

# “双减”背景下小学体育教学工作的实然困境与应然出路

张自强

吉林体育学院, 吉林 长春 130000

[摘要] 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作业负担和校外培训负担的意见》。《意见》中明确指出全面压减作业总量和时长、减轻学生过重作业负担<sup>[1]</sup>。在此背景下, 小学体育课的课时量将会大幅增加, 体育教学工作也将受到前所未有的重视。小学体育教学工作是小学课程体系不可或缺的一部分, 对于学生全面发展尤为重要。文章深入探析了双减政策背景下影响小学体育教学工作质量的现实困境, 结合当前小学体育教学工作中的问题提出了四条提升路径, 希望对小学体育教学质量的提高能起到一定的参考和启示作用, 以促进小学体育教学的未来发展。

[关键词] 双减; 小学; 体育教学

DOI: 10.33142/jscs.v2i6.7506

中图分类号: G638.2

文献标识码: A

## The Actual Predicament and the Way Out of Physical Education Teaching in Primary Schools under the Background of "Double Reduction"

ZHANG Ziqiang

Jilin Sport University, Changchun, Jilin, 130000, China

**Abstract:** On July 24, 2021, the General Office of the Central Committee of the Communist Party of China and the General Office of the State Council issued the "Opinions on Further Reducing the Student's Work Burden and the Off Campus Training Burden during the Compulsory Education Period". The "Opinions" clearly pointed out that the total amount and duration of homework should be reduced in an all-round way, and students' heavy workload should be reduced [1]. In this context, the number of PE class hours in primary schools will increase significantly, and PE teaching will also receive unprecedented attention. Physical education teaching in primary schools is an indispensable part of the primary school curriculum system, which is particularly important for the overall development of students. The article deeply analyzes the realistic predicament that affects the quality of physical education teaching in primary schools under the background of the double reduction policy, and puts forward four ways to improve the quality of physical education teaching in primary schools in combination with the current problems, hoping to play a certain reference and enlightenment role in improving the quality of physical education teaching in primary schools, so as to promote the future development of physical education teaching in primary schools.

**Keywords:** double reduction; primary school; physical education

### 引言

小学体育课程在学校体育教学中占有重要地位。体育教学与学生身体素质的增强息息相关, 而学生的身体素质是其发展的根本, 它直接影响着我国人民的健康, 关系着国家的振兴和社会的发展<sup>[2]</sup>。虽然学生减负一直是学校体育改革的重点内容, 但是从未在根本上找到解决方案。学生家长对于体育“无用论”的思想已根深蒂固, 尤其是在一些发稍展微落后的地区, 这种现象尤为常见。家长唯分数论的思想仍存在, 学生还会被家长送去各种校外培训机构, 学生的负担问题无法得到解决, 教育不公平的现象继续存在, 进而引发各类社会问题。

在《意见》中明确指出全面压减作业总量和时长、减轻学生过重作业负担<sup>[1]</sup>。该政策受到了社会积极的响应, 同时学校的体育教育工作也受到了极大的关注。体育教师作为实施学校体育工作的基本队伍和具体成员, 从体育课的教学到课余体育锻炼的辅导, 都扮演着举足轻重的角色。

研究从小学体育教学工作的现实困境出发, 分析“双减”背景下小学体育教学工作的需求, 提出“双减”背景下小学体育教学工作的提升路径。

### 1 当前小学体育教学工作的实然困境

#### 1.1 学生德育教育常被忽视, 教师对德育的认知不足

教师作为学生学习成长的引导者, 不仅仅要传授学生知识, 还要培养学生的德行。但是许多体育教师对于德育的认知不够透彻, 课程内容过于单调或复杂化, 使学生的学习积极性降低, 无法完成德育教育的目的<sup>[3]</sup>。还存在部分教师课堂进行游戏化教学模式, 针对课程内容设计游戏, 通过小组合作的形式完成课程目标。虽然提高了学生学习积极性, 但是并没有考虑到学生的身心发展情况及学习现状, 仅仅是为了完成课程目标而采取的教学模式。学生与老师的交流较少, 课程内容目的性太强, 对于德育教育的效果甚微。

教师作为课堂的主导者, 一定加强对于德育教育的认

知。教师对于德育的认知决定了能否上一堂优质的课程。但是从目前来看,大部分的体育教师还是传统的教学思想,认为教学就是单纯的上一节体育课,对于德育认知存在不足,很难将德育教育与体育课程融为一体,完全忽略了体育课程的育人功能。在课程考核中更是仅仅依靠运动技能是否标准作为评分依据,完全忽略了学生的德育方面。这种评分模式变相的给学生传达了“只要技能好就能得高分”的思想,因此对学生的德育教育很难展开。

### 1.2 教学内容陈旧,教学方式单一

当前阶段,许多小学都在面临课程选材的问题。现阶段的教材老套单一,仍未更新,多数是以运动技能的讲解为主要内容。即便是新教材也是大同小异,都是对于运动技能的讲解,对于实践教学的内容表述不全,几乎是老教材的复制品,这样的教材很难符合学生的需求。

“双减”政策下,学生的体育课时量势必会增加,教材内容的陈旧势必会导致教学内容的陈旧从而影响体育课的质量。当前小学体育教学中,课程内容大都以球类、体操、健美操为主,长此以往,学生就会在课堂上产生消极的心态。随着身心的发展,已经不仅仅满足于这些运动,他们渴望接触到更多的项目。反复枯燥的练习很容易使学生对于体育课产生厌烦的情绪,大大降低学生对于体育课的重视程度。

当前小学体育教师依然是保持着传统的教学模式,即老师示范讲解,学生跟着老师做,老师看那位同学模仿的像这位同学就会受到嘉奖,反之就是做的不好。如此一来,学生主动学习的能力丧失,仅是为了迎合老师而去被动学习。例如在每次上课前的热身活动就是慢跑和热身操,内容枯燥。老师带领学生做全身关节的运动,做完就结束,不论学生是否充分活动开身体的各个关节,学生的受伤风险也会因此增加。这就是教师忽略了学生的主体性,没有从学生的实际情况出发所导致的后果。体育教师在进行某些项目教学时,对于学生所学习的技术动作评判标准过于苛刻。例如篮球的单手肩上投篮,在教授过程中完全依照教科书动作要求学生,忽略了学生的身心发展特点,这和因材施教的教育理念背道而驰。在这种传统单一的教学模式下,学生极易产生厌学的心态,有的学生可能喜欢运动,但是这种教学模式却使得学生讨厌上体育课。

### 1.3 教师教学能力欠缺,教学经验不足

当前一些乡镇小学,由于当地经济落后,福利待遇低,吸引不了体育教育工作者,就导致学校中部分体育教师非体育专业毕业,甚至有的是从其他学科中调派担任体育教师,他们的体育理论知识不足,对于运动技术动作的讲解不到位,无法将系统理论的体育与健康知识教授给学生,因此体育课程的教学质量无法得到保证。还有一部分体育教师,他们刚刚跨出学校的大门就来到了课堂,他们对于一些教法和运动技能的讲述还仅仅是停留在书本的层面,

在实际教学中缺乏经验,对学生的要求也是如教科书般标准,不能做到因材施教,忽视了学生的身心发展特点,这就是所谓的“轻实践,重宣教”。

总而言之,小学体育教师的教学水平和教学质量的好坏与否,对于学生们能否将健康发展具有极大的影响作用。

### 1.4 家、校、社沟通不畅

虽然学校和教师是体育教育的主导者,但是体育教育的主导者并非只有这两者,还有家庭的教育不容忽视。近年来,我国提出多种政策要求减轻学生的学业负担,旨在让学生有更多的时间发展自己的兴趣爱好,但是从实际情况来看效果甚微。究其原因,学校长期的唯分数现象在家长心中已根深蒂固。国家出台政策严禁以任何名义开设课外辅导机构这一举措,其意义是为了让学生可以发展自己的兴趣爱好,但是在家长看来就是学校对学生教育不够尽职尽责,将学生“这口锅”甩给家长,将学生的学习压力给了他们,家长就会给孩子报各种辅导机构,这种想象即加重了家庭的经济负担,又是对学生的另一种学习负担,与学生全面发展的教育理念背道而驰,限制了学生多元发展的可能性。

家庭、学校和社会三者是在各自的路径上进行反思和改革,无形中形成了沟通的屏障,导致出现了“1+1<2”的效果。在三者各自改革过程中,重复投入大量资源,共同作用于学生身上,这样不仅是教育资源的浪费,也是在无形中给学生增添学业负担,使得学生身心疲劳,这与新时代人才培养目标大相径庭。

### 2 当前小学体育教学工作的应然出路

#### 2.1 思政教育融入体育课堂,加强学生德育教育

近年来,我国出台了多部关于加强中小學生道德建设的文件。习近平总书记在全国大学生思想政治工作会议上提出,要把思政教育和各种类型的课程有机地结合起来<sup>[3]</sup>。从此,从高校到小学纷纷开始了对“课堂思政”的探索。小学体育课程作为学校课程的重要组成部分,对于学生的身心健康发展起到了积极的作用,因此体育课程应在学生思政教育中发挥独特的作用。而思政教育要想与体育课堂完美契合,就得需要科学、规范的教学方法来实现。

利用情境教学法,培养小学生的爱国主义精神。小学生对于问题的解决依赖于直观形象的情景,只有在这样的情境中才能够支持他们进行逻辑推理。因此,培养学生的爱国主义精神,就得让学生处于特定的教学情境中。例如,在进行60米障碍跑时,可以将此项目命名为“红军长征”。教师在设置障碍物后,可将其命名为“飞夺泸定桥”、“巧渡金沙江”等名称,然后告诉学生他们每人都是“小小红军”<sup>[4]</sup>。如此一来,学生自身被赋予了使命与责任,课堂积极性得到了提升。在学生了解了长征的故事同时也锻炼了他们的意志品质。总之,体育教师通过设置合理的教学情景可以很好的培养学生的爱国主义精神。

利用分组教学法,培养小学生的集体观念和合作精神。小学生当前所处的阶段比较注重自我,但是对于自我评价认知的能力不足。针对学生的这一个性特点可以通过分组教学,增强学生的集体观念以及合作意识。例如在进行队列队形练习时,可以有意识的让平时不遵守纪律的同学和遵守纪律的同学分为一组,每组三至四人,同一小组的同学自主练习互帮互助,保持队列的整齐划一,并在练习结束后各小组进行成果展示,小组成员进行相互评价和自我评价,总结练习中出现的问题。通过此类练习可以很好的培养学生的纪律意识。也可以按照学生的学习情况,可以安排小组间的对抗比赛。分组按照组内异质,组间同质的原则进行,组内同学相互帮助,朝着胜利共同努力。通过这样的分组学生不仅能熟练掌握课程内容,还能培养学生的集体观念和合作意识。

思政教育融入体育课堂的教学新模式,不仅让学生在体育课堂上学到了体育理论知识,还培养了学生优良的意志品质,对学生全面发展起到了极大的作用。体育教师在不断提升自身教学能力的同时,要不断的对课程进行反思总结,使思政教育完美融入体育课堂,让学生在悄无声息中完成思政教育,将学生培育成国之栋梁。

## 2.2 开发民族传统体育,丰富课程资源

民族体育是在特定地理、人文环境等客观条件下形成的,具有深厚的文化底蕴,而每种体育活动都能从一定的角度反映出民族的生活习惯和人文环境,从而使人们的精神状态得到最好的体现。同时,也可以充分体现出传统的团结互助、奋发向上的竞技精神,从一个侧面展示了大学生的竞技水平,提高了对民族文化的了解和喜爱,使传统的民族文化得以传承和传承。少数民族体育的内容和地域特点非常丰富,加上国家大力倡导培育和增强民族自豪感和民族精神,因此,在国际社会的支持和经济发展的今天,民族传统体育已经成为了人们关注的热点。

我们国家 56 个民族,各民族在漫长的历史发展过程中,都形成了自己独特的文化传统,并呈现出多元化的特点。查阅资料得知,全国现存的具有悠久历史的民族体育项目 900 多个,包括 676 个少数民族项目,涉及力量、技巧、速度等。在第九届全国少数民族体育比赛中,有 15 个项目,如:高脚竞速、龙舟、木球、武术等,其中技巧型、综合型、健身型的表演,更适合作为小学体育的资源<sup>[3]</sup>。

由于一些学校受到资金、场地等客观条件的制约,短时间内无法解决目前体育设施不足、场地面积不足等问题。而民族传统体育则不需要太多的设备,有的还可以自己动手制作,非常适合在小学体育教学中使用。比如“押加”,只要找个地方,用一条九米长的红绶和几根竹子就可以进行,而且还可以在学校的空地上进行一些其他的项目,既可以解决学校的教育问题,也可以让学生们在不同的运动项目上获得更多的乐趣,既可以提高他们的学习积极性,

也可以让他们的身体素质得到进一步的发展。

不同的学生在能力、认知、素质等各方面都存在着不同的特点,因此,在教学过程中,教师要注意这一差别,并在课程实施中尽量做到最好。比如,在体育活动中,不同的学生在身体素质、体育态度、能力等方面存在着差异。这就需要在“统一”的教学理念下,因材施教,做到“以人为本”、“因人而异”、“因材施教”。而民族传统体育在满足学生多样化、个性化的需要的同时,也为拓展小学体育资源的发展提供了便利。

## 2.3 增强横向学科知识,培养复合型体育教师

随着社会的进步,学生的知识面越来越宽,同时对知识的需求量也越来越大,越来越广,这就促使体育教师要不断丰富自己的知识结构,开拓自己的知识面,完成从特长型教师到复合型教师的转变。所谓复合型体育教师,就是在知识结构层面由多个学科知识群组成,在智能结构方面由跨学科的多种能力聚合而成。

双减背景下的体育教师教学能力要不断地提高和完善,首先必须要具备一定的基础信息素质,而信息化的教学手段的选用和运用,对于丰富体育课堂的教学内容,是非常必要的。其次体育教师除必须掌握教学中所必须的知识外,还必须丰富自身横向学科的知识,例如掌握体育社会学、体育史、体育哲学、体育美学、体育管理学、奥林匹克等相关学科的知识。教育学家苏格拉底曾说,“自我反省就是成长,教师深刻反省自己的教育和教学,就能看到自己的不足,反省自己,从而达到激浊扬清的效果。另外,从同龄人的视角思考,可以从别人眼中寻找自己的不足,对标找差距,取长补短,拓宽教育和教学的思维,从多个方面推动专业的发展和成长。

教师的教学水平与职业素质的高低,直接关系到学校体育教学的效果和教育质量。因此,加强教师的素质教育,既能有效地解决目前小学体育教育质量低下的现状,又能促进学生的全面发展。因此,在选择体育老师时,严格要求,适当增加入职门槛,聘请具有较扎实基础的专业学校的体育师资。在平时的教学中,要注重培养和培养青年体育教师,提高他们的综合素质,提高他们的综合素质,从而为提高他们的素质打下良好的基础。

## 2.4 家校社协同共育

家庭是学生最先接受教育的场所,家长是学生的第一任老师,家庭体育和学生体育之间的联系不可忽视,良好的家庭体育环境对于学生终身体育意识的培养至关重要。家庭教育是学生教育的一个重要组成部分,而父母是连接家庭和学校之间的桥梁。一项调查显示:家庭与学校合作对学生、家庭和教育工作者都有好处。但是,实践证明,在一定时期内,家校合作的成效并不尽如人意,其中父母的参与频率、家校互动的品质对其产生的影响最大<sup>[4]</sup>。在家庭和学校中,学生的全面、健康发展是两

个重要的目标，而家庭和学校之间自然就有了合作。在这些因素中，父母认同学校推动学生发展的整体安排是合作的依据。

社会也在学生成长和发展的过程中的地位举足轻重。虽然社会体育的参与者是以群众为主，但是随着体育俱乐部越来越广泛，学生参与体育运动的机会也更多了。学生可以参与各类社会性质的体育竞赛，参与俱乐部活动等等体育活动，这其中的教育因素也应该引起高度重视。国家推行体教融合政策，从某些方面来讲是促进学生全面发展的重要措施。社会开展各科体育活动竞赛，在一定程度上对于学生全面发展起到了推动作用。

在“双减”政策下，减轻学生的作业负担，减轻了家长的学习负担，减轻了父母对学校的责难，也有利于促进家校之间的交流。学校可通过举办亲子运动会、组织参观游览等形式，提高家长参与家校活动的频次。将学生阶段性身体健康测验的可视化资料及学生参与后的亲身体验，以资料和经验报告的形式，呈现给家长，提升家校合作的默契度，为学生的健康全面发展共同努力。充分发挥家校社的合力效应，共同将学生培养成为新时代合格的社会主

义建设者。

### 3 结语

双减政策对于学校体育来说既是机遇也是挑战。学校体育将随着双减政策的落实，更加凸显出其对学生的综合价值，即培养学生终身体育的意识和使其成为建设社会主义的中坚力量。体育教师也迎来了春天，随之而来的是巨大的挑战。体育教师要有终身学习的意识，弥补自身短板，丰富知识结构，完成复合型教师的转变，成为新时代背景下的体育教师。

#### 【参考文献】

- [1] 中共中央, 国务院. 关于加强青少年体育增强青少年体质的意见[Z]. 2007-05-07.
  - [2] 国务院办公厅. 关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见[Z]. 2016-04-21.
  - [3] 教育部. 中小学德育工作指南[Z]. 2017-08-17.
  - [4] 顾建峰. 集体主义教育在小学体育课堂的渗透研究[J]. 科学大众(科学教育), 2018(9): 31-32.
- 作者简介: 张自强(1997-), 男, 汉族, 山东聊城人, 硕士在读, 吉林体育学院, 研究方向: 运动训练。