

双减政策下韶关中小学课后体育教育现状研究

李兵

韶关学院体育学院

DOI:10.12238/er.v8i1.5767

摘要：为探究“双减”政策对中小学体育教育的多方面影响，本文采用多种研究方法，包括对学校体育活动安排的记录、体操设施的实地考察和统计、教师教学情况的观察以及学生参与态度的问卷调查等。研究发现，“双减”政策实施后，中小学体育活动时间及举办次数明显增长，学生对参加课余体育活动兴趣浓厚且主动性强，然而中小学校体操设施短缺、数量有限致学生使用不平等，且因学生众多，优秀的体育课教师难以周全照顾每位学生。结果发现，“双减”政策虽推动体育活动开展，但体育设施与教师对学生个体关注等方面需改进，应采取增加设施投入、探索有效教学组织形式等措施提升体育教育质量，促进学生全面发展。

关键词：双减政策；韶关；中小学；课后体育教育；现状

中图分类号：G8 **文献标识码：**A

Research on the Current Situation of After-school Physical Education in Primary and Secondary Schools in Shaoguan under the "Double-reduction" Policy

Bing Li

School of Physical Education, Shaoguan University

Abstract: In order to explore the multi-faceted impact of the "double-reduction" policy on physical education in primary and secondary schools, this paper adopts a variety of research methods, including the record of school sports activities, the field investigation and statistics of gymnastics facilities, the observation of teachers' teaching situation and the questionnaire survey of students' participation attitude. The study found that after the implementation of the 'double-reduction' policy, the duration and number of sports activities in primary and secondary schools have increased significantly, and students have a strong interest and initiative in participating in after-school sports activities. However, the shortage of gymnastics facilities in primary and secondary schools and the limited number of students lead to unequal use of students, and because of the large number of students, it is difficult for excellent physical education teachers to take care of every student. The results show that although the "double-reduction" policy promotes the development of sports activities, sports facilities and teachers' attention to individual students need to be improved. Measures such as increasing facilities investment and exploring effective teaching organization forms should be taken to improve the quality of physical education and promote the all-round development of students.

Keywords: Double-reduction policy; Shaoguan; Primary and secondary schools; After-school physical education; Status quo

引言

“双减”政策为中小学教育带来了重大变革。在韶关，这一政策不仅重塑了传统的教育生态，也为课后体育教育带来了新的机遇与挑战。课后体育作为学生全面发展的重要环节，对增强体质、培养意志品质意义重大。然而，在“双减”背景下，韶关中小学课后体育教育的实际开展情况却有待深入探究。本研究旨在了解双减政策下韶关中小学课后体育教育的现状，分析其中存在的问题，并提出解决对策，为进一步推动“双减”政策在地方教育中的有效落实提供有力依据。

1 “双减”政策下中小学体育教育的重要意义

1.1 有利于促进学生身体健康

在体育课程的教授过程中，老师通过激励学生参与更多的体育活动，有助于显著增强学生的体质健康水平。首要，系统化的体育练习能够强化学生们的心血管功能，并增进体质的耐久力和肌肉力量，从而促进学生优秀体魄的形成。此外，体育活动亦能显著提升学生的身体协调力、灵敏度和均衡技巧，进而有助于增强学生体质。终究，有序开展体育锻炼对学生体质机能的优化不可或缺，例如提升睡眠水平、平

衡激素分泌等方面，对于青春期生理成长极为关键^[1]。

1.2 有利于加强学生团队合作

运动项目的核心价值在于塑造学生的协作与分享意识，教育工作者在授课时采用多样的体育课程，有助于学生认识到团队协作的价值所在。学生在参与各类体育活动时，应培养聆听并重视他人看法的能力，共同确立目标，并携手合作为实现该目标而努力。经历这一系列活动后，学生在交流技巧、协调本领和互信方面得到了显著提升，有效促进了团队协作意识的培养。协同协作的重要性并不局限在竞技领域，其影响广泛，贯穿学生的日常生活并深入他们将来的职业发展。个体通过这一系列活动，领悟到在群体内发挥自身的功效，掌握了在协作环境里确定自己的位置，并认识到为了实现共赢目标齐心协力的重要性。

1.3 有助于增进学生的学习效能。

运动训练对于增进学生的学习成效同样具有重要影响不容忽视。加强体育活动有利于激活学生脑部血流，提升大脑供氧量，能显著增强学生的专注力。参与体育锻炼也能够有效缓解紧张情绪，同时有助于学生维持积极的心态，从而更加专注地投入到学业中。再者，通过体育活动可以增强学生的自主管理技能，而这些技能对于提高学生的学习效率有着明显的正面作用。

2 “双减”政策前后韶关中小学课后体育服务的状况与变化

2.1 “双减”政策前韶关中小学课后体育服务的状况

在“双减”政策实施之前，形成了以资本为主导，以校外体育机构等为主渠道的课后体育服务场域。随着时代逐渐被“内卷化”这一概念所影响，许多投资者锁定了教育培训这块市场，纷纷投入资源，为家长们的需求提供相应的教学服务。资本驱动的学识培养氛围之中，韶关地区慢慢兴起了民间辅导机构的热门培训风潮^[2]。然而，此种趋势下，经济条件较为宽裕的家长在教育资源获取上占据上风，进而显著削弱了教育的普及平等性。韶关在2017年发布的《意见》文件里虽然清楚标明小学及初中应成为提供课后服务的主要场所，然而受限于教职工资源缺乏、活动种类不多样以及相关支持体系尚未健全等多方面的限制，市场上大部分的课后服务仍由课外辅导机构等主导。在传统文化习俗的作用下，很少有家长会主动决定让孩子加入课外体育活动。当前时期，校外运动训练中心等机构成了韶关地区课后体育活动的核心提供者，而各级学校提供的课后体育服务实际上已经名不副实。

2.2 “双减”政策下韶关中小学课后体育服务的变化

在实行“双减”政策的背景下，韶关地区中小学生的课后体育服务发生了显著的转变，具体体现在提供该服务的主体、负责执行的人员素质以及受服务学生习惯的三个层面上

的不同。起初体现在变更了课外运动服务提供方的地位^[3]。

“双减”政策施行之际，一方面清理整顿了无序的课外辅导行业，另一方面也重申了学校在教育中核心地位的巩固和恢复。新的规定导致了课后体育服务提供方的转换，使得学校变为主要的体育服务提供者，而诸如校外体育培训机构的其它专业机构则主要扮演了支持和助力的角色，参与到校内的课后体育活动中。

2022年7月6日发布的《关于加强学校体育课后服务，促进中小学生身心健康发展的告知文件》（下文简称《告知文件》）再度重申，学校是课后体育服务的主要提供方。在“双减”政策实施的情境中，中小学逐步确立了作为课外体育活动提供者的核心角色，并且随着政策对学校在多方面的扶持和支援，学校作为体育活动主要提供方的身份愈加显著，其在体育活动乃至所有课外服务中的重要性日益凸显。其次，对体育教师——这一服务的核心执行者来说，“双减”政策的实施不仅拓展了其工作领域也提高了他们在校内体育及其他课外服务中的作用，但这也意味着他们需承担更多责任与担当。

应对政策导向和生态演变，体育教师须时刻加强知识技术能力、增进服务质量、完善服务流程，并渐次培养新的习惯以落实课外体育服务工作，保障其在校内、课后辅导以及课外体育活动方面的核心影响力。终究，对于受教育服务的主体——学生与其监护人来讲，“双减”政策的有效执行催生了中小学子及其家长心理习惯的快速更新，并对塑造中小学生的体育活动习惯产生了深远影响。初高中生加入各类放学后活动，通常是受学校放学后服务项目的实施状况、学生个人的兴趣倾向及家庭长辈的观念习惯所影响。伴随着家长看法的转变、学业负担的减轻以及校外体育活动的普及推广，初高中生参加课外体育服务的可能性更高。通过参加课外运动活动，学生们日渐养成的坚韧意志与练习常态将在不知不觉中转变他们原先的运动习惯，并促进体育知识与技巧的快速掌握与累积。

2.3 “双减”政策下韶关中小学课后体育服务的困境

2.3.1 场地器材不足,内容形式单一滞后

开展课外体育活动必须依赖足够的运动设施和设备，这样不仅满足了开展这些活动所必需的物理条件，同时也符合了组织此类活动的基础需求。目前，校外体育项目的推广面临了基本设施资源供应与需求的冲突，该问题因学生对个性化运动训练需求的增加而日益显著。当前，我校运动场所及器材未能达到绝大部分同学运动的需求，而用于课余体育锻炼的空间尤其难以达到国家的规定标准，这限制了课余体育活动的进行。因此，校外运动活动在组织上难以做到更优，内容相对单调且落后，学校的校外运动活动通常以班级单位进行组织，并且主要以学校体育课程以及各式体育运动项目

为核心内容,这种活动虽在时间上勉强满足了中小学生的基础体育参与需求,却很难在激发学生的体育热情、促进身体发育以及掌握一两项主要的体育运动技巧方面达成成效^[4]。校园外的体育活动应涵盖健康锻炼、体育训练及运动比赛三个层面。

2.3.2 支持手段阻碍强

在讨论学生体育健康意识与素质的问题上,需要注意,学生们承受着巨大的升学和学业负担,这导致他们对体育健康的认知和素质养成不足。尽管参与了一些体育的课余活动,但学生们在通过体育锻炼塑造心理素质和提高体能方面,缺少了有效的指导和科学的发展途径,因而未能充分理解其重要性,对维护心理健康的训练与实践仍显得力不从心。因此,有些学生对于参与课余体育活动持有排斥态度,他们坚持这样的观点:仅当身体状况欠佳时才需参与此类活动,并缺乏自发进行体育锻炼的意识;同时,研究显示,在我国,相较于女生,男生更加热衷于参与课余体育活动。再者,站在家长的立场上看,认为只看重分数、学业至上、认为体育没必要等这种传统思想在父母的心中已经根深蒂固。父母亦扮演着孩子人生导师的角色,对其成长轨迹产生重要的作用。然而,孩子是否能常规地加入校外运动,主要还是受到家长观念的显著影响。

3 “双减”政策下中小学课后体育服务开展的突围策略

3.1 课后体育服务融入地方特色

在遵守政府政策和各项法令的基础上,地方行政机构及其下属部门、教育机构和体育教员等,在提供放学后的体育服务项目时,可以考虑加入各自区域的独有文化元素。例如,韶关某小学采用兴趣小组的方式进行放学后的体育活动,他们在确定运动项目和规划服务内容时积极征询教职工、学生以及家长的建议,并且成功地将当地流行的运动项目“抖空竹”纳入了课程,进而收获了良好的反响。融入地域文化特征于课后体育服务中,不仅能形成一套和谐独具特色的操作体系,确保了课后体育服务得以顺利进行,也有助于地域文化遗产的保护与推广,加强了传统文化的传播力度。

3.2 拓展课后体育服务活动空间

激励中小教育机构与体育学院及多学科综合性高等学府建立伙伴关系,促成中小学间的互助协作。相关机构需主导协调,促进初高中教育机构与其附近大学院校在放学后服务、教师培养、实践实习以及职业发展等领域建立合作伙伴关系,并引进大学的深厚人才储备和先进的学科理论,融入

到学生的课后体育活动中。譬如所实施的综合性、专业化的课后服务辅助体系是借助高等院校与基础教育学校之间建立的协作伙伴关系,让本区域的中小学生们从其中获得了好处。再者,对那些无力与大专院校联手的基础教育学校而言,教育管理机构可以创建一个面向中小学的资源整合网络,促进与周边学校的互助合作,实现资源之间的有效对接与共享。

4 结语

“双减”政策的推行为韶关的教学环境带来了积极影响,有效缓解了中小学生的繁重课业压力,并对促进其全方位健康发展起到了至关重要的作用。开展课余体育活动是执行全国“双减”政策的一种关键手段。自该政策实施以来,提供这些服务的机构地位、施行者资质以及享受服务者的行为模式均经历了显著变化。在推行这些服务的过程中,众多学校面临着执行细则尚不健全、可用空间不足、沟通协调缺乏、教师专业水平有限、以及传统习俗的限制等挑战。针对上述问题,该研究针对校后运动服务制订了更周到的管理办法、扩大了活动范围、增进了多方交流协作、提高了教师队伍素质以及矫正传统认知偏误等多方面的实务方案。目的是为了提升学校校后体育服务的质量,有利于中小学生身体健康的稳健发展,并为实施“双减”政策目标的达成贡献动力。

[参考文献]

- [1]顾晓蒙.“双减”政策下南京市玄武区中小学课后体育服务实施问题与治理策略[D].南京体育学院,2023.
- [2]蒋康,冯永刚,王浩.“双减”政策下我国中小学课后延时体育服务开展的新局面与现实困境研究[J].青少年体育,2022(11):98-99.
- [3]杨欢,张代军,闫艾萍.“双减”政策下中小学课后体育服务高质量发展的现实困境与纾解路径[J].青少年体育,2023(5):128-130.
- [4]王浩,江轶.“双减”政策下中小学课后延时体育服务开展困境与对策[J].体育文化导刊,2022(10):95-101.
- [5]吴毅,荣凯.“双减”背景下社会力量参与中小学体育课后服务的价值、难点与路径[J].体育文化导刊,2023(9):91-98.

作者简介:

作者简介:李兵(1979—),男,汉,山东邹平,硕士,讲师,韶关学院体育学院,研究方向:青少年健康促进

课题项目:

2022年韶关市哲学社会科学规划课题,双减政策下“家校社”三位一体化课后体育服务体系构建(G2022018)