

“双减”政策赋能学校体育教育生态重构路径研究

刘天奇

佳木斯大学体育学院，黑龙江 佳木斯 154007

[摘要] “双减”政策是国家实现教育现代化，赋能学校体育发展，重塑教育生态的必要之举。“双减”政策的出台有利于学校体育发展，引导教育生态环境重构优化，同时作为其发展的必要条件与重要政策支持。“双减”的系统性改革为学校体育教育生态提供了前所未有的变革契机，它引发对于学校体育教育生态结构的深层思考，也促进了教育生态优化的正向改变。以文献资料法，逻辑分析法等研究方法，依托“双减”政策，在把握教育生态系统规律内涵的基础上，从教育生态主体、教育生态环境以及教育生态主体与教育生态环境相互作用等方面研究分析，改革推动学校体育教育生态重构，旨在提出切实可行的路径，为学校体育教育改革提供理论依据，以实现学校体育教育生态系统的趋良性发展。

[关键词] “双减”政策；学校体育；教育生态

DOI: 10.33142/jscs.v4i3.13201

中图分类号: G434

文献标识码: A

Research on the Path of Ecological Reconstruction of School Physical Education Empowered by the "Double Reduction" Policy

LIU Tianqi

School of Physical Education, Jiamusi University, Jiamusi, Heilongjiang, 154007, China

Abstract: The "double reduction" policy is a necessary measure for the country to achieve modernization of education, empower the development of school sports, and reshape the education ecology. The introduction of the "double reduction" policy is conducive to the development of school sports, guiding the reconstruction and optimization of the education ecological environment, and serving as a necessary condition and important policy support for its development. The systematic reform of "double reduction" provides an unprecedented opportunity for the transformation of the school sports education ecology, which triggers deep thinking on the ecological structure of school sports education and promotes positive changes in the optimization of the education ecology. The article uses research methods such as literature review and logical analysis, relying on the "double reduction" policy, and grasping the connotation of the laws of the education ecosystem. Based on the understanding of the education ecosystem, the article studies and analyzes the education ecosystem subject, the education ecosystem environment, and the interaction between the education ecosystem subject and the education ecosystem environment. The aim is to reform and promote the ecological reconstruction of school physical education, and propose practical and feasible paths to provide theoretical basis for the reform of school physical education, in order to achieve the benign development of the school physical education ecosystem.

Keywords: "double reduction" policy; school sports; educational ecology

引言

减负是我国教育改革的热点问题，与其相关的议题一直存在，早在 1955 年教育部就下发了《关于减轻中小学生学习过重负担的指示》，提出为小学生减负^[1]；自改革开放 40 年以来，我国先后出台 35 项中小学“减负”政策，包含减负专项 11 项，相关政策 24 项，政策数量之多^[2]，体现出课业负担重的问题存在已久，并十分顽固。在减负政策实行期间，政策重心主要集中在校内课业负担的减少，但是“双减”政策实行的对象不仅是针对校内课业负担，还纳入了校外培训机构。“双减”政策实施力度之大，牵涉范围之广，远超过去的政策，这是减负政策与“双减”政策的本质区别。“双减”政策的目标不仅是“减负”本身，更是为了重塑教育生态、保障学生全面健康成长，因此，在实施过程中会不断遇到新问题^[3]。在两会开展期间，

教育部门提出深化“双减”政策，要把坚持高质量发展作为各级各类教育的生命线，并落实立德树人。针对于我国基础教育表征现象——课业负担过重，新的“双减”政策提出校内校外双管齐下，并驾齐驱。伴随着“双减”阶段性目标的完成，校外培训机构的疯狂扩张以及培训焦虑的持续蔓延成功得以遏制，那么当阶段性目标完成之后，如何重构良好的教育生态的深层次社会问题则成为后续工作的关注焦点。因此，本文通过系统性的研究，为学校体育教育生态的重塑和建构提供新的思路和方法，促进“双减”政策的深化实施，推动学校体育教育生态的进一步优化发展。

1 学校体育生态重构发展底层逻辑

1.1 概念解读

教育生态学是由美国哥伦比亚大学的克雷明院长提

出,运用生态学方法研究教育与人的发展归路的教育边缘学科^[4],生态学是研究生物与其所处环境之间关系的学科,而教育生态系统是以教育为中心,对教育的产生、存在和发展起制约和调控作用的多元环境体系^[5]。教育生态系统由生态主体和生态环境两部分构成,生态主体包括教育者、受教育者以及各级各类教育机构;生态环境是由系统内环境和系统外环境组成,其大致分为三个层次:物质环境、社会制度环境和文化精神环境,学校体育教育生态系统作为教育生态的一个子系统,同样受到这些环境因素的影响。教育生态是一个复杂的系统,处在教育生态系统之中的学校体育,学校体育教育生态不仅关注学生在体育课上的表现和成绩,更重视学生的全面发展,包括身体、心理和社会适应能力等方面。作为教育的重要组成部分,是计划性、目的性、组织性较强的体育教育活动过程,它旨在通过体育活动,帮助学生建立健康的生活方式,培养团队协作精神和竞争意识,提升自信心和自我效能感^[6]。

1.2 “双减”政策为学校体育生态重构提供契机

“双减”是指要有效减轻义务教育阶段学生过重作业负担和校外培训负担,通过改变教学方式,改变学习方式,来帮助学生养成良好的学习习惯和掌握高效的学习方法,达到提高教学质量的目的^[7]。“双减”是构建学校教育生态系统,保障学生身心健康发展的关键决策,学校体育教育生态系统作为教育生态系统的子系统,可借助“双减”政策重塑学校体育教育新生态来实现重构良好教育生态的发展愿景。在过去的一段时间里教育乱象频出,中小学生学习作业负担重,校外补课机构泛滥,造成中小学生学习时间不足,缺乏运动造成青少年肥胖,体质下降,近视率较高等问题。在此种状况下,“双减”政策的实施、学校体育教育生态重构势在必行,纵然一直在呼吁“减负”,但与此政策初衷相违背的是中小学生的压力负担更重。“双减”政策的实施旨在减轻学生的过重课业负担和校外培训负担,这促使着学校需要更加注重课堂教学质量,优化作业设计,减少无效和低效的作业,从而让学生有更多的时间和空间去探索自己感兴趣的领域,发展个性和特长。其次,“双减”政策强调了学校教育主阵地的作用。这意味着学校需要承担起更多的育人责任,发挥其在基础教育中的主导地位。此外,“双减”政策还促进了教育公平和均衡发展。通过体制机制改革激发教育活力,努力缩小区域之间、城乡之间、学校之间的教育差距,整体推进教育资源均衡配置^[8]。“双减”政策对于缓解家长焦虑情绪也起到了积极作用,随着学生过重课业负担的减轻和素质教育的推进,家长们更加关注孩子的身心健康和全面发展。学校也可以通过与家长建立良好的沟通机制,共同关注学生的成长和发展。“双减”政策为学校教育的生态重构提供了重要的契机和方向;学校应该积极响应政策号召,加

强课堂教学和课后服务体系,促进学生全面发展和健康成长。

2 学校体育生态重构的困境

学校体育教育生态重构面临的困境主要源于多个方面的复杂因素,这些因素相互作用,使得重构过程充满挑战。首先是教育理念与目标的冲突,传统的学校体育教育往往侧重于体育技能的传授和身体素质的提升,而忽视了学生的兴趣、需求以及全面发展。这与现代教育理念强调的学生主体性、全面发展和个性化教育存在冲突,导致在体育教育生态重构过程中难以确定明确的教育目标。其次是教学资源与师资力量的不足,许多学校面临体育场地设施不完善、器材设备陈旧等问题,这制约了体育教育的发展。同时,缺乏专业的体育教师和教育工作者也影响了体育教育生态的重构。这些师资力量不足的问题使得学校在推进体育教育生态重构时缺乏足够的专业支持和指导。并且学生参与度和兴趣不高,由于传统体育教育模式的单一和枯燥,以及学生对体育活动的认识和态度问题,导致学生对体育课程的参与度和兴趣不高。这使得在体育教育生态重构过程中难以激发学生的积极性和主动性,影响了重构的效果。最后,评价体系与激励机制的不完善,当前学校体育教育的评价体系往往过于注重成绩和竞赛成绩,而忽视了学生个体差异和全面发展。这种评价体系不仅无法真实反映学生的体育水平,也无法激励学生在体育活动中发挥自己的潜力。学校体育教育生态重构面临的困境是多方面的,需要我们从教育理念、教学资源、学生参与度、评价体系等多个方面入手,共同推进体育教育生态的重构与发展。在整个学校体育生态环境中,学校体育空间孤立化现象较为严重,家校社教育衔接割裂。受传统教育观念的影响,为了避免教育的纠纷与麻烦,学校教育排斥家庭与社会教育的参与融入。学校空间自我区隔,学校成为教育孤岛,形成独立的教育世界^[9]。

3 学校体育生态重构的推进路径

3.1 追求生态主体可持续性发展

“教育生态学理论关注教育生态主体与其周围环境的联系,突出从整体价值出发,对教育生态主体进行分析,主张教育生态主体的发展应是一种动态的过程,追求发展主体长久的可持续性发展”^[10]有一流的教师才有一流的教育,教师作为教育生态主体-教育者,推动其发展主要依靠的是体育教师发展的内在动力,自我建设能力。教师在实践中要调动起自我积极性,激发自身教学热情,进行自我批判反思,激发主体意识觉醒;对于各个教师的工作边界也要进行明确的澄清规定,减轻教师负担,加强教师专业自主权;强化终身学习意识,注重教师群体自身建设,定期参加专业化学习。育人智慧是育人品格与育人能力的重要体现,直接影响着立德树人成效,教师作为育人的一线工作者,其行为对学生的发展发挥着潜移默化、深远持久的影响,因此广大

教师要自觉提升育人智慧，成为学生发展的引路人。

学生作为受教育者是生态系统中最基本、最重要的构成要素，学生个体的生命质量在很大程度上将会影响甚至决定着整个教育系统的生命质量。大多数学生在参与体育活动时，是被动性地参与非主动性的运动习惯，学生参与体育的良性动机缺失或不足，那么如何让学生在体育锻炼中享受乐趣，积极投入主动性体育，发挥学生主体地位，是学校体育教育生态主体实现可持续发展的必由之路。

从学校角度出发，学校体育从属于学校教育，是学校教育的下位概念，那么“双减”政策的指导思想同样适用于学校体育治理，但因体育学科存在着特殊性，其改革动力除了源自于自身内在现状的基本需求，还需借助外力“双减”政策进一步推动。贯穿学校体育的本质理念就是“以学生发展为中心”，将学生作为一切教学工作的主体，提高学生的学习质量，并全面提升学生的知识、能力和综合素质。当学生回归校园后，大部分的时间都属于学校管理，此刻学校就面临着最大的考验，学校是否能够满足学生兴趣及发展需要，避免衍生出“校内减负，校外增负”的新问题。要满足学生和家的需求，学校必须从国家课程、地方课程、校本课程等多角度整体考虑学校教育的供给结构、内容结构。其中第一个要提升的就是学校的教学管理。学校体育作为教育的重要组成部分，是计划性、目的性、组织性较强的体育教育活动过程，学校教学管理涉及学校教育教学的方方面面^[11]，看似宏观，其实也很具体，比如教学计划最终会具体为一张张小小的课表。“双减”政策落实好不好的关键指标是课表，课表是作为检验其实施效果的显性标尺，对于课表的处理意味着学校管理亟需重构。从前的课表只包括“三点半”之前的内容，如今的课表安排还需要兼顾“三点半”之后的内容。学校对于课后作业的布置，给孩子们提供的每一道题、每一份教学设计都要经过精心论证，让专业而扎实的校本教研，成为减负与提质之间的重要杠杆。教育改革，教研先行，这意味着学校教研要重构校本教研，完善课程教材体系教学资源提质增效，提升学校体育活动质量。在学校体育提质增效改革中，课外体育和校外体育与学校体育的关系也十分紧密，因此促进学校体育改革的研究不要忽视校外体育，应积极建立合作关系，共同为学生的体育发展创造更好的条件和环境。

3.2 健全生态环境，共建保护体系

“双减”政策下，家长日益严重的焦虑是一个需要关注的问题。政府和教育部门通常会发布官方公告和政策解读，为家长提供更准确的信息和指导，使其能够了解政策的真正意图和目标。在“双减”背景下，家长需要更加注重孩子的全面发展，建立良好的家庭沟通机制，与孩子进行坦诚的交流，了解他们的需求和困惑，也是缓解家长焦虑的重要途径。面对政策变化和社会变革，保持积极的心态至关重要，孩子的成长不是“KPI”家长的观念也要重

构。家长可以通过自我反省和调整来减轻焦虑情绪，例如，反思自己的教育理念和价值观，学习新的教育理念和办法，以及积极参与社区活动等方式，都有助于提升家长的自信心和幸福感。通过参加家长会、座谈会等活动，了解学校的教育理念和教学计划，可以更好地理解孩子的需求和压力来源；积极参与家校互动平台，分享育儿经验和心得，也有助于缓解家长的焦虑情绪。在“双减”背景下，部分孩子可能会面临学业压力和社交隔离等问题，家长可以引导孩子学会情绪管理和压力应对技巧，帮助他们建立健康的生活方式和人际关系。总之，“双减”背景下的家长焦虑是一个复杂的问题需要从多个角度入手来缓解。通过关注官方消息、调整家庭教育方式、寻求专业帮助和支持等方法可以有效减轻家长的焦虑情绪促进孩子的健康成长和家庭和谐关系的建立。

首先，社会组织能够为学校体育提供更多的资源支持，通过与社会组织的合作，学校可以弥补自身在资源方面的不足，为学生提供更好的体育学习和锻炼环境。其次，社会组织能够丰富学校体育的教学内容和办法，社会组织通常具有更广泛的社会联系和更丰富的教育资源，可以为学校提供多样化的体育项目和教学办法。此外，社会组织还能够促进学校体育与社会体育的融合发展，通过与社会组织的合作，学校可以更好地了解社会体育的发展趋势和需求，将社会体育的优秀元素和先进理念引入到学校体育中。最后，社会组织还能够为学校体育提供专业化的指导和支持，社会组织通常具有专业的体育人才和丰富的体育经验，可以为学校体育提供专业的指导和建议。社会体育组织作为社会资源的一种，在推动学校体育发展和提升学生健康水平方面扮演着至关重要的角色。综上所述，社会体育组织能够促进学生健康、普及体育知识和文化，填补学校师资的缺乏，满足学生多元化需要，引领体育教学服务多元发展，提高课后体育服务质量等方面具有显著优势。它们在社会体育事业中发挥着不可或缺的作用，为构建健康、和谐的社会作出了积极贡献。从创新育人理念、强化自身能力建设、整合优质课程资源、建立健全相关制度等方面着手，构建社会体育力量参与学校课后服务的有效参与路径，促进完善体育教育生态的高质量发展^[12]。

3.3 生态主体与生态环境协同赋能学校体育生态重构

整体关联性和动态平衡性是教育生态系统的两个基本特征^[13]。在学校体育教育生态系统中，生态主体和生态环境的变化改善也会影响着整个学校体育教育生态系统的改变。家校社共育的出发点是育人，宗旨和归宿也是育人。随着教育生态改革的不断深入，对教育生态的优化重构提出了更高的要求，同时在国家大力倡导的“健康中国”“全民健身”“体育强国计划”指导下，家校社协同育人的责任落实、工作机制健全完善，成为教育生态创新优化的关键。

优化“双减”背景下的学校体育教育生态系统，应理

清家校社职责分工、加强家校社同向共育、优化区域中学校内外环境以及系统完善顶层建设保障体系,以此促进学校教育生态系统的可持续发展家校社协同,优化教育生态^[14]。家校社协同作用有助于提升学生的体育素养,促进他们的全面发展。首先,学校作为教育的主阵地,应当承担起引领和推动学校体育发展的责任。学校可以通过加强体育教学、提高教学质量、优化教师队伍建设等手段,为学生打造一个良好的体育学习环境;开展多样化的体育活动、完善体育设施等方式,为学生提供一个良好的体育学习和锻炼环境^[15]。同时,学校还应积极与家长沟通,加强对家庭的宣传,完善课后服务管理、提高作业管理水平,提醒家长关注学生的体育发展,并鼓励家长参与到学生的体育活动中来。其次,家庭在学生体育发展中扮演着重要角色。家长应当认识到体育对孩子成长的重要性,积极配合学校的体育工作,鼓励孩子参与体育活动,培养他们的运动兴趣和习惯。同时,家长还可以在日常生活中引导孩子进行体育锻炼,如一起散步、骑自行车等,让运动成为家庭生活的一部分。通过树立优良家风、增进家长协同教育观念、提高家长素质、建立学习型家庭来建立家庭教育。此外,社会也应当为学校体育发展提供有力支持。政府可以加大对学校体育的投入,改善学校体育设施条件,为学校体育发展提供保障^[16]。同时,社会各界也可以通过举办体育比赛、开展体育公益活动等方式,为学生提供更多的体育锻炼机会和平台。在具体实践中,家校社协同赋能学校体育发展可以采取多种形式。体育托管机构的出现也为“双减”政策深化,学校体育教育生态优化贡献力量,托管班是学生放学后的第二家庭,其职责和存在的意义应做好“家庭和学校结合式教育”,比如开展技能学习、培养社会实践能力、发展兴趣爱好情操,促进身心健康使孩子茁壮成长,是帮助家庭做好社会培养和学校教育的辅助作用^[17]。但在发挥校外体育机构辅助体育教育发展的同时,对校外体育机构的审批环节与资质鉴定要做出明确规定。校外体育机构需按照相关法规和政策要求,向体育、文化旅游、科技等相关部门提交申请,经过审批后方可开展校外培训活动。同时,这些部门也将负责日常管理和监管工作,要确保校外体育机构的合规运营,符合相关法规和政策要求。此外,在加强校外体育机构的监管方面还需要充分发挥教育、市场监管、民政等部门的职能作用,形成行业部门为主、多部门协同监管的管理体制。综上所述,家校社协同赋能学校体育发展是一个系统工程,需要各方共同努力、密切配合。

4 结语

“双减”政策下推进学校体育教育生态重构需要坚持把立德树人作为根本任务,回归育人本质,遵循教育规律与儿童成长规律,着力培养学生的核心素养;提升学生体育学习的实际获得感,提高体育师资培养质量,推进体育家校合作,推进学生全面健康可持续发展;科学认识学

校体育促进青少年全面发展的育人价值,充分发挥学校体育的育体功能和育心功能。

【参考文献】

- [1]薛二勇.“双减”政策执行的内涵、理念与路径[J].人民论坛,2022(6):74-78.
 - [2]王毓珣,刘健.改革开放四十年中小学减负政策变迁及走向分析[J].教育理论与实践,2018,38(31):17-23.
 - [3]马陆亭,郑雪文.“双减”:旨在重塑学生健康成长的教育生态[J].新疆师范大学学报(哲学社会科学版),2022,43(1):79-90.
 - [4]张红.生态化教学的理论建构[D].重庆:西南大学,2006.
 - [5]李雪.南疆地区物理教师学科教学知识(PCK)水平调查及提升策略研究[D].石河子:石河子大学,2021.
 - [6]潘凌云,王健.改革开放40年我国学校体育改革与发展的政策审思[J].体育科学,2019,39(5):13-25.
 - [7]薛磊.基于元认知理论的初中化学个性化作业探索与研究[D].苏州:苏州大学,2014.
 - [8]伍红梅.义务教育阶段优质教育资源的配置问题研究[D].桂林:广西师范大学,2010.
 - [9]李存金.凝固的教育音符[D].上海:华东师范大学,2011.
 - [10]刘敏,胡凡刚.遮蔽、破局与解蔽:在线教学的分析与思考[J].现代教育技术,2021,31(3):28-33.
 - [11]王雪梅,赵鑫.新课程改革形势下体艺模块教学现状与对策研究——以高台县第二中学为例[J].青少年体育,2019(10):108.
 - [12]体育总局办公厅,教育部办公厅,发展改革委办公厅.关于《提升学校体育课后服务水平促进中小学生健康成长的 通知》 [EB/OL]. (2022-07-06). <https://www.sport.gov.cn/n315/n20001395/c24453596/content.html>.
 - [13]范国睿.美英教育生态学研究述评[J].华东师范大学学报(教育科学版),1995(2):83-89.
 - [14]赵娉娉.“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.
 - [15]向水针,阳丽君.初中生体育锻炼行为现状与对策研究——以永州市冷水滩区为例[J].青少年体育,2017(2):100-102.
 - [16]唐大鹏.我国学校体育政策执行过程审视——以史密斯模型为理论框架[J].广州体育学院学报,2019,39(1):113-116.
 - [17]王哲.绥化市校外托管机构开设体育托管服务的SWOT分析[D].哈尔滨:哈尔滨师范大学,2021.
- 作者简介:刘天奇(2001—),女,汉族,辽宁鞍山人,硕士在读,佳木斯大学,研究方向:学校体育。