

# 大学生体质健康新旧测评标准的比较

黄勇前<sup>1</sup>, 王石龙<sup>2</sup>

(1. 湖北大学 体育学院, 湖北 武汉 430062; 2. 武汉大学 体育部, 湖北 武汉 430072)

**摘 要:**对大学生体质健康新旧测评标准进行了比较研究。结果显示,新《标准》在项目设置、测试手段、评价标准、评价结果、学生的可接受程度诸方面均优于旧《标准》,并对新《标准》实施过程中存在的问题提出了相应对策。

**关 键 词:**体质健康; 评价标准; 大学生

中图分类号:G804.49 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2006)02-0098-03

## A comparison between the new and old College Student Physical Health Evaluation Standard

HUANG Yong-qian<sup>1</sup>, WANG Shi-long<sup>2</sup>

(1. College of Physical Education, Hubei University, Wuhan 430062, China;

2. Department of Physical Education, Wuhan University, Wuhan 430072, China)

**Abstract:** The authors compared and studied the new and old College Student Physical Health Evaluation Standard, revealed that the new Standard was superior to the old Standard in terms of item setting, test mean, evaluation standard, evaluation result, and degree acceptable to students, and put forward corresponding actions for issues existed in the process of implementation of the new Standard.

**Key words:** physical health; evaluation standard; college student

2002年教育部、国家体育总局联合颁发了大学生体质健康新的测评标准即《学生体质健康标准》(简称新《标准》),从而取代施行了10年之久的大学生体质健康旧测评标准即《大学生体育合格标准》(简称旧《标准》)。新《标准》已于2004年新学年开始在全国施行。为此,本文从项目设置、测试手段、评价标准、评价结果、学生的可接受程度几个方面对新旧《标准》进行对比分析,以加深对新《标准》认识与理解,促进新《标准》的贯彻实施。

## 1 新旧《标准》比较

### 1.1 新《标准》更以人为本

新《标准》的项目设置以学生的体质健康为主线,给学生锻炼以更大的自由选择权,反映了高等教育“以人为本”的办学思想。

旧《标准》的测试项目和评价指标,只注重选择与运动技能密切相关的身体素质,用一个或几个运动项目成绩的好坏来简单地评定学生某个阶段的身体生理机能状况和健康水平,忽视与学生体质健康相关的信息评估,没有考虑学生的个体差异性和兴趣爱好的不同,必然造成评价结果的不公平,也必然会挫伤学生自觉参与锻炼的积极性和主动性。在

旧《标准》的评价中,田径项目占绝对主导地位,特别是耐力性的中长跑项目,学生为了“达标”顺利毕业,不得不勉为其难地去练习。实际上,这种一次性突然大强度运动测试,不仅没有能够很好地引导学生对中长跑这种十分有益于身体耐力和心肺功能的项目产生好感,反而因为测试中鲜有承受过的痛苦和难受,给学生心理造成了很大压力,进而对类似项目产生害怕、反感甚至厌恶。事实上,能提高耐力素质的途径很多,其中学生感兴趣、愿意参与的项目也不少,如爬山、越野、游泳、滑雪、自行车等,就很受学生欢迎。新《标准》从学生身体形态发育水平、生理功能水平、身体素质和运动能力发展水平3个主要方面进行综合评价。这种注重目标化评价的项目设置很大程度上结束了某几个运动项目成绩决定评价结果的历史,实现了“教测分离”,在一定程度上克服了考什么教什么、测什么练什么的应试教育弊端。学生可以根据自己的身体条件、兴趣爱好选择体育项目进行锻炼。同时也可把体育教师从繁忙的应试项目教学中解放出来,有助于鼓励体育教师充分发挥自己的智慧与潜能,研究和开发出更加科学有效地提高学生体质和健康水平的教学方法和手段,充分展示体育教师个人的教学艺术及专业特长,满足学生参与体育锻炼的兴趣和爱好需要。

## 1.2 新《标准》测试手段更科学

旧《标准》的测试基本上是采用人工计量,体育教师利用学生课外活动时间进行测试。由于这种集中测试方法测试学生人数多,而参与测试的体育教师及工作人员相对不足,测试标准执行不够严格,测试出来的数据难免有些人为误差,缺乏一定的真实性。

新《标准》的测试绝大部分项目都在智能化的精密仪器上进行。这种智能化仪器直接读写测试结果。科学的测试方法及手段,不仅可以避免人工测试过程出现的偶然性误差,增大测试结果的准确性,而且减少了测试人员丈量成绩、填写结果等诸多中间环节,大大提高测试速度和效率,减轻测试人员的劳动强度,也能在一定程度上减少个别体育管理人员和体育教师为了应付每年上报、评比、表彰等影响自己切身利益的工作而采取的一些虚报成绩、弄虚作假的不良做法,使测试结果能更真实地反映学生的体质健康实际。

## 1.3 新《标准》的评价体系更人性化

旧《标准》的评价,虽然对学生身高、体重、肺活量、胸围等内容进行了测试,但在评价时并没有作为量化指标,也没有占评价的分值。其评价指标主要从学生的速度、耐力和上、下肢力量3个方面来设定。共5项指标,每项100分,每项指标学生得分区间是0~100分,其中任何一项测验成绩不得低于30分,否则计为不及格。并且其评价结果与学位制度、学业奖励等各种学生利益直接挂钩,既是学生接受体育教育的个体评价标准,也是高等教育总体评价的重要组成部分。它的实施,在一定时期、一定程度上促进了大学生掌握体育的基本知识和科学锻炼身体的方法,对大学生养成自觉锻炼身体的习惯起到了积极作用。但这种只重视学生运动技能的评价,而没有顾及学生个体差异性及其心理健康状况,容易造成评价结果的片面性和不公平。与旧《标准》一样,新《标准》的评价也设立了5个指标,采用总分百分制。但新《标准》大多采用指数法进行评价,规定每个指标的得分区间为该指标分值的50%~100%,设置了每个指标得分的下限,即原则上不能低于该项指标分值的50%。

从新《标准》的以上评价标准来看,它的实施,不是为了对学生体质健康状况做出特殊的选拔或单纯的鉴别,其最终目的是要激励学生积极参与体育锻炼。通过评价,反馈给学生、家长及相关教师,使学生知道自身的体质健康状况还存在哪些问题或不足,应该怎样努力才能达到理想的目标。这种以人为本、以体质健康为中心、采用指数法进行评价的方法,可以在很大程度避免不同个体因身高、体重等因果的差异性造成的不利影响和潜在的消极心理,既可以帮助学生形成正确的体育意识和态度,加深体育锻炼对促进身心健康的认识,也可以提高学生对体育的情感、态度,有利于学生终身体育意识的形成,对促进全体学生综合素质的提高、完善体质健康评价体系具有深远影响。

## 1.4 新《标准》可接受程度高

新《标准》采用了科学的指数法进行评价。与旧《标准》相比,各指标分数段的要求标准都相应降低了。从2003年对我校2001级学生测试结果的总体等级达标情况也可以看

出,新《标准》测试中学生的优秀率为28.47%、及格率更是高达99.67%。只有极少数体质特别弱或身体具有某些先天性缺陷或后天残疾的学生达标稍有难度。通过问卷调查结果显示,这种避免“一棍子打死”的人性化评价,由于充分考虑了学生个体差异性,而受到95%以上学生好评。与旧《标准》相比,学生的满意度明显提高。

可见新旧《标准》无论是项目设置、测试手段,还是评价标准和评价结果等方面的比较,新《标准》都表现出明显的优越性。

## 2 新《标准》的不足

尽管新《标准》的实施很好地解决了许多旧《标准》中存在的问题,但也有其不足之处。

### 2.1 新《标准》缺乏对大学生心理健康因素进行评价的指标

现代体育心理学研究证明,健康愉悦的体育活动能改善人们焦虑和紧张等心理状态。当今许多发达国家已将体育列为治疗心理疾患的重要手段。教育部也已明确规定,要求我国各高校从2004年新生入学开始,建立心理健康档案。因此,作为高校体育风向标的《学生体质健康标准》有设立心理健康评估指标的必要性和可能性。

首先,从体质、健康的概念与内涵看,体质,即人体质量。一般认为是指在遗传性和获得性的基础上表现出来的人体形态结构、生理功能和心理因素的、相对稳定的特征。它包括5个主要方面的内容:身体形态发育水平,生理功能水平,身体素质和运动能力发展水平,心理发展水平,对社会、环境的适应能力及对疾病的抵抗力。而健康不仅是没有疾病和不虚弱,而且是保持生理、心理和社会适应的完美状态。其主要影响因素包括:环境(包括自然环境和社会环境),生物学基础即机体的生物学和心理学因素,生活方式,卫生保健措施4个方面。可以看出,无论是体质还是健康,其概念和内涵中心理因素都是十分重要的组成部分。因此,作为完善的体质健康标准,缺少对学生心理健康的评价,显然是片面的。

其次,大学生令人忧虑的心理健康水平现状,要求高校把培养学生健康的心理放在首位。越来越多的心理学调查研究结果表明,由于就业形势严峻、学业负担繁重、精神压力大,当代大学生中有一半以上的人存在不同程度的心理疾患,也出现越来越多大学生心理崩溃的案例。因此,作为强调和鼓励学生重视心理健康的有效手段,有在《学生体质健康标准》中设置心理健康标准指标的必要性。反映在体育教学中,需要正确运用运动生理学、体育心理学理论,遵循运动技能形成规律,结合人体运动过程中心理活动的变化规律去组织教学,时刻注意激发学生良好的学习动机,促进个性健康发展,培养学生顽强的意志品质,就一定能取得良好的心理学效果。

### 2.2 成绩的评价可能造成评价结果的失真

新《标准》实施办法中规定:早操、课间操和课外体育锻炼出勤率达到98%以上,并认真锻炼者;获等级运动员称号者;参加校运会及以上体育比赛获名次者;学生体育干部在



组织各项体育活动中,工作认真负责者,可奖5分,并可累计加分。对体育课、早操、课间操和课外体育锻炼无故缺勤,一年累计超过应出勤次数的1/10或因病、事假缺勤,一年累计超过1/3者,其《标准》成绩应计为不及格。《学生体质健康标准》反映的应该是学生体质健康的真实情况,是一个相对科学的量化标准,如果人为对评价测试结果进行加分或减分,必然影响评价的准确性。首先,从主观上讲,出勤率的高低取决很多不确定因素。如学校对体育工作的重视程度、体育教学管理和课外辅导机制、学校有关职能部门配合情况、基层体育干部的责任心等都可能产生直接影响。其次,从客观上来说,早操、课间操及课外体育活动等不属于体质、健康的内涵范围,与学生的体质健康水平并无直接的因果关系。况且学生心身锻炼的时间和空间及锻炼途径远不局限早操、课间操和课外活动。比如说有些学生喜欢把锻炼时间安排在周末,有的学生则习惯在晚自习后去操场上跑几圈,而把早晨宝贵的时间用来学英语背单词。因此,如果只在早操、课间操和课外活动时间计算考勤,势必对习惯于其它时间进行锻炼的学生造成不公。更何况,学生出勤后是否认真锻炼,也没有合理的尺度去衡量,再之,学生公寓逐渐向社会化方向发展,远离校区,远离教师,体育活动场地严重不足等诸多因素,也给出勤的具体统计、监管操作带来了一定的难度。

### 2.3 测试结果与利益挂钩的做法弊大于利

《学生体质健康标准》实施办法规定:学生达到《标准》良好等级以上,才能评三好学生、获奖学金;学生毕业时《标准》成绩不及格者,按肄业处理。高等教育要求学生德、智、体全面发展,强调体质健康的重要性固然没错,作为促进学生自觉积极锻炼的有效手段,把获《标准》等级情况列为学生“评优评先”的必要条件也不为过。但《标准》这种连同学业“一票否决”的做法,“处罚”过于严厉。从我们多年实施《大学生体育合格标准》工作的经验看,由于利益攸关,往往导致《标准》测试过程中弄虚作假、围着教师给“人情分”等现象时有发生。在新《标准》的测试中,我们就发现有些学生测肺活量时连续吹气;立定跳远变成了二级跳甚至多级跳;握力测双手力量;测身高时掂起脚跟等现象。这种投机取巧的行为,不仅使《标准》的测试结果失去了其预期的评价和指导意义,而且对培养学生诚信等良好的行为规范产生不利影响。发现这个情况后,我们及时对后面测试的学生进行了新《标准》实施的目的是意义教育。调查结果也证明,有近1/3以上学生并不赞同把《标准》达标情况与毕业、学位挂钩。而且,在实际操作过程中,执行起来也有很大难度。现在各大学学生的毕业就业率成为了衡量一个学校办学水平高低的重要指标,肄业、没学位无疑给学生就业造成严重的负面影响,学校有关主管部门到最后对学生体育方面的很多管理规定总是不了了之。因此,与其有法难依,不如变法而行。

### 2.4 评价指标可选项目过多影响评价的科学性和一致性

新《标准》的5个评价指标中,3个指标设有可选项目:反映学生心血管机能的台阶实验和反映学生耐力素质发展水平的中长跑项目任选1项;反映学生静止状态下躯干、腰

髋部位关节、韧带和肌肉的伸展性和粘性的坐位体前屈和反映学生上肢肌肉力量发展水平的握力体重指标及反映腰腹肌耐力的仰卧起坐(女生)任选1项;还有反映学生下肢爆发力量的立定跳远和反映学生协调性、下肢力量的50m跑任选1项。选择项目的设立,在一定程度上照顾了城乡之间、地域之间因为经济条件等因素造成的体育发展不平衡,但同时也相应降低了它们之间的可比性效果。而且,这些反映不同部位或不同器官、系统机能状态的项目放在一起,作为一个体质健康因素的评价指标,难免会出现评价及管理上的混乱。如果不同地方、不同单位在实施《标准》过程选择的项目不一样,可能导致测试结果具有一定的差异性。

## 3 结论

新《标准》的评价内容注重体育教学效果的系统性评价,淡化了对教育过程和手段的过多干预,突出了与学生体质、健康有直接影响且关系密切的身体形态、心肺循环系统功能、肌肉的力量、耐力及柔韧性,表明了现代人生理、心理、社会三维健康观的逐步形成。评价结果能更精确、有效地反映学生体质健康发展水平现状。旧《标准》以身体素质、技术技能作为学生体育成绩及健康状况评定的主要内容,忽视了体育的隐性特征和健康要素,因此它已经不能满足当代大学生身心健康发展的需要。

新《标准》检测方法和手段主要采用智能仪器进行,结束了长期以来各《标准》测试人工操作的历史,简化了测量程序,使测量和评价工作更客观和科学,评价结果也更加真实、可靠。

新《标准》的实施,对我国高校深化学校体育改革、完善体质健康评价体系、促进全体学生综合素质的提高,都将产生深刻的影响。

新《标准》以个体评价为主调,体现了现代教育“以人为本”、“健康第一”的指导思想,新《标准》中指数化评价的大量使用,使评价更趋个性化,为学生进行自我监测、自我评价提供了科学的参考依据。

## 参考文献:

- [1] 教育部,国家体育总局.学生体质健康标准(试行方案)[S].2002.
- [2] 马启伟,张力为.体育运动心理学[M].杭州:浙江教育出版社,1998:89.
- [3] 张秀波.体育教学要促进学生身心全面发展[J].沈阳体育学院学报,1999(1):65-66.
- [4] 刘宏.大学生身心健康指标测试情况分析[J].上海体育学院学报,2004,28(1):89-93.
- [5] 中国学生体质与健康研究组.2000年中国学生体质与健康调查研究报告[M].北京:高等教育出版社,2002:157.
- [6] 薛林峰,沈晓强.不同体育项目对学生心理健康影响研究[J].中国学校体育,2004(1):55.

[编辑:李寿荣]