

# 改革视域下高职院校学生体质健康测试机制落实途径

雷金潮

(桐城师范高等专科学校 安徽省 桐城市 231420)

**摘要:** 有效提高大学生群体的身体素质,是目前我国高职院校改革工作的重点之一。既是高校体育工作的一项教育工作,又是全面贯彻国家政策的一个重要内容。本文针对目前高职院校学生体质健康测试体制中存在的问题,并对其测评结果进行有效的评估与反馈,旨在促进我国高职院校学生体质健康测试管理工作的规范化及科学化,能够更好地为学生服务。

**关键词:** 高职院校;健康测试;体制机制

## 引言:

当前,由于高职院校学生群体体育锻炼不足,而造成的体质健康下降的趋势并没有得到很好的缓解。为切实提高我国青少年的身体素质,制定《国家学生体质健康标准》,以促进大学生身体素质的提高。其目的在于通过对学生的体质的检测,对其进行科学的评估,为以后的体育健身活动提供科学的参考。目前,体质测试工作已成为学校体育工作的一项常规工作,但目前还未取得预期的成绩,《标准》的实施还有待于进一步的完善与优化,因此,在实施过程中,学校不仅要注重学生的身体素质测评的结果与评估,还要注重反馈与提升环节的主体责任,使之真正发挥教育部的激励、教育、反馈、指导等职能。

### 1、高职院校学生体格检查的发展状况

《国家学生体质健康标准》的出台,从根本上推动和激发大学生积极参与体育活动、培养良好的体育习惯、增强学生的身体素质和形成终身健身意识。目前,我国各高校都在大力推行学生体质健康测评,但在实际操作中,大部分学校还停留在对学生的体质健康检测结果的收集和上报等方面,忽视了对学生的健康情况的监测和诊断。如何在现有的基础上,找出评估反馈机制存在的问题,并建立一个真实、可信的、有效的反馈机制,是当前亟待解决的问题。《国家学生体质健康标准》在各大院校中的执行状况并不理想,有必要改进:

由于学生的身体素质测试合格或优良的程度,与学校制定的各种考核指标有关,考试数据不真实,应当杜绝数据造假;

在考试期间,学校的场地、设备、操作程序等都要按照标准的要求进行,考生有充分的准备时间参加考试,确保所收集的身体健康资料是真实、有效的;

大部分学校仅关注于考试流程,仅对学生的测验成绩进行评估,极少数学校会依据测验结果,为学生提供有针对性的反馈,并提供必要的运动处方或健康指南;

考核评估的反馈机制有待于进一步的改进。高等职业技术学院需要设立专门的检测机构。高等职业技术学院要健全学生体质健康检测的管理体制,设立专业检测中心,由校级体育主管负责,设置中心事务和数据上报岗位,分工明确,制订具体的工作方案,确保新《国家学生体质健康标准》的执行。

### 2、高职院校学生体格检查制度与机制问题浅析

#### 2.1 职业技术学院学生身体素质测评与反馈体系中的问题

首先,高职院校学生的身体素质测评反馈机制存在缺陷。目前,许多高等职业院校都没有建立身体素质测评的反馈机制,或者说,他们的身体素质测评机制还不完善。其主要体现在:评估过程中存在数据输入的真实性、有效性、评估准则的制订和评估结果的科学性和合理性存在争议。在没有设定测试数据时,依据资料,为不同类别、不同层次、不同问题的学员提供低质量的体育服务指导,制

定非科学的健身方案和运动处方。缺乏或不充分的反馈,主要表现为没有反馈或反馈的时限,以及反馈对象的不合理和不清楚。

其次,对学生的身体状况进行了评价。当前,许多职业技术学院都对国家和政府有关的政策、标准、文件等进行了较为深入的了解和系统地学习,并在实际工作中应用。但是,在此过程中,高职院校的测验人员对其重要性的理解不够,并未引起足够的关注。由于缺乏或不健全的检测和评估,以及管理和监管的不到位,使考试工作无法真正体现出学生的身体素质,只能做一些表象,无法真正地发挥其指导作用,使其反馈功能大打折扣。

第三,评估反馈的结果不够充分。反馈机制的主要功能就是让学生对自己的情况有一个清晰的认识,但是现有的反馈机制并不能很好地反映出学生的情况,所以考试的本质目标就会发生变化。目前,高职院校对反馈机制的作用并不十分重视,这就造成了他们对自己成绩的忽视,从而忽略了自己的身体素质。目前我国高职院校体育教学中存在着重成绩、轻干预的现象。在实施“以评促建、评改促改、评促管、评建结合、重建设”的原则下,需要对高职院校的体育教学进行评价和反馈。

#### 2.2 影响高职院校升学制度的因素

高专毕业生是“升级版”的高中生,他们在进入大学前,要经过三年的文化课,中学教育主要围绕着高考文化课,尽管政府和社会各方面都要求在中学开设体育课,但在高考的巨大压力下,绝大多数的体育课都被文化课占据,而体育教师的工作压力较小,导致一些教师的工作积极性较低。而由于体育教师自身素质的限制,无法深入挖掘提高学生身体素质的有效途径,致使各高职院校的学生体质较差,缺乏运动习惯,从而成为制约高职院校体育教学的重要因素,无法促进职业技术学院体质健康检测工作的健康发展。

#### 2.3 影响高职院校体育教育系统的因素

目前大多数高职院校还没有形成良好的运动环境,教学重心依然集中在文化课上,对身体素质测评工作的宣传与引导不到位,对体育活动的重视程度不够,对体育教学的支持力度不够,师资队伍不强,从学校到教师、学生,对体育课程的总体认知水平还没有提高;在体质健康检测工作的开展上,多数高职院校还处于“盲人摸象”的摸索阶段,没有形成一套完整的工作机制,不重视、不熟悉、不健全的考试制度、教师对考试工作的消极懈怠、考试过程中存在部分隐瞒、虚报等问题。多种因素对高职院校的体质健康检测工作产生了一定的影响。

### 3、高职院校学生体能素质测评的实施途径

#### 3.1 完善职业技术学院学生体质健康测评的反馈机制

通过对目前高职院校学生体质健康状况的调查和反馈机制的分析可以看出,当前高职院校学生体质测试反馈机制的监督管理工作还不到位,导致反馈机制只是流于形式,不能很好地发挥作用。在对学生进行体检的时候,必须对考生的身体状况进行全面的检

查,以确保数据的真实性,并将其输入到系统中,这样才能保证学生的体能水平。

建立一个以反馈为基础的网上服务平台,实现信息的公开和透明。随着因特网的不断发展,以及网络办公的日益普及,职业院校学生的身体状况反馈机制也必须与时俱进,建立一个反馈机制,在学校的体育栏目中,将各种测试反馈机制的信息公布出来,并添加相关的运动和训练方法,使学生可以根据这些信息,进行针对性的训练,从而为自己的身体健康状况收集有用的参考资料,达到更好的效果。

要积极地为学生创造良好的提高身体素质环境,并通过反馈机制发挥其功能。通过不断完善的服务,反馈机制为学生的健身提出了有针对性的意见,这就要求学校在这一领域不能懈怠,要主动地为学生创造环境,让他们改变自己的身体素质。比如,在合适的地方,设立一些活动,为学生们提供一些锻炼身体的设备,而在这个过程中,他们可以根据系统中的数据,做出相应的安排,这样的安排,可以极大地提高学生的学习积极性,提高他们的身体素质。

### 3.2 加强高校体育文化建设项目的实施

首先,要从根本上推动高职院校体质健康测评,必须从转变学生的思维方式入手。学校应大力宣传身体素质测评工作的重要性,使其养成良好的体育意识,消除不良的生活习惯,加强运动,提高身体素质。其次,高等职业技术学院应根据学生的体质特点,制订相应的改善对策。如考试发现,学生的超重状况普遍较高,学校应与后勤部门协调,制订有关的健康饮食制度,改进饮食搭配,使学生吃得更好,使每个人的体重保持在正常水平。最后,各学校应加强体育设施设备的配备,增加经费,增加相应的设备,确保每个学生都能合理、充分地享有体育资源。高职院校在购买身体健康检测设备时,应选用正规厂家的精密仪器,并经有关部门认可,以确保检测结果的准确性。

开展体育健康教育是提高大学生体质健康意识的一种有效手段,也是保障体育健康考试顺利进行的一项重要措施。因此,在进行体质检测之前,高职院校必须改变观念,认识到其重要性,做好宣传教育,让他们更积极地参与到运动中来,从而促进他们的身体素质提高。加强体质健康测评的宣传,要注重方法,让学生理解考试的目的和规律,提高学生的身体素质,保证考试的准确度。例如,在体育课上,通过在学校的公共告示牌和校园广播等方式,让学生了解身体素质的检测,从而促进他们对身体素质的重视。

### 3.3 建立有效、健全的体育教学系统,推进体测工作的开展

加强对高职学生身体素质的检测,不仅是对学生本身有影响,也是对国家前途和民族命运的重大影响。高等职业技术学院要充分利用自身的优势,立足当前,放眼未来,建立起一套有效、全面的体育教育系统,将体育教育推向一个新的高度;改革现行的体育教学模式,将测试工作融入到每节体育课程中,从制定小目标到完成大目标逐一推进,稳步提升学生的健康体质状况。体育教师要不断提高自己的思想意识和专业知识,充分运用现代高科技的多种媒介,充实教学内容,增强对学生的吸引力,加强运动训练的方法和方法,使体育锻炼不再限于课堂,而是渗透到日常生活中,形成“学习-巩固”的良性循环。

### 3.4 提高职业技术学院学生的身体素质测评方法

提高考试的标准与内容。在对学生进行体质健康测试时,要注意提高测试的标准和内容,使测试的标准和内容既要兼顾学生的身心健康,又要兼顾心理能力、社会能力以及与学生的身心健康有关

的测试,这样才能更好的提高学生的身体素质;重视检测设备的更新。针对目前学生身体素质测试中存在的仪器设备老化问题,应及时进行更新,而老旧的仪器设备无法保证学生身体素质的准确性和可靠性。由于仪器的使用比较老,会对测试成绩和学生的身体造成一定的影响,所以,学校要加大经费,更新老旧的仪器,既要保证学生的身体素质,又要保证他们的身体健康。为了全面地保证学生的身体素质检测结果的准确性和安全性,必须对其进行定期的维修,对仪器进行更新,可以有效地防止在检测过程中发生的安全隐患,定期进行定期的检测与维护,既能确保学生的身体素质检测的准确性,又能将安全问题降到最低;重视对学生身体健康检查的宣传。在高职教育发展过程中,应重视对大学生的身体素质测评,使其充分认识到其重要作用。首先,要从学校的领导层次着手,提高对考试的重视,并加大对学生身体素质的检测。另外,在各方面都要与学校的发展协调,对考试时间、地点等作适当的说明。因此,在体育教学中,要有针对性地进行运动训练,使学生的体质得到持续的提高。

### 3.5 做好身体检查中的安全问题

有效提高安全管理标准,保护学生群体在接受各项测试时不会出现意外状况,同样也是高职院校改革健康测试体制机制的前提。在具体开展健康测试工作的过程中,教师必须要重视安全因素,并对学生进行耐心的引导和测验,保障其在参与测试前充分热身,尤其是活动量较大的测试项目,一定要组织学生开展热身活动。同时,为了保证体育教学的有效性,加强体育教学的效果,保证体育教学的顺利进行,在进行体质健康测验之前,必须要对考生的身体状况有一个全面的了解,以避免考试中出现的安全隐患,并对其进行针对性的体育锻炼,保证其在体能测试中达到合格标准。另外,可以根据实际情况,适当减少考试,把学生的身体健康放在第一位,并随时做好安全防范。

### 结论:

目前,高职院校对学生身体素质的测评还存在着一些问题:考试标准偏低,考试内容不全面,仪器设备落后,无法确保学生的身体素质检测结果的准确性,无法确保考试的顺利进行。因此,应加强对学生体质健康的检测。为了使学生的身体素质得到更好的发展,应继续探索改进的方法。因此,必须尽早地对我国高职院校学生的身体状况进行有效的管理,寻找解决问题的途径。在国家大力支持以及党和政府高度重视的情况下,高职院校必须与时俱进,大力推动体质健康检测工作的发展。

### 参考文献:

- [1] 胡用岗,李凌.高职院校大学生体质健康测试差异性分析[J].安徽体育科技,2013(4):4.
- [2] 王永,毛淑娟.对高职院校大学生体质健康测试结果的分析[J].当代体育科技,2015.
- [3] 侯雁春.当前高校大学生体质健康测试体制机制存在的问题与对策研究[J].体育科技文献通报,2017,25(6):2.
- [4] 陈恒兴,刘春.普通高校建立学生体质健康标准测试长效机制分析[J].文体用品与科技,2020(24):2.
- [5] 卢金邦.分析大学生体质健康测试数据分析与对策[J].高情,2016,000(052):128.
- [6] 宗继军.高校学生体质测试中的问题与对策研究[J].体育科技文献通报,2015,23(6):2.