

# “双减”政策下小学体育延时服务发展困境与策略研究

张佳慧

江苏省苏州市吴中区胥口中心小学

**【摘要】**“双减”政策的落地，为学校体育的快速发展提供了前所未有的契机。小学体育延时服务关系到学生体质健康水平和人才培养质量，肩负着推进素质教育的重担。采用文献资料法、逻辑分析法对当前小学体育延时服务高质量发展面临的困境进行研究，认为师资力量薄弱限制体育延时供给；体育延时内容单一，缺少时间保障；运动风险影响参与者积极性；场地不足制约体育延时服务质量。提出措施：多渠道充实体育延时服务师资力量；重构体育延时服务课程供给体系；建立体育运动风险规避机制；充分挖掘校内校外场地资源。

**【关键词】**双减政策；体育延时服务；延时课程体系

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6261.2021.09.1047

近年来，学校体育教育越来越受到国家重视，相继颁布实施一系列制度政策以期促进学生参与体育运动，降低肥胖率和近视率，提高体质健康状况。但由于主科学业压力太重，孩子们难有更多的时间、精力参加课外体育活动，落实的效果并不理想。而此次“双减”政策的落地，不仅将其从繁重的作业和学科培训中解放出来，催生了相当数量的校外体育培训机构，更为学校体育的发展提供了良好的契机，体育延时服务是“双减”政策大力推进的一项重要内容。做好课后服务对于不断改进教育供给侧结构调整、构建新的教育良好生态、满足家长对优质教育的需求、促进学生全面发展意义重大。<sup>[1]</sup>那么，深入挖掘、分析当下小学体育延时服务开展中面临的困境，才能紧抓机遇，迎接挑战，实现更高质量的发展。

## 一、小学体育延时服务高质量发展面临的困境

### （一）师资力量薄弱限制体育延时供给

课后体育延时服务的推广，解决好“人”的问题至关重要。调查发现，我国中小学体育教师数量为653055人，存在巨大缺口<sup>[2]</sup>。而多数小学专职体育教师严重缺乏，师生比与发达国家存在较大差距。甚至部分体育课也是由其他科目教师兼任的，往往造成了体育课变成自习课、画画课，体育课尚且不能由专职体育教师去上，何谈体育延时服务呢？此外，长期以来，高校体育教育专业肩负着培养广大中小学体育教师的重任，入学门槛和课程设置亦存在一定不足。首先是入学门槛的降低，随着对体育教师能力结构认识的偏差，高校对学生文化课成绩的要求日渐提高，但对其具备的身体素质和运动技能要求却有所降低，不免限制了体育教师队伍整体专业技术素养的水平。其次，受到中小学体育课程改革的影响，要求体育教师什么项目都要会一点，一定程度上导致高校体育教育专业课程内容的设置相对冗杂，学生在课时有限的情况下，需要学习的体育项目众多，导致对多数运动技能的掌握仅仅是“略会一二”。长此以往，这种潜在的影响映射在学生身上，造成中国特有的，对学校体育极为重视，颁布一系列政策、文件力求提升其地位的同时，学生体质健康状况仍旧不佳，从一年级到大学二年级，长达十四年的体育课，却没有熟练掌握一项运动技能的特有现象。师资力量的欠缺，是学校体育发展亟待解决的问题。

### （二）体育延时内容单一，缺少时间保障

“双减”政策颁布以来，各地积极响应号召，多数学

校相继开展体育延时服务。开设的项目基本都为本校体育教师的专项，例如“三大球”、田径等几个常规项目的体育社团，对武术等传统民族体育或攀岩、游泳等项目较少涉及，学生喜欢和可选择的项目较少，参与积极性受到一定影响。与此同时，正因大多数学校的体育延时服务是由本校体育教师负责，时间和精力限制，导致体育延时服务只是面向一小部分学生，由于名额有限，更多的学生只能在教室里写作业，并未真正参与体育延时服务。而有幸参与的同学，受到家长“唯文化课成绩”至上的传统观念影响，还要先完成一部分家庭作业，实际时间只有半小时左右，严重挤压锻炼时间，影响锻炼效果。众所周知，发挥学校体育的育人作用，需要时间作为基础保障，每次运动时间、运动强度及运动量只有达到有效预支，才能达到立德、育智、强体、审美、尚劳的效益。<sup>[3]</sup>其他任课老师缺少体育运动指导经验，只负责看护学生完成家庭作业，每人每天运动一小时的目标，仍然较难实现。

### （三）运动风险影响参与者积极性

长久以来，运动风险都是学校体育健康发展的一块“心病”，尤其是对身心发展尚未完全的小学生来说，关键时刻能够采取应急措施保护自己以避免受伤更是具有一定难度。即便参与体育运动能够增强体质，增进健康，促进个体全面发展，但依托外界运动场地、器材和环境，内源于个人运动经验、体质水平的差异，以及双方同场竞技难以避免的肢体接触，运动损伤的发生也是存在一定几率的。由于具有突发性、偶然性、不确定和伤害性的特点，这种潜在的运动风险一旦触发为伤害事故，责任划归问题将成为限制体育教师、家长和学生参与课后体育延时的难题。当下，部分家长本就存在“重智轻体”的思想，孩子参与体育延时要先得到家长的同意，一旦在锻炼时不慎受伤，那么责任一定是归咎于老师和学校。对于负责体育延时服务的老师而言，往往由诸多内外因素造成的意外伤害事故在家长爱子心切和学校息事宁人的双重压力下，无论是否为自己的责任，都需要承担一定的风险，长此以往，定会对老师、学生和参与体育课后延时的积极性有所影响。

### （四）场地不足制约体育延时服务质量

学校体育场馆是开展学校体育工作的必备物质基础，是学校基本办学条件的重要组成部分，是学校落实“健康第一”教育指导思想的重要载体。<sup>[4]</sup>随着党和国家对教育的投

入加大,学校体育场地总面积持续增长,场馆类型不断丰富,但由于“撤点并校”、土地价格居高不下等多种因素,学校体育场馆发展水平还无法满足学生身心健康全面发展的需求,人均体育场馆面积仍旧不理想,小学体育场馆面积达标率较低,400米标准跑道在小学是少之又少,几个班级同时上体育课都略显拥挤,要想使每个班级每天都能有一段时间参与体育延时服务中来,更需要教师群策群力,充分挖掘学校、社会机构、社区等多方面可利用的场地与资源。

## 二、小学体育延时服务高质量发展策略

### (一) 充实体育延时服务师资力量

1. 根据学生数量,核定学校体育教师编制,配足配齐体育教师,提高体育课和活动课教学质量,为“教会”提供最基本也是最重要的保障。2. 与体育院校进行深度合作,提供实习岗位,邀请不同专项的大四学生到校参与课后体育延时服务工作,实现彼此共赢。组织社会体育指导员,具备运动知识、技能的家长义工和其他科目教师,承担少部分的指导、督护工作,在学生“学会”的基础上,能够高效利用课后延时时间做到“勤练”。3. 在上级教育部门的牵头下,聘请有资质的体育俱乐部和少体校教练,对参与课后体育延时的学生进行分项目、分水平、分层次进行有针对性的技战术指导,为“常赛”打造平台和营造氛围。4. 高校体育师范专业入学门槛要有所提高,优化考生专业技能和身体素质的分数比例,课程设置除了拓宽体育师范生知识技能广度外,要更加着重于挖掘技能深度,锤炼学生教学基本功。

### (二) 重构体育延时服务课程供给体系

“双减”意见要求“学校要有效实施各种课后育人活动,在校内满足学生多样化学习需求”,强化教研,精心备课,打造高质量、高效率的体育课堂,确保孩子们理解、掌握运动的基础知识和基本技能。需要清楚的是,课后体育延时服务是在学校课程育人体系基础上开展的具有丰富性、针对性、实践性和个性化等特征的课程体系,对学生运动技能的掌握,运动习惯的培养,体质健康的提高具有相当重要的作用。因此,在内容的选择上,具有一定的灵活性,一方面,可作为体育课的延伸,优化活动内容,把课堂上“学会”的技能拓展到“勤练”“常赛”,促进学生养成习惯,掌握技能,增强体能。根据不同层次的学生技能水平,循序渐进,组织多种类型的,由易到难的小比赛,随学随赛,真正做到体教融合。另一方面,又可发散思维,集思广益,针对小学生的身心发展规律,充分挖掘师资力量,开设弘扬传统或是当下新颖潮流的体育社团课程。此外,小学阶段,孩子们正处于身体各项素质发展的敏感期,低年级可安排促进柔韧、速度、灵敏素质发展的内容,中高年级逐步加入发展协调性、耐力素质的练习。高效利用体育延时服务时间,大力推进“学生体质提升“三精准”动作,通过精准测量,精准分析,精准干预有效提高学生体质健康水平”<sup>[5]</sup>。最后,可经常性开展体育健康知识竞赛、体育技能大比拼、手抄报等丰富多彩的活动,营造良好的校园体育氛围,有效激发学生参与体育延时服务的兴趣,调动其积极性和主动性。

### (三) 建立体育运动风险规避机制

运动风险具备突发性和偶然性特点,在学校体育工作日常管理中,要采取多种措施建立起运动伤害事故的预防规避和应急机制。教师方面:端正工作态度,履职尽责,重视体育延时服务教学质量,根据不同水平、层次的学生设计更有科学性、针对性。有序组织学练,经常性开展常见运动损伤处理教学 and 安全教育。学校方面:制定运动损伤应急管理条例,为学生配备必要的安全护具,建立特异体质学生档案,聘请具备运动损伤急救技能和资质的校医。定期组织技术人员对学校体育场馆、器材进行安全巡查与维修,降低运动安全隐患。与家长、保险公司有效协商,制定体育意外伤害保险赔付方案,尽可能降低运动损伤为家庭带来的经济压力,给予全方位的保障。家长方面:转变以往对孩子过度保护的观念,营造家庭体育氛围,培养其运动爱好与习惯。及时上报体质特异孩子情况,出具医学证明及注意事项,与班主任、体育教师建立良性沟通。

### (四) 充分挖掘校内校外场地资源

体育场地紧张是多数小学要面临的重要问题,对于建校较早,地处老城区的学校更是如此。课后体育延时的开展,要求学校和教师要本着经济、实用、合理的开发原则,尽可能挖掘学校内外可利用的场地资源。首先,利用校内自然资源,在保障安全的前提下,绕花坛、教学楼、步道进行跑步,边角地带,可用来跳绳、踢毽子,做游戏。在墙壁上安装适合低年级使用的篮球筐,投掷圈等等。打破年级界限,分时间段,分场地进行轮转教学,提高场地利用率。其次,可与校外体育培训机构展开长期合作,以相对较低的价格租用其场地,寻求周边社区可利用的场地等等。

## 结语

“双减”政策是新时期基础教育改革道路上的重要战略布局,在推行中必然要面临一系列困难与挑战。强化学校体育是实施素质教育、促进学生全面发展的重要途径,对于促进教育现代化,建设健康和人力资源强国,实现中华民族伟大复兴中国梦具有重要意义。少年强则国强,广大体育工作者、学校和教育行政部门要齐心协力,紧抓机遇,切切实实将体育延时服务的高质量发展落到实处,迎来学校体育工作欣欣向荣的新局面。

## 参考文献

- [1]游学军.“双减”背景下小学课后服务质量提升的策略[J].教学与管理,2021(32):9-12.
- [2]规划司.中国统计年鉴[M].北京:中国统计出版社,2019.
- [3]钮勤勤.双减背景下开展小学体育课后延时活动的策略研究[J].体育画报,2021,(13).62-63.
- [4]温洪泽.我国学校体育场馆发展问题及对策[J].体育文化导刊,2021(08):97-102.
- [5]专家组.“双减”政策与学校体育发展[J].上海体育学院学报,2021,45(11):1-15.