

“双减”政策背景下学校体育发展的机遇与挑战

宋志程 周凤祥*

伊犁师范大学, 新疆 伊犁 835000

[摘要] “双减”政策的颁布对学校教育提出了更高的要求, 更加重视学生身心健康的全面发展, 并将学校体育再次带入大众视野, 对此, 学校体育不仅要勇于承担时代重托和社会压力, 更要抓住此机遇, 顺应时代改革的潮流, 不断促进自身的发展。通过文献资料法、逻辑分析法等研究方法, 对“双减”政策的要求和学校体育发展的困境进行深入研究。学校体育应借助此次改革的机会, 发展学生的身体素质, 促进教师队伍的建设, 加快自身的发展。同时学校体育也应面对改革传统教育思维, 突破传统教学模式, 完善传统教学评价体系的挑战。

[关键词] 中学; 双减; 学校教育; 学校体育

DOI: 10.33142/fme.v3i1.5781

中图分类号: G63

文献标识码: A

Opportunities and Challenges of School Physical Education Development under the Background of "Double Reduction" Policy

SONG Zhicheng, ZHOU Fengxiang*

Yili Normal University, Yili, Xinjiang, 835000, China

Abstract: The promulgation of the "double reduction" policy puts forward higher requirements for school education, pays more attention to the all-round development of students' physical and mental health, and brings school sports into the public view again. For this, school sports should not only dare to bear the great trust and social pressure of the times, but also seize this opportunity, comply with the trend of reform of the times and constantly promote their own development. Through the methods of literature and logical analysis, this paper makes an in-depth study on the requirements of the "double reduction" policy and the dilemma of the development of school physical education. School physical education should take advantage of the opportunity of this reform to develop students' physical quality, promote the construction of teachers and speed up its own development. At the same time, school physical education should also face the challenge of reforming the traditional educational thinking, breaking through the traditional teaching mode and improving the traditional teaching evaluation system.

Keywords: middle school; double reduction; school education; school physical education

引言

2021年7月24日, 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学业负担和校外培训负担的意见》。“双减”政策是党中央站在实现中华民族伟大复兴的战略高度, 以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导, 以坚持学生为本, 促进学生全面发展为原则, 以提高学校教育质量和服务水平为目标, 对学校教育做出的重大决策和部署。对于学校体育发展而言, 也需要在认真领会新时代中国特色社会主义精神思想实质和丰富内涵上, 紧紧围绕“双减”政策提出的学校教育改革基本方略, 进一步明确新时代赋予学校体育的新要求, 并根据这些要求积极做出各方面的改革, 做到文明学生的精神, 野蛮学生的体魄, 为学生未来的发展打下坚实的基础。

1 “双减”对学校教育提出的新要求

1.1 坚持学生为本, 落实立德树人

“双减”政策坚持学生为本, 落实立德树人, 把保障学生的权益促进学生身心健康发展作为根本出发点。习近平总书记在全国高校思想政治工作会议上指出, 要坚持把

立德树人作为中心环节, 把思想政治工作贯穿教育教学全过程, 实现全程育人、全方位育人^[1]。“既要把学习搞得好好, 又要把身体搞得棒棒的,” 这是习近平总书记对全国学生的希望, 也是“双减”政策的目标。当下义务教育阶段最严重的问题之一就是学生学业负担过重的问题, 学生不仅在课后要完成大量的作业, 还要参加大量的校外培训, 这的侵占了学生的课余时间和假期, 严重影响到了义务教育阶段学生的身心健康发展。“双减”政策的出台, 将大大减轻中小学生的学业负担, 学生们将有更多的时间培养自身兴趣, 参加体育锻炼, 参与社会实践, 有利于中小学生的德智体美劳的全面发展。

1.2 减轻作业负担, 促进学生身心健康

应试教育“蔚然成风”, “题海战术”愈演愈烈, 学生作业负担越来越重, 这是当下学校教育的现状。然而过多的作业除了加重学生负担之外与学生的学业成绩并无显著因素, 有学者对三省市初中生家庭作业负担做了调查, 数据显示上海市学生的学业水平与作业时间呈负相关, 即学生的学业成绩越好作业时间越短, 重庆市学生的学业水

平与作业时间没有线性关系,即不同学业水平的学生每天作业时间的差异很小,无论是学优生、中等生还是学困生,他们每天在作业上所花费的时间都在70分钟左右^[2]。因此,杜绝无效率、高重复的“题海战术”,改为科学合理的作业练习,有利于提高学生的学习效率和学习成绩。“双减”政策根据学生的身心发展规律,明确规定了中小学生的作业时长,禁止超负荷的学习。减少作业量,将学生从题海中解放,才有可能实现德智体美劳全面发展。

1.3 提升教学质量, 坚守学校主阵地

随着课后培训机构的兴起,学生及家长逐渐将学习的重心和成绩的提高转移出课堂,依托于培训机构,大有“轻视”学校教育作用的趋势。“双减”政策重视学校教育,突出了学校教育为党育人、为国育才的核心作用。学校必须“改革传统的教法”,有效建立与“双减”相适应的办学理念,提高课堂教学质量,让学生在课上听懂学会,充分发挥课堂主阵地的作用,让学生真正的回归校园、回归课堂,减少对校外培训的需求^[3]。提高教学质量。让学生在课堂上学足学好,做到学有所得,学生的负担自然下降。

1.4 提升课后服务水平, 满足学生需要

“双减”政策重视学校课后服务的作用,课后服务是课堂教学的延生,学校应保证课后服务的时间和质量。课后服务应立足于学生的全面发展,开展丰富多彩的体育、艺术、劳动等兴趣小组及社团活动。开展高质量的课后服务,能提升人民群众对教育的满意度,能解决双职工家庭的“三点半之困”,能减轻学生的负担,能促进学生的个性化发展。

2 “双减”给学校体育带来的机遇

2.1 转变思想, 学生健康成长

学校体育以“健康第一”为教育理念。所谓健康,是身体和心理的结合,既要有强壮的体格更要有良好的社会适应能力。应试教育的“横行”使学生深陷机械、无效、重复的“题海”当中,长时间的伏案学习不仅无法保证学生身体上的健康,更是抑制了学生的个性发展、妨碍了学生体验生活、阻碍了学生融入社会,使其无法达到“健康”的状态。“双减”中所采取的减作业、增加文体活动、取消校外学科培训都是手段和途径而非目的,其最终目的是为了促进中小学生全面发展和健康成长^[4]。“双减”政策通过减作业、开展课后服务等手段减轻了中小学生的学业负担,增加大量的课余时间让中小學生有足够的精力和时间去培养自己的兴趣爱好、参加体育锻炼和社会实践。王登峰司长指出“双减其实是对体育以及美育教育的双增”。学校体育应抓住这次“减”的机会增加学生体育锻炼的时间,提高学生的身体素质。

第八次全国学生体质与健康调研结果显示:学生体质健康达标优良率逐渐上升,中小學生柔韧、力量、速度、耐力等素质出现好转,也发现了学生视力不良、近视率偏

高、学生超重肥胖率上升等一些亟待解决的问题^[5]。视力下降、肥胖率上升这除了与生活作息不规律、饮食不健康、学业繁重等因素有关,还与体育锻炼时间不足有关。时间不足是中小學生参与体育锻炼时间不足的重要原因之一,但究其核心主要在于义务教育阶段學生参与体育的动机缺失或不足,大部分是被动参与体育,无法形成体育习惯。学生体质下降、视力下降的紧迫性使得教育行政部门不得不加大干预力度,出台大量的措施,其中最为明显的就是将体育纳入升学考试中,这大大加强了“被动体育”的发展。“被动体育”有体育之形无体育之实,大多只是一时之功,无法长久延续。迫于考试的压力,学生和學生家长不得不在屋前门后一遍又一遍的练习跳绳、绕杆运球等考试项目。这样机械、无效、大量重复的体育锻炼让学生根本无法感受体育的乐趣和魅力,无法主动参与其中,反而会产生厌倦、憎恨等情绪,随着考试结束,压力消失,这些体育行为也随机消失无法保留,更无法树立终身体育的思想。

“双减”政策为學生留下了大量参与体育锻炼的时间和机会,无论是国家还是社会都更加重视学校体育。学校体育应抓住这次机遇提高學生对体育锻炼的兴趣,强化体育参与的动机,形成体育习惯,将“被动体育”转变为“主动体育”。

提高体育课的质量让學生学好学会,并利用课后服务的时间,开展体育兴趣小组,举办大量体育竞赛,通过“教会、勤练、常赛”,逐步完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”的学校体育教学模式,让學生掌握1~2项运动技能。在不断的练习和比赛当中,學生能体验到多种技能转化的快感,也能体会到集体项目团队协同的魅力,自然能热爱体育主动参与到体育活动中。

2.2 扩大舞台, 实现教师价值

百年大计,教育为本;教育大计,教师为本。教师是立教之本、兴教之源,是新时代实现中华民族伟大复兴中国梦的重要力量。党和国家历来高度重视教师工作,国家有关部门先后颁布了《教师教育振兴行动计划(2018-2022年)》《关于全面深化新时代教师队伍建设改革的意见》《关于加强和改进新时代师德师风建设的意见》等文件,对如何建设党和人民满意的高素质专业化创新型教师队伍提出了全面的要求。

体育教师作为我国教师队伍的重要组成部分,承载着万千學生身心健康全面发展的重任,“健康中国”与“体育强国”建设等国家重大行动是体育教师的使命与担当。然而,现实当中的体育教师在体育教学工作中却寸步难行,自身难以发展,任务难以完成,甚至对体育教师的职业产生了倦怠,通过对中小学体育教师职业动机的调查,结果显示有76.36%的人是因为热爱体育运动或热爱教育事业而选择了体育教师这一职业,对体育教师再次职业选择意

向调查时,仅有 1/3 的教师会坚持再次选择体育教师这一职业,这样的结果不得不令人深思^[6]。“体育教师压力大”、“体育教师工资低”、“体育教师社会地位低”是影响部分教师再次选择体育教师这一职业的主要原因。体育教师压力来源于社会、学校和自身。首先,学生体质下降,体育教师肩负重要的责任,社会对体育教师的期望较高,试图通过体育教师来改变这一局面,给体育教师带来了较大的压力。其次,学校对体育教学不重视,对体育教师发展的支持力度较小,使体育教师发展得不到保障的同时也无法完成社会给予的提升学生体质状况的任务,给体育教师带来了巨大的压力。最后,体育教师的职业素养难以满足新课改对体育教师专业发展提出的要求,给体育教师带来了一定的压力。工资低和社会地位低的原因则是学校体育无法受到学校和社会的重视。

“双减”政策坚持学生为本,要求开足开齐体育课,保障学生参与体育锻炼的权益。“双减”对学校体育的重视让体育教师能够充分的在自己的岗位上发光发热,让体育教师拥有更多的发展机会。体育教师不仅能在体育课上对学生进行教导,还能在课后服务中充分发挥自身的专业对学生进行专项练习,帮助学生掌握运动技能参与体育竞赛。“双减”政策支持家校社协同育人,这表示体育教师不仅可以是学校的体育教师还可以是社区的体育教师,这将提高体育教师的收入和一定的社会地位,让体育教师得到更好的发展。

2.3 多方参与,推动学校体育发展

随着我国改革开发力度的加大,学校体育不断吸收西方学校体育思想形成了百家争鸣的局面,素质教育、体质教育、快乐体育、终身体育、主动体育等理论多元共存,相关部门也颁布了《全民健身条例》、《关于开展全国亿万学生阳光体育运动的通知》、《学生体质健康标准》等文件以求促进学校体育发展、提高学生身体素质,但整体上却存在“重立法,轻执法”、“重建设、轻评估”等不足^[7]。

在国家和社会都重视的情况下学校体育仍然发展缓慢、收效甚微,其根本原因在于留给学校体育的时间少。中小学生课后作业多、升学压力大、自由时间少等原因致使学生无足够的时间和精力去参与体育、享受体育,无暇顾及自身体质的发展。体育课是学生体质健康的最后保障,可却在期中、期末等考试前期被其他类学科霸占,长期如此,各种发展学校体育的指导方针将沦为“空谈”。

“双减”政策的落地,从源头上减轻了学生的学业负担,为学校体育赢得了发展的机会。“双减”要求保障课后服务的质量,开展丰富的文体兴趣小组及社团活动,学校体育便有了当了理由去“占用”更长的时间,将发展学生体质健康落到实处。“双减”同时指出应提高课后服务水平,拓宽课后服务渠道,学校可根据实际情况聘请退休教师或具备资质的社会专业人士,教育部门可组织教师资源流动,实现“强”帮“弱”的模式,这极大的有利于乡

村中小学学校体育的发展。其中“双减”政策推崇的家校社协同育人机制能有效利用社区、社会资源,引导家长树立科学育儿观,改变“唯分数论”的思想,重视孩子身心健康的全面发展。同时学校可根据政策要求,适当引进体育培训机构参与课后服务,真正做到“教会、勤练、常赛”,真正做到树立终身体育思想,促进学生身心健康全面发展,让学校体育再次走进大众视野,发挥自己本身的育人作用。

3 “双减”给学校体育带来的挑战

“双减”政策给体育带了更高的关注度,带来了更多的机遇,那也必将承担更多的时代重托和社会压力。学校体育应勇于面对这些压力和挑战,顺应时代进步的潮流,为推动“双减”政策落地贡献力量。

3.1 突破固有教育思维

在青少年的健康成长中,学校体育扮演着十分重要的角色。然而,受应试教育的影响,学校体育一直处于曲折缓慢的发展中,逐渐形成了“唯体能论、唯技术论、唯分数论”的教育思维,这不仅限制了学校体育的发展,也极大的影响了学生身心健康的全面发展。

随着“双减”政策的颁布,国家和社会对学校体育提出了更高的要求,要求学校坚持学生为本,遵循教育规律,着眼学生身心健康成长。显然,“唯体能论、唯技术论、唯分数论”的学校体育无法满足这些要求,王登峰司长在首届全国中小学和高校健康教育指导委员会成立大会强调,“体育特别是体育技能和竞赛活动,在一个人的成长中有着基础性、不可替代的作用。中国学校体育的改革,需要全社会认同学校体育承载的功能,改变观念是扎实推进学校体育教学改革,加强师资和场地队伍建设,改进评价体系最重要的前提。”所以,突破固有的教育思维是学校体育的第一个挑战也是最重要的一个挑战。

2020年12月12日,华东师范大学向社会发布了《中国儿童青少年体育健康促进行动方案(2020-2030)》提出了兴体育,融体育、亲体育、常体育、智体育的“5+体育”行动远景,即“民族+体育”“素养+体育”“家庭+体育”“生活+体育”“科技+体育”五大概念、内涵和方法,并给出了具体的行动指南:实施优质的体育与健康课程,营造浓郁的“活力校园”氛围,创设完整的“家庭-学校-社区”多元联动机制,推行科学的“赛事挑战”奖励计划,建立动态持续的运动智能监控体系。五大行动突破了传统的体育教学模式,倡导以健康为核心的新时代学校体育发展模式,更加关注学校体育对学生健康成长的重要性,更加关注学生的健康全面发展,更加关注家庭和社会对学生健康的促进作用。学校体育应把行动方案作为参照体系,以“双减”政策的要求为目标,突破传统体育的教学思维,以学生为主体,充分发挥学校体育的育人功能。

3.2 突破固有教学模式

传统的教学模式,单纯由以老师、学生和课堂组成,

这样的模式容易形成老师灌输学生被动接受的局面,并且学生在校内的时间有限,完不成的教学任务只能通过牺牲学生的休息时间来大量的家庭作业,这样不仅不利于学生的全面发展还容易使学校教育面临“孤军奋战”的困境。

苏霍姆林斯基指出:“儿童是社会的人,他学习和生活的主要场所应该是家庭和学校。”青少年成长的第一教育场所是家庭,学校教育应该重视家庭教育对学生发展的重要作用。体育课在中小学学生众多学习科目中仅仅占有一小部分,尽管学校体育越来越受到重视,但依据无法将体育课的课时增加至与语文、数学等学科的课时一致,所以学校体育应该成为第一个打破传统学校教学模式的学科,重视学生的课后体育活动,重视学生的家庭体育教育。

“双减”政策指出:“要完善家校社协同机制。进一步明晰家校育人责任,密切家校沟通,创新协同方式,推进协同育人共同体建设。”家校社协同育人可以打破传统的封闭式办学模式,实现“人人皆学、处处能学、时时可学”^[8]。

学校体育应走出校门,请更多的家庭、社会机构和社区来参与体育与健康课程的建设。学校、家庭和社区应根据“双减”政策的要求明确自身的角色定位,促进多元联动模式的发展。学校体育应顺应时代的发展突破固有教学模式,形成学校主导、家庭辅助、社区参与的新型教学模式。首先,学校除了提高体育课质量外,应主动打开校门引导周边社区和家庭参加学校体育活动,为儿童青少年开展校内体育活动提供支持。其次,家长应转变观念,主动督促儿童青少年参与体育锻炼,积极完成体育家庭作业。最后,社区应充分发挥社会体育指导员的作用,利用社区体育资源开展社区体育活动,定期开展社区运动会、亲子运动会等活动。学校体育应加强与家长的沟通,围绕“教会、勤练、常赛”,引领学生主动走出教室,走进操场。

3.3 突破固有评价体系

教育评价在教学中担任“指挥棒”的角色,科学有效的教学评价方式将引领教育事业的发展,反之则会导致教育事业与教育初心背道而驰。2020年,中共中央、国务院印发《深化新时代教育评价改革总体方案》,明确了新时代的教育评价改革方案,坚决克服唯分数、唯升学、唯文凭、唯论文、唯帽子的顽瘴痼疾,对学生的评价应以科学成才为理念,坚持以德为先、能力为重、全面发展,坚持面向人人、因材施教、知行合一,坚决改变用分数给学生贴标签的做法,同时应完善德育评价,强化体育评价,改进美育评价,加强劳动教育评价,切实引导学生坚定理想信念,厚植爱国主义。

随着“双减”政策的落地,学校体育逐渐“热”起来,

但要想“热”的持久、有效就应该推进教育评价制度,加快教育评价方式转型。如今学校体育的发展困境与学校教育评价体系不完善有着必然联系,主要表现为学校体育工作评价体系不完善和体育课教学评价方式单一。学校体育在改进评价模式是应根据“双减”政策提出的要求,考虑其学科特点,强化过程性评价,改进结果性评价。同时,将信息技术运用到评价过程中,提高学校体育评价的客观性和科学性,充分发挥评价的导向功能。

4 结语

对学校体育而言,“双减”政策既是机遇也是挑战。“双减”的实质是“双增”,学校体育应抓住这次教育改革的机遇,促进学生身心健康的全面发展,加快教师队伍的建设,推动自身的发展。同时,学校体育也应该勇于面对挑战,落实立德树人的根本任务,突破固有教育思维,突破固有教学模式,突破固有评价体系,充分发挥自身的育人价值。广大学校体育工作者也应抓住这次历史机遇,提高自身专业素养和教学水平,顺应学校体育发展的潮流,为“双减”政策的落地贡献力量。

【参考文献】

- [1]吴晶,胡浩.习近平在全国高校思想政治工作会议上强调把思想政治工作贯穿教育教学全过程开创我国高等教育事业发展新局面[J].中国高等教育,2016(24):5-7.
 - [2]陈国明.三省市初中生家庭作业负担研究[J].全球教育展望,2017,46(6):100-115.
 - [3]丁学东.“双减”落地还需学校给力[N].人民政协报,2021-08-18(9).
 - [4]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.
 - [5]教育部体育卫生与艺术教育司.第八次全国学生体质与健康调研结果发布[J].中国学校卫生,2021,42(9):1281-1282.
 - [6]董国永,王健,翟寅飞,等.我国中小学初任体育教师的专业发展现状[J].体育学刊,2015,22(4):76-82.
 - [7]季浏,马德浩.改革开放40年我国学校体育发展回顾与前瞻[J].体育学研究,2018,1(5):1-11.
 - [8]周洪宇,齐彦磊.“双减”政策落地:焦点、难点与建议[J].新疆师范大学学报(哲学社会科学版),2022,43(1):69-78.
- 作者简介:宋志程(1998-)男,汉族,新疆伊犁,硕士在读,伊犁师范大学,研究方向:体育教学;通讯作者:周凤祥(1964-)男,汉族,新疆伊犁,教授,硕士研究生导师,伊犁师范大学,研究方向:民族传统体育。