

Research on the Development Dilemma and Path of After-school Delayed Sports Service in Primary and Secondary Schools under the “Double Reduction” Policy

Jia Xu

Zhenjiang Yicheng Middle School, Zhenjiang, Jiangsu, 212100, China

Abstract

With the implementation of the “double reduction” policy, students’ schoolwork burden is obviously reduced, but it also brings new challenges to the development of after-school sports services. On the one hand, due to the increase of after-school time, the content planning of after-school sports activities and the improvement of the implementation effect have become an important topic. On the other hand, the problem of declining physical fitness of students is still prominent, and the lack of trust and participation of parents aggravate the plight of after-school sports activities. Therefore, it is particularly important to study and explore the path to the above problems. Through in-depth analysis, this paper summarizes the development dilemma of after-school sports service in the “double reduction” policy environment, and also puts forward corresponding approaches, such as building an open PE curriculum system, improving PE teachers’ professional quality and activity organization ability, and cultivating and guiding parents’ trust and participation in after-school sports activities. This has a positive reference significance for comprehensively improving students’ physical and mental health and promoting the implementation of education for all.

Keywords

“double reduction” policy; primary and secondary school after-school sports service; after-school activity content planning; home-school cooperation; comprehensive education

“双减”政策下中小学课后延时体育服务发展困境与路径探究

徐嘉

镇江市宜城中学, 中国·江苏 镇江 212100

摘要

随着“双减”政策的实施, 学生的课业负担明显减轻, 然而, 这也给中小学课后延时体育服务发展带来了新的挑战。一方面, 由于课后时间的增多, 课后体育活动的 content 策划及其实效提高成为重要的课题。另一方面, 学生体质下滑的问题仍然突出, 而缺乏信任和参与的家, 加剧了课后体育活动的困境。因此, 研究探究出针对以上问题的路径显得尤为重要。论文通过深入分析并总结出在“双减”政策环境下课后体育服务的发展困境, 同时也提出了相应路径, 如构建开放的体育课程系统, 提高体育教师的专业素质和活动组织能力, 培养和引导家长对课后体育活动的信任和参与等。这对于全面提升学生的身心健康, 推动全民教育的落地实施具有积极的参考意义。

关键词

“双减”政策; 中小学课后体育服务; 课后活动内容策划; 家校合作; 全面教育

1 引言

“双减”政策的实施, 为解决学生沉重的课业负担问题提供了新的途径和可能性, 这些举措让学生放学后有更多的自由时间进行课外活动。然而, 与此同时, 也给中小学课后延时体育服务的发展提出了新的挑战。如何充分利用课后时间开展体育活动, 提高体育活动的质量与效果, 就成为当

前教育工作者和家长关注的焦点。在过去的一段时间里我们不难发现, 学生的体质下滑问题突出, 这与他们在课余时间过于依赖电子设备, 缺乏足够的运动有关。家长对课后体育活动缺乏信任和参与, 进一步加剧了这一问题。基于这样的背景, 论文意在通过深度访谈和问卷调查的方式, 分析“双减”政策实施背景下课后体育服务的发展困境, 并探索具有针对性的解决路径。我们希望通过构建开放的体育课程系统, 提高体育教师的专业素质和活动组织能力, 以及加强家校合作, 培养和引导家长对课后体育活动的信任和积极参

【作者简介】徐嘉(1985-), 男, 中国江苏镇江人, 本科, 中学一级教师, 从事体育教育研究。

与,给广大学生提供一个更健康、更全面的教育环境。

2 “双减”政策与中小学课后延时体育服务的相关性

2.1 “双减”政策的产生背景及主要内容概述

中国教育部在2021年发布了一系列“双减”政策,旨在减轻中小学生学习过重的学业负担和课外培训压力,为他们提供更多的课后自由时间^[1]。其中,“双减”政策主要包括减少作业量和考试次数两个方面。

作业量减轻是指减少学生在课堂以外的时间内完成作业的数量和难度,鼓励学校合理安排作业,实行错峰布置,确保学生有足够的时间用于休息、锻炼和自主学习。考试次数减少是指每学期考试科目数量的限制,以降低学生的考试压力,给予他们更多的自主学习和兴趣拓展的空间。

2.2 “双减”政策实施后学生课后时间的变化

“双减”政策的实施使得学生的课后时间得到了明显增加。学生不再需要花费过多的时间在完成大量的作业和应付频繁的考试上,而是可以更加自由地安排课余时间,这为中小学生学习提供了更多参与课后延时体育服务的机会。

此前,学生的课后时间通常被作业和应试压力所占据,他们往往没有足够的时间进行体育活动和锻炼。“双减”政策的实施使得学生可以更好地平衡学习与生活的关系,积极参与体育活动,提高身体素质和身心健康^[2]。

2.3 “双减”政策对中小学课后延时体育服务的影响

“双减”政策的实施对中小学课后延时体育服务带来了积极的影响。作业量的减轻使得学生有更多时间参与体育活动,能够享受到体育锻炼的乐趣和好处。考试次数的减少使得学生能够更加自主地安排学习和活动时间,更好地参与课后体育服务。

“双减”政策的实施还为中小学课后延时体育服务的发展提供了机遇。学校可以合理利用课后时间,安排各类体育项目和活动,为学生提供专业的体育指导和培训。政府和社会各界可以加大对课后体育服务的支持和投入,推动其发展,提供更好的服务和设施。

“双减”政策的实施为中小学课后延时体育服务的发展带来了机遇和挑战。学校和教育部门应当充分利用这一机会,加大对课后体育服务的关注和支持,为学生提供更好的体育锻炼和培养健康生活方式的机会。还需要进一步研究和解决课后体育服务中存在的问题和困境,推动其不断发展壮大。

3 以“双减”政策为背景的中小学课后延时体育服务的发展困境

3.1 课后体育活动的的内容策划及实施效果的挑战

“双减”政策对中小学课后延时体育服务的实施带来了一系列的挑战,其中之一就是课后体育活动的的内容策划及实施效果的挑战。

由于学校紧缺的人力资源和教室空间,课后体育活动往往无法得到充分的重视和资源支持。教师和校方在时间和资源上的限制,使得课后体育活动的的内容策划变得困难,活动形式单一,缺乏创新和多样性。这种情况下,课后体育活动的吸引力和参与度就难以提高,无法满足学生的需求和兴趣。

受限于传统的学科教学模式,课后体育活动的实施效果也面临着挑战。一方面,学生在长时间坐姿学习后,身体疲劳,注意力集中度下降,这对于体育教师而言,如何让学生在体育活动中得到良好的体验和收益,是一个难题。另一方面,传统的教学模式往往注重技能训练和竞争成绩,忽视了学生身心健康的全面发展,这无法满足学生对于锻炼身体、放松心情的需求。

课后体育活动的的内容策划及实施效果的挑战主要体现在资源有限、内容单一和教学模式的制约上。为了解决这些问题,需要借鉴国内外先进经验,优化资源配置,创新活动内容,构建适合学生需求的课后体育活动^[3]。

3.2 学生体质下滑问题的凸显

“双减”政策的实施导致了学生在课后时间的增加,但大部分学生利用这些时间来进行课外辅导或自主学习,导致体育锻炼的机会减少。由于学生课外学习的压力较大,他们往往忽视了身体锻炼,长时间的坐姿学习使得学生的体质出现下滑的问题。近年来,学生普遍存在近视率上升、肥胖率增加、体力下降等身体健康问题,这与体育活动减少和课外学习增加密切相关。

学校对体育课程的减少也是造成学生体质下滑的原因之一。由于学校课程设置的变化,体育课的时间和课时经常被压缩,导致学生在学校的体育锻炼时间减少。加之家庭对学业成绩的重视,学生在放学后往往没有参与体育活动的机会,使得学生的体质无法得到有效的提升。

3.3 家长参与度低,信任度缺失引发的困境

由于家长对于学业成绩的重视,他们更倾向于将课后时间用于学术辅导等学习活动,而忽视了体育活动的重要性。家长对于课后体育服务的关注度较低,往往对体育活动的参与度不高。这导致学校在推进课后体育服务时面临家长支持不足的问题。

家长对于课后体育服务的信任度不高,也显著影响了服务的发展。由于学校和社会对于课后体育服务的监管不足,一些机构和教师质量参差不齐,出现了一些不良现象^[4]。这使得家长对于课后体育服务的担心和不信任增加,进而影响到他们的参与度和对服务质量的认可度。

4 中小学课后延时体育服务的发展路径探究

4.1 构建开放的体育课程系统

为了解决中小学课后延时体育服务发展困境并提供更好的体育教育,必须构建开放的体育课程系统,可以从以下

几个方面构建开放的体育课程系统:

①理念转变,强调多样性。传统体育课程通常以竞技为导向,注重技能训练和体能测试,忽视了学生对体育活动的兴趣和需求。开放的体育课程系统要求进行理念转变,将关注点从竞技和技能培养转移到学生的整体发展和兴趣培养上。体育课程应该提供多样的活动选择,包括但不限于篮球、足球、网球、游泳、瑜伽等,以满足学生的不同喜好和能力水平。

②灵活性,适应学生的需求。开放的体育课程系统应具备灵活性,根据学生的需求和兴趣来安排课程内容和活动形式。通过调整课程设计和安排,让学生参与到自己感兴趣的活动中,充分发挥他们的主动性和创造力。教师也应该为学生提供个性化的指导和辅导,帮助他们克服困难,取得进步。

③开放式评价,注重综合能力。开放的体育课程系统强调综合能力的培养和评价,而不仅仅注重技能水平和竞技成绩。评价体系应该包括学生的运动技能、身体素质、协作能力、领导能力、创新能力等多个方面,全面了解每位学生的发展状况并给予个性化的指导和培养^[5]。

④充分利用资源,拓宽课程内容。开放的体育课程系统要充分利用各种资源,拓宽课程内容。可以邀请专业教练或体育俱乐部的教练来学校进行专题讲座或指导,为学生提供更多的学习机会和体验活动。

4.2 提高体育教师的专业素质和活动组织能力

在中小学课后延时体育服务的发展中,体育教师的专业素质和活动组织能力起着至关重要的作用。只有通过提高体育教师的专业水平,才能推动课后延时体育服务的质量和效果的提升。

针对体育教师的专业素质提升,应加大师范教育培训的力度。学校和教育部门可以提供更多的培训机会,包括培训班、研讨会等形式,帮助体育教师提高专业知识和教学技能。培训的内容可以包括教学方法的更新、新课程的研究和教材的开发等方面,以适应课后延时体育服务的需要。

加强体育教师的实践能力培养。体育教育是一门实践性很强的学科,只有在实践中才能获得真正的提升。学校可以组织各类实践活动,如体育比赛、运动会等,让体育教师有机会锻炼自己的实践能力,并从实践中不断积累经验和教训。体育教师可以参与学校的体育教研活动,与同行们交流经验,共同进步。

4.3 加强家校合作,引导家长信任与参与课后体育活动

为了有效解决中小学课后延时体育服务的发展困境,加强家校合作,引导家长信任与参与课后体育活动是至关重要的。家校合作是促进学生全面发展和提高教育质量的重要手段之一,而家长作为学生的第一任教师和重要的教育资

源,他们的积极参与对于提升课后延时体育服务质量和效果具有重要作用。

加强家校合作需要建立有效的沟通渠道。学校应该积极与家长沟通,及时向他们传递课后延时体育活动的相关信息,包括活动内容、时间安排等。学校可以利用家长会、家长微信群等途径与家长进行沟通交流,听取家长的建议和意见,并及时回应家长的疑问和需求。学校还可以组织家长参观学生的体育活动表演,让家长亲眼见证孩子的进步和成长,增加家长对课后延时体育服务的信任和认同。

提供多样化的参与方式,激发家长的积极性。学校可以组织家长参与体育活动的策划、组织和评价工作,让家长参与其中,共同制定活动方案、组织比赛和培训等。学校还可以鼓励家长和孩子一起参加课后延时体育活动,通过亲子体育赛事、亲子健身课程等方式,增强家长对课后体育活动的兴趣和参与度。学校还可以鼓励家长在家庭环境中倡导健康生活方式,营造家庭支持和鼓励课后体育活动的氛围。

5 结语

随着“双减”政策的推广和实施,中小学课后延时体育服务如何有效地进行,已经变成了一个需要高度关注和解答的战略问题。本研究通过深入分析和探讨,认识到现阶段课后体育服务所面临的问题,也提出了相应的解决路径。研究显示,构建开放的体育课程系统,提升体育教师的专业素质和活动组织能力,加强家校合作,培养和引导家长对课后体育活动的信任和参与是解决当前问题的关键。然而,本研究还存在一定的局限性,例如在研究过程中收集的样本可能存在偏差,可能未能全面覆盖所有的现实情况,因此对研究结果的解释和推广需要谨慎。另外,论文未能对每一种解决路径进行深入的实证分析,这也是后续研究需要进一步关注的问题。未来的研究可以在此基础上进行更深入的探讨,如探寻如何在实际工作中进行运用,如何衡量这些路径的实际效果,以及如何进一步提升家校合作的效果等。只有不断地探索和实践,我们才能更好地解决这个问题,推动学生的全面发展,实现教育的价值。

参考文献

- [1] 李心怡,乔乾.课后体育服务发展的必要性及其益处[J].教育科研,2023(2):133-141.
- [2] 黄卫东.提升课后体育服务质量的探究[J].全面教育研究,2021,28(4):35-40.
- [3] 朱莉,邓敬文.“双减”政策中课后服务研究问题[J].小学教育(学术版),2021,12(8):45-49.
- [4] 张芳,王慧.家校合作在课后体育活动中的应用与实践[J].体育科学,2020,30(2):125-130.
- [5] 李飞,蔡海滨.全面教育背景下课后体育服务的路径探究[J].教育理论与实践,2019,39(11):14-20.