点，区别对待是体育实践教学遵循个体差异的教学策略^[7]，也是追求学生个性发展、百花齐放的教学方法。对于体能状况好的学生应加大运动强度与难度；对体弱且技能不佳的学生应更多的俯身给予鼓励和信心；对于胆大爱表现的学生，可以为其创造时机助其发展；对于胆小羞涩的学生，可以小范围或单独表扬，鼓励其勇敢展示自己。

唐老师在乒乓球教学中，对动作技术学练有困难学生这样说道：“我们这台进度比别人慢一点，没关系，不要着急，上节课出现的问题，这节课把它解决就行！”在不同球网空间的练习中，对表现优异的学练小组说道：“我们这组是上次获得手环的同学，水平比较高，

可以提前下降装置过中段40厘米的高度，你们依旧可以做到，请试试看！”面对学生乒乓球技能的差异性，也让学生在比赛中有对抗的动力，唐老师用升级赛制将学生分为两大组并保持灵活的升降功能，面对比赛的结果，唐老师点评到：“好，比赛结束，同学们很投入，依据比分，恭喜乙组的第一名请进入甲组，甲组的最后一名请再接再厉，争取快速回到甲组。”

此次活动的授课内容都是开放式运动技能项目，两位老师按照学生的差异性分组学练，根据学生技术水平设置不同教学方法和即兴评价，创设由易到难、由简到繁的活动和比赛情境，用积极的话语鼓励学生，帮助他们在符合自己运动水平的环境中提升技能水平^[8]，以健康向上的情绪适应队友和比赛环境，提高了学生分析和解决问题的能力。

3.5 精到多元评价，优化素养的品质力

体育与健康课程是一门以身体练习为主要手段的课程，评价方法的多样化更显著于文化课，体育课堂中的一个微笑、一个击掌、一条规则、一份奖品和一场比赛等各个方法可对学生进行综合评价，都能使学生形成学科核心素养，获得全面发展。

在足球的4v4对抗赛中，刘老师对规则的设置激发了学生的思考，在练习情境中，刘老师用赞扬的语言对C同学大声说道：“非常聪明的决策，做得很好，本来可以轻松得1分，但你选择利用变向时机得了3分，为你喝彩！”，然后跑过去主动与该学生击掌，该生的表情和身体动作表现的很兴奋很喜悦。4下4上交替比赛练习时，C同学和同伴场下讨论交流场上的比赛，刘老师走过去问他：“你同伴刚才的传球怎么样？”C同学说：“提前量太大了”，刘老师回答“对！你说的很准，同伴明显没有到位，这样传球很难接到，请你给他一些提示，帮助他一下！”赛前和赛后都得到老师评价的C同学，似乎神来助力，浑身透露着喜悦和兴奋，化身教练的他对场上的同伴更是给予许多鼓励性的建议，让课堂充满了能量。

对于比赛结果的现实性，评价的方向也极具艺术性，乒乓球课中，面对胜负差异的比分，唐老师说道：“请黄队和蓝队算一下分，计在大屏幕上，黄队：蓝队是182:175，从数据上看出我们黄队发球‘命中率很高’，但也不缺乏蓝队在体能和接发球技术环节中更好一些。”皆大欢喜又不失公正的点评是老师艺术性授课的体现也是鼓舞人心、饱满课堂的实际举措。面对学生成功与失败的动作展示，“请再努力，给你棒棒糖，拿好小纪念品”，“很不错哟，拿好手环，这是你的奖品”，唐老师的鼓励性点评和礼轻情意重的小礼物更能温暖每一位学生，激励学生更好的学习，也促进了自己更好的教学。

依托规则设计评价份额，依据学练标准给予鼓励评价，从互帮互助到团队成长，从命中率很高到体能和接发球技术更好一些，从鼓励展示到奖品送到手，两位

老师在评价方法中既关注那些运动基础相对较弱但学习态度认真的学生，又鼓励运动优异的学生再上一台阶，多元又多样的评价增强了学生自信心也优化了体育课堂的教学有效性。

4. 结束语

基于《浙江省中小学体育与健康课程指导纲要》的课堂教学转型，是本次“双新”培训活动的主题。倡导课堂教学转型的途径，为内容化零为整体现结构化，组织化整为零体现有效性。笔者认为课堂教学转型的成功依托于教师对课程指导纲要的理解和学习，实现于教师教学设计的安排和教学实践的用心摸索。以优化课堂即兴评价为实践出发点，直抵备课核心，为教师有效教学、学生有效学习和课堂有效转型提供途径和落脚点。

参考文献

- [1] 田彪, 赵星豹. 创新课堂即兴评价浅析[J]. 理论论坛, 2018(28):169.
- [2] 中华人民共和国教育部. 普通高中体育与健康课程标准(2017版2020年修订)[S]. 北京: 人民教育出版社, 2018:1.
- [3] 余立峰. 对普通高中体育与健康课程标准的理解与行动构想[J]. 体育教学, 2018(03):24-25.
- [4] 余立峰. 基于学科核心素养教学方式的改进策略[J]. 教学研究, 2018(10):27.
- [5] 祝芳, 牛国刚. 以“方法”为教学内容的课例研析[J]. 体育教学, 2018(10):13.
- [6] 顾志能. 给孩子更多的鼓励吧[J]. 小学数学教师, 2021(7):123.
- [7] 余立峰, 陈宗珊, 张伟. 指向深度学习的跨栏跑模块教学设计[J]. 体育教学, 2021(8):13.
- [8] 毛振民. 体育教学论[M]. 北京: 高等教育出版社. 2006.
- [9] 张红珍. 动感单车进高中体育课堂[J]. 当代体育科技, 2019,9(5):71,73. DOI:10.16655/j.cnki.2095-2813.2019.05.071.
- [10] 罗维仁. 谈如何以高中体育课堂为载体推动校园足球发展[J]. 才智, 2020(18):171.
- [11] 何寅. 如何以高中体育课堂为载体推动校园足球发展[J]. 文渊(小学版), 2020(5):840-841. DOI:10.12252/j.issn.2096-6261.2020.05.1193.
- [12] 朱胜利. 浅议如何构建一个高效的高中体育课堂[J]. 百科论坛电子杂志, 2021(5):1488. DOI:10.12253/j.issn.2096-3661.2021.5.1479.