

“双减”背景下我国学校体育生态系统的现实困囿与发展向度研究

苏群珍 邱欢萍 徐雄*

湖南工业大学 体育学院

DOI:10.32629/er.v9i4.6982

[摘要] 以生态学理论为框架，系统研究了“双减”政策背景下我国学校体育生态系统的现实困囿与发展向度。“双减”政策通过重构教育生态环境缓解学生学业压力，为学校体育发展带来契机，但当前学校体育生态系统面临多元主体动力失衡、知识结构应试化失序、功能失调及复合环境秩序骤变等多重挑战。基于此，文章从微观主体重塑、中观类型协同、外部区域均衡及宏观层次跨越四个维度提出系统性发展策略，旨在构建“五育融合”的可持续发展生态体系，推动学校体育从“局部优化”向“整体跨越”转型，最终实现学生身心健康与核心素养全面提升的教育目标。

[关键词] “双减”政策；学校体育；生态系统；生态学理论；五育融合

中图分类号：G633.9 文献标识码：A

Research on the Current Constraints and Development Directions of China's School Sports Ecosystem under the 'Double Reduction' Policy

Qunzhen Su, Huanping Qiu, Xiong Xu*

Physical Education School of Hunan University of Technology

Abstract: Within the framework of ecological theory, this study systematically examines the current constraints and developmental trajectories of China's school sports ecosystem under the 'Double Reduction' policy. While the policy alleviates academic pressure by restructuring the educational environment, thereby creating opportunities for school sports development, the ecosystem currently faces multiple challenges: imbalance in the dynamics of diverse stakeholders, disorder in knowledge structures due to exam-oriented education, functional dysregulation, and abrupt shifts in complex environmental order. Consequently, this paper proposes systemic development strategies across four dimensions: micro-level stakeholder reshaping, meso-level typological coordination, external regional equilibrium, and macro-level transcendence. These aim to establish a sustainable ecosystem integrating the five pillars of education, propelling school physical education from 'localised optimisation' to 'holistic transcendence'. Ultimately, this seeks to achieve the educational objective of comprehensively enhancing students' physical and mental wellbeing alongside core competencies.

Keywords: 'Double Reduction' policy; school physical education; ecosystem; ecological theory; integration of the five educations

引言

2021年7月24日，中共中央办公厅与国务院办公厅联合发布了《关于进一步减轻义务教育阶段学生课业负担和校外培训负担的建议》（以下简称“双减”政策）^[1]，该政策的出台意在从根本上缓解义务教育阶段学生所面临的沉重学业压力及校外培训负担，构建一个更加健康和諧的教育生态环境，促进学生的全面成长和健康发展。“既把学习搞得好好的，又把身体搞得棒棒的”^[2]是习近平总书记对广大中小学生的殷切希望，也是“双减”政策颁布的工作目标。学

校体育生态系统是一个以促进学生全面发展为核心，通过内外要素的有机整合与动态调节，实现教育功能、文化价值与社会效益协同发展的复杂网络结构^[3-4]。这些子系统通过协同作用实现体育教育功能，通过体育课程、课外活动等载体促进学生体质健康和全面发展^{[5][6]}。

1 双减背景下的学校体育生态

1.1 双减为学校体育生态系统重构

新时代背景下，学校体育以体育人的目标导向在实际过程中出现偏差。教育本应基于价值理性，以实现人的社会化

和人的现代化为目标。当下工具理性盛行，主要表现为推崇以唯分数、唯升学的短视化和功利化为主的教育评价取向，这显然违背了国家的教育方针，导致当前学校体育生态系统发展面临严峻挑战^[7]。在“双减”政策的出台，为学校体育生态系统的重构提供了契机^[8]。学校能够借此契机，加大体育设施的建设力度，优化体育课程设置，提高体育教师教学水平，进而为学生营造一个更为优质、健康的体育学习环境。

1.2 学校体育生态系统的理论基础

学校体育生态系统的理论基础主要源于教育生态学与系统论，强调将学校体育视为一个动态平衡的有机整体，其核心在于协调“人—教学—环境”的互动关系^[9-11]。该理论认为，学校体育由自然生态、社会生态和规范生态三个子系统构成，分别对应物质环境、社会环境景观，主张通过优化资源配置和能量流动实现体育教育的生态化目标^[12]。这一理论体系通过关注教学主体与环境的共生性，致力于构建和谐、

平衡的体育教学生态，最终指向学生体质健康与终身体育意识培养的可持续发展目标^[13]。

1.3 学校体育生态系统的理论模型

学校体育生态是教育生态的有机组成部分，依据尤·布朗芬布伦纳的发展生态理论，对学校教育生态系统做进一步分析。基于该视角分析“双减”背景下学校体育发展的生态系统，可以将“双减”看成是导致生态系统中学校和社会环境发生改变的生态因子，由此形成了新型学校体育生态系统。将布式嵌套生态系统模型将学校体育视为由多层级环境动态交互构成的有机整体，其理论框架包含四层结构：微观系统聚焦课堂生态与家庭体育支持等直接影响学生行为的核心场域^[14]；中间系统强调家校社协同的跨环境协作机制；外部系统涵盖政策支持、技术赋能及区域经济条件等间接驱动因素；宏观系统则指向体育文化价值观与社会教育观念等深层结构性力量。

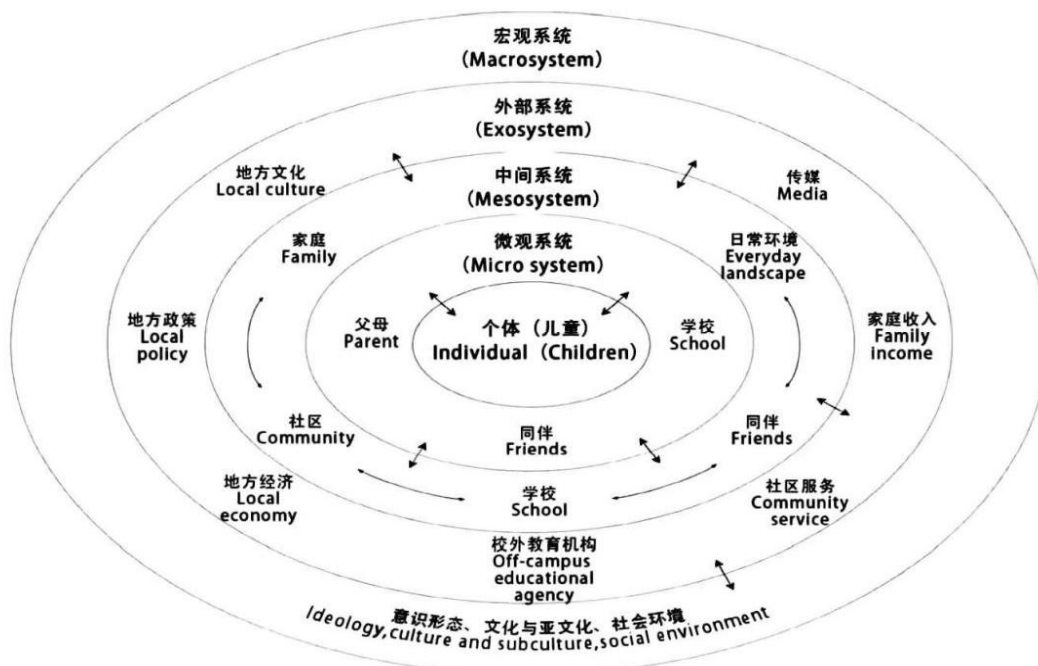


图1 生态系统理论模型

2 “双减”背景下我国学校体育生态系统的现实困囿

2.1 多元生态主体动力失衡

依据教育生态学理论，学生、教师与校外教练员在学校体育生态系统中均处于微观层次，拥有各自独特的生态占位并呈现主体多元化特征。依照知识的生产、吸收与转化功能，该系统可分为生产者、消费者与分解者三类角色。在学校体育生态系统中，体育教师作为“生产者”承担课程设计、技能教学与赛事组织等多重任务，“双减”背景下课后服务常态化使其每周需额外增加4—6小时工作量，造成角色超载

与专业发展受限。部分教师仍受“技能本位”影响，跨学科整合能力不足，难以满足“五育融合”要求。学生作为核心“消费者”，其锻炼动机呈功利化趋势。“双减”虽增加了体育时间，但“体育中考”使多数学生为得分而训练，部分学校又以课后服务补课替代运动，实际参与率低于预期。校外教练员与家长作为“分解者”也面临角色调整。教练员入校后与教师职责不清、缺乏协同，课程与评价易冲突；家长对体育价值认知偏狭、参与渠道不足，限制了其有效支持。多主体动力失衡削弱了体育生态系统效能，不利于学生兴趣与习惯养成。

2.2 体育生态知识结构失序

体育生态知识以生态学思维为核心，融合多学科知识体系，系统性解构体育领域各要素间的动态关联与协同机制。“双减”政策通过压减学科类培训、延长体育课时，打破传统“重智轻体”的教育格局。但在这一过程中出现的知识结构失序现象，本质上是政策目标与实践惯性的冲突。初中体育教学长期围绕中考项目展开，“考什么教什么”使课程内容被压缩为应试技能训练，忽视运动科学、健康管理等核心素养，导致教学方法陈旧、知识结构窄化，体育育人功能由“以体育人”异化为“以分育人”。“双减”后的课后体育服务本应拓展课堂，但因缺乏统筹，校内外活动呈无序叠加，内容重复、竞赛化倾向明显，削弱了技能进阶与兴趣培养。体育教师在知识更新与模式创新上面临瓶颈，难以开发契合学生需求的新课程，进一步加剧价值偏移，阻碍学校体育生态系统的健康运行。

2.3 生态系统功能失调

在教育视域下，生态系统功能指教育系统内外部要素通过动态交互形成的整体性效能，其核心在于资源流动、价值转化与系统平衡。“双减”政策通过限制作业量、规范校外培训等措施，旨在重构教育生态平衡，但学校体育生态系统因资源供给不足、调节机制滞后及功能协同性缺失，面临系统性功能失调问题。其一，课后服务时间挤压体育空间承载力，“双减”政策要求学校提供课后服务，但未匹配体育场地扩容措施，导致时间增量与空间存量矛盾激化。在山西的六所乡村小学和一所乡镇初中，这些学校的学生人均活动空间都达到了国家要求，但只有一所小学建有200米标准塑胶跑道。资源无法与体育教师的需求相协调，存在显著不足。其二，尽管“双减”政策明确要求保障学生每日校内体育活动时间，但基层执行中普遍存在“打折扣”现象，不少初三学生和家長忙于“临时抱佛脚”，每天晚上加练体育中考项目，学校为规避问责风险，将体育活动简化为应试工具，违背“健康第一”的初衷。其三，学校体育生态系统的功能失调还体现在资源整合与利用的低效上。校内外体育资源的互补性不足，难以支撑学校课后服务的多样化需求。社会体育资源的商业化倾向与学校公益性目标之间存在矛盾，家长对校外体育培训的成效期望过高，导致功利性培训项目泛滥。

2.4 复合生态环境秩序骤变

生态环境是体育生态系统的基础性生态因子，是一切制约和影响学生学习内外部条件的宏观框架，环境秩序受到的冲击和变迁主要体现为：学校体育生态环境骤变、社会生态环境关系模糊和学生心理生态环境发展不畅三个方面。“双减”政策引发学校、社会与学生心理三个层面的生态秩序重构，原有平衡被打破，形成多重适应挑战。校内方面，学校

体育承担更多课后服务任务，“增负”与“减负”并存，育人环境失衡。教学仍重技能轻素养，难以有效激发学生兴趣；课后服务时间延长又与课堂学习形成竞争，部分学校以课间活动充数，导致体育参与率远低于政策目标，加剧校园生态碎片化，削弱“五育融合”成效。社会层面，校外体育培训在政策规范下需转型，但学校与社会资源衔接不足，商业化培训与学校公益性目标存在冲突，“供需错位”使课后体育服务难以形成有效支撑。学生层面，学业压力叠加体育应试化，运动动机功利化加剧，进一步引发焦虑、倦怠等心理问题，凸显体育生态系统适应性不足。

3 “双减”政策下我国学校体育生态系统的发展向度

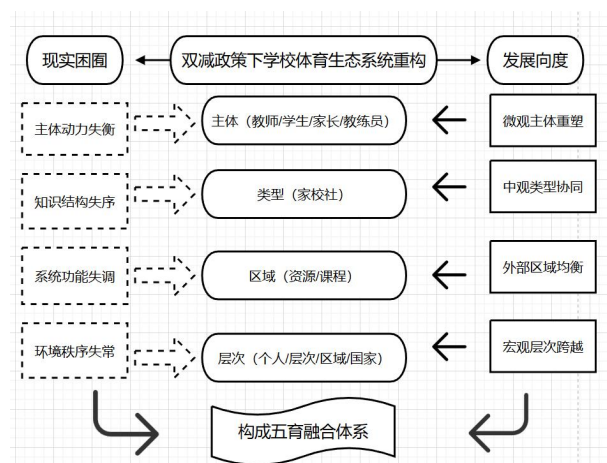


图2 “双减”政策下学校体育生态系统发展向度重构路径

3.1 微观圈层：生态主体的价值重塑与能力提升

教育生态学理论强调，生态主体的互动关系是维持系统稳定与发展的核心动力。在“双减”政策背景下，学校体育生态系统中的主体——教师、学生、校外教练员与家长——面临角色定位模糊、能力滞后与协同缺失等问题。需通过专业化发展、激励机制优化和协同机制构建，实现主体价值的重塑与能力的系统性提升。在学校体育生态系统中，教师作为知识生产者与调节者，其专业能力决定系统运行质量。《义务教育体育与健康课程标准（2022版）》要求教师由“技能本位”转向“素养导向”。构建跨校实践共同体；在评价中加入跨学科课程开发与健康行为引导，激励创新。学生作为核心消费者，其动机异化是系统失衡关键。需构建“兴趣—能力—价值”驱动机制；改革评价体系，采用运动能力、健康行为、体育品德三维评价；通过基础+选修的分层课程满足差异化需求，强化主体性。校外教练员与家长作为分解者，应明确资质与职责边界。建立教练员资格认证与协作备课制度，探索“双轨制”发展路径，提高职业认同。家长需提升体育价值认知，通过家长课程与家校活动参与育人过程，营

造良好家庭体育氛围, 从而增强系统协同效能。

3.2 中观圈层: 生态类型的多元化与协同发展

在学校体育生态系统中, 内外圈层统一作用的关键共振点是家校社同向共育。以家校社生态圈层为基础, 需充分发挥学校的专业育人功能, 推动三方共建以学生健康与可持续发展为核心的育人共同体在“双减”背景下, 学校、家庭与社会需形成三方协同的体育育人格局。学校应突破“考什么教什么”模式, 构建“基础技能—专项拓展—健康素养”三位一体课程体系, 既强化技能规范, 又提供多样化运动选择, 并融入运动科学与心理健康内容。同时通过“高校—教研—学校”联动机制提升教师专业能力, 加强运动损伤防护和差异化教学培训。家庭需由被动监督转向主动共建, 摒弃体育应试化观念, 通过制定家庭运动计划、营造运动氛围、学习健康知识等方式, 将体育素养融入日常生活。社会层面需通过制度化框架明确各主体责任, 以量化指标保障落实, 构建全域协同的体育育人环境。

3.3 外部圈层: 生态区域的均衡发展 with 特色打造

从外部圈层看, 学校体育生态系统的发展受到区域校外环境的共同影响。校外层面, 社区资源整合、培训机构转型与公共空间开放共同构成学校体育的重要支撑。通过“校社联动”, 社区体育中心、青少年活动基地等可向学校开放游泳馆、攀岩墙等专业场地, 缓解“时间增量与空间不足”矛盾, 并承接课后体育服务外包。“双减”推动培训机构由应试辅导转向普惠性技能培训, 通过“白名单”与课程审核机制规范体能与运动启蒙, 成为学校体育的有效补充。校内层面, 学校从单一教学组织向“教学—训练—发展”协同体系转型。课程以国家标准为基础, 采用项目化与模块化设计, 构建“体能—技能—健康”三维教学结构, 满足差异化需求。课后服务依托社团与校队形成“普及—提升—竞技”三级训练体系, 实现学生的分层发展。通过运动成长档案与家校协同活动, 将运动习惯从课堂延伸至生活, 形成育人闭环。

3.4 宏观圈层: 生态层次的优化与跨越发展

从宏观圈层看, 学校体育生态系统的优化是一个多要素协同的复杂工程, 需要在个体、学校、区域及国家四个层次构建跨层次联动的体育生态体系, 实现从“局部优化”到“整体跨越”的转型。在个体层面, 应将健康素养纳入体育评价体系, 依据体质监测制定“一人一案”运动计划, 并开设运动心理辅导, 通过体育活动缓解压力、促进身心发展。学校层面要构建“五育融合”课程体系, 推进“体育+德育”“体育+美育”等跨学科教学; 区域层面需建立体育教育联盟, 通过课程共享、教师交流和赛事联动提升资源效益; 实施“城市优质校—乡村对口校”机制, 缩小城乡差距; 搭建“学校—社区—俱乐部”资源平台, 整合社会资源丰富教学。国家

层面应完善顶层设计, 设立专项基金支持薄弱地区建设, 并借鉴国际经验优化政策体系。四层级协同推进, 可构建立体化学校体育生态, 为学生全面发展提供良好环境。

4 总结

“双减”政策为我国学校体育生态系统的发展带来了新的机遇与挑战。通过对学校体育生态系统的理论基础、构成要素、模型结构的深入剖析, 以及对其在“双减”背景下演化逻辑的细致梳理, 我们清晰地认识到当前存在的问题及其根源。而针对这些问题提出的发展向度, 从微观圈层的生态主体优化, 到中观生态类型、外部生态区域的改进, 再到生态层次的宏观跨越, 形成了一个全面且具有针对性的发展策略体系。

[参考文献]

- [1]教育部.中共中央办公厅国务院办公厅印发《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》[EB/OL].(2021-7-24)[2021-11-20].http://www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/gzdt_gzdt/s5987/202107/t20210724_546566.html.
- [2]赵成林.习近平总书记关于青年发展重要论述探析[J].上海党史与党建,2019(8):50-54.
- [3]曾仁杰,夏之阅,陈丹.基于生态位理论解构高校体育专业的核心竞争力[C].第十二届全国体育科学大会论文摘要汇编——专题报告(学校体育分会).中国山东省日照市,2022:105-106.
- [4]王忠宝.体育生态化探析[D].沈阳:东北大学,2011.
- [5]王瑜洁,庄浩,黄伟,等.中高强度身体活动在学校体育环境与青少年体质健康关系间的中介作用[C].第十二届全国体育科学大会论文摘要汇编——墙报交流(体质与健康分会).中国山东省日照市,2022:277-278.
- [6]赵洪波,张贝尔,姜勇.创新生态系统视角下学校体育高质量发展:多维机制及实践路径[J].体育文化导刊,2024(5):7-13.
- [7]赵娉婷.“双减”背景下学校教育生态系统的分析与优化[J].教学与管理,2023(15):43-47.
- [8]柴王军,刘哲辰,李国.“双减”政策背景下青少年体育培训业高质量发展的实践模式与推进策略[J].武汉体育学院学报,2022,56(6):63-71.
- [9]岳君,谢冬娣.以可持续发展观审视高校体育生态化[J].安徽体育科技,2008,29(4):77-78.
- [10]苏月.体育课堂生态化教学评价指标体系的构建[D].聊城:聊城大学,2015.
- [11]曲新艺.学校体育教学问题的教育生态学诊断[D].北京市:北京体育大学,2011.

[12] 聂立贤. 学校体育环境对小学生体育锻炼行为影响的三元交互决定理论分析[D]. 秦皇岛市: 河北科技师范学院, 2024.

[13] 刘美君, 周绍军, 杜娟, 等. 发展生态学理论视域下我国青少年体育健康促进发展的研究[C]. 2024 第二届四川省体育科学大会论文报告会论文集(2). 中国四川省成都市, 2024: 332-333.

[14] 陈平. Bronfenbrenner 生态系统理论模型视阈下幼儿体质健康发育的研究[J]. 中外交流, 2019(36): 31-32.

作者简介:

苏群珍 (1985-), 女, 湖南株洲人, 博士, 研究方向: 大学体育教育。

邱欢萍 (2002-), 女, 湖南株洲人, 硕士, 研究方向: 学校体育。

徐雄 (1982-), 女, 湖南株洲人, 博士, 研究方向: 大学体育教育。

基金项目:

湖南省社科基金课题 (23JD034)。