

“双减”政策与学校体育互动关系的研究

茆蔚

昆明学院，云南省昆明市，650214；

摘要：在当前教育背景下，双减政策成为了社会关注的热点话题。双减，即减轻义务教育阶段学生作业负担和课外培训负担，旨在为学生创建一个更加公平、健康的成长环境。与此同时，学校体育的地位也越来越受到重视。本文将探讨双减政策与学校体育的互动关系，分析其意义所在，以期为我国教育改革提供有益参考。

关键词：“双减”；学校体育；体育教育

DOI：10.69979/3029-2735.25.3.017

1 双减政策概述

1.1 双减政策定义

双减政策，即减轻中小学生学习负担和减少校外线上校外培训机构补课的双重政策。这是一项旨在调整教育生态，促进学生身心健康、全面发展的重大举措。双减政策强调让学生从过重的课业负担中解脱出来，有更多的时间和精力参与体育锻炼、社会实践、兴趣爱好等有益身心发展的活动^[1]。

1.2 双减政策背景

近年来，我国中小学生学习负担不断加重，导致学生学业压力大，身心健康问题日益突出。同时，校外线上校外培训机构的过度补课现象也备受社会关注。这种现象不仅增加了学生的负担，而且导致家庭教育焦虑不断升级。为了回应社会关切，我国政府决定实施双减政策，切实减轻学生课业负担，促进教育公平。

1.3 双减政策目标

双减政策的主要目标有以下几点：

（1）提高教育教学质量，让学生在课堂上充分吸收知识，减少课下补课需求。

（2）引导学生合理安排课余时间，鼓励参加体育锻炼、社会实践、兴趣爱好等活动，促进全面发展。

（3）减轻家庭教育焦虑，引导家长树立正确的教育观念，关注孩子的身心健康。

（4）规范校外教育培训市场，遏制过度竞争，推动教育公平。

总之，双减政策是一项立足当前、着眼长远的重大改革，旨在构建良好的教育生态，促进学生全面发展。在这一背景下，学校体育的地位和作用愈发凸显，与双

减政策形成良性互动。

2 学校体育概述

2.1 学校体育定义

学校体育，顾名思义，是指在学校环境下进行的各类体育活动。它是以教育为目的，通过体育课程、课外体育活动、体育竞赛等多种形式，对学生进行全面体育教育的过程。学校体育既包括课堂教学，也包括课余时间的体育锻炼，旨在培养学生的体育兴趣，提高学生的身体素质，养成积极参与体育活动的习惯。

2.2 学校体育现状

在我国，学校体育的发展状况可谓好坏参半，呈现出一种复杂且微妙的局面。从积极的一面来看，近年来，我国政府对学校体育教育的关注程度日益提升，制定了一系列支持性政策，并加大了资金投入。在这样的背景下，不少学校的体育设施得到了全面的升级改造，师资力量也得到了显著加强，为学生提供了更好的体育锻炼环境。然而，令人忧虑的是，受传统应试教育观念的影响，一些学校和家长过于偏重文化课成绩，从而使得学生在课业上的负担日益加重，导致体育锻炼的时间被大大压缩。除此之外，我国体育教师队伍在专业素质和数量上还存在不足，急待进一步的优化与提升^[2]。

2.3 学校体育重要性

学校体育在教育体系中所扮演的角色至关重要，其意义之深远，影响之广泛，是不言而喻的。首先，学校体育课程不仅对于提高学生的身体素质起到了关键作用，而且在增强学生的抵抗力、降低患病率方面发挥了不可替代的效能。通过体育锻炼，学生的体质得以增强，从而更有力地抵御各种疾病的侵扰。其次，体育活动在

锻炼学生体魄的同时,更是磨练他们意志品质的熔炉。它培养了学生面对困难和挫折时的坚韧不拔和勇敢无畏,这种精神品质的塑造,对于学生未来的学习和生活都具有深远的影响。此外,体育竞赛作为一种特殊的教育形式,它在学生团队精神和竞争意识的培养上起到了积极作用。在竞赛中学生学会合作与共赢,学会在规则框架内公平竞争,这些体验对于他们社会性格的形成和发展具有重要意义。学校体育作为一种校园文化活动,极大地丰富了学生的校园生活,为他们的全面发展提供了平台和机遇。通过体育活动,学生不仅能够锻炼身体,还能在心理、社交等多方面得到提升。

在当前双减政策的背景下,学校体育的职能和作用更显重要。双减政策的核心目的是为了减轻学生的课业负担,从而为学生参与各类体育活动腾出更多的时间和空间。因此,学校应当把握这一历史性的机遇,加大对体育课程设置和活动组织的投入力度,让学生在充满乐趣的体育锻炼中茁壮成长,健康发展。同时,为了更全面地促进学生体育素养的提升,学校体育还需要与家庭教育、社会体育资源紧密结合起来,共同构建一个全方位、多层次、有序发展的体育教育体系。这样的体系将为学生们的健康成长提供更加坚实的保障,为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人贡献力量。

3 双减与学校体育的互动关系

3.1 双减政策对学校体育的影响

随着双减政策的推行,我国教育部门正逐步减轻学生的课业负担,以便让学生有更多的时间和精力投入到其他活动中。这一政策对学校体育产生了积极的影响。首先,双减政策使得学校可以重新调整课程安排,将更多的时间分配给体育课程。过去,由于课业压力较大,许多学校往往忽视体育教育,导致学生体育锻炼时间不足。而现在,双减政策为学生提供了更多的体育活动时间,有助于提高学生的身体素质。

双减政策的推行使得学校和家长对体育教育的重视程度有所提高。过去,部分家长和学校过分关注学生的文化课成绩,导致学生在体育方面的潜能得不到充分挖掘。而现在,随着双减政策的实施,家长和学校开始认识到体育对孩子全面发展的重要性,从而加大对体育教育的投入和支持。

3.2 学校体育在双减政策中的作用

在学校的教育体系中,体育课程占据了不可或缺的地位,它对学生的全面发展起着至关重要的作用。体育,不仅仅是一种身体锻炼,更是一种精神和情感的磨砺。通过体育课程的学习,学生不仅能够锻炼身体,增强体质,更重要的是,他们能够在团队协作中培养起宝贵的合作意识和竞技精神。在紧张而又充满活力的体育活动中,学生们学会在竞争中寻求合作,共同迎接挑战,从而塑造出积极向上、不断进取的精神风貌。

体育教育还能有效地缓解学生因学业负担而产生的压力,在忙碌的学习生活中,体育活动就像一股清泉,让学生得以适当的放松,恢复精力。这不仅有助于提高学生的学习效率,还能帮助他们调整心态,以更加饱满的热情投入到知识的学习中。同时,定期的体育锻炼还能引导学生养成良好的生活习惯,比如规律作息、健康饮食等,这些习惯将伴随他们一生,为他们的健康打下坚实的基础。通过这样的全面培养,体育教育真正实现了在提升学生身体素质的同时,促进其精神世界的丰富和成长。

3.3 双减与学校体育的相互促进

双减政策与学校体育之间存在密切的互动关系。双减政策的推行旨在减轻学生的课业负担,使他们在学业和身心健康方面得到全面发展。而学校体育在这一过程中发挥着至关重要的作用。一方面,体育教育可以提高学生的身体素质,让他们在学业和生活中更加充满活力。另一方面,体育活动也有助于培养学生的社会适应能力和综合素质,使他们更好地适应未来的社会发展。

双减政策还为学校体育改革提供了良好的契机,学校可以借此机会调整体育课程设置,引入更多富有创新性和趣味性的体育项目,激发学生的兴趣和潜能。同时,双减政策鼓励学校开展多元化的体育活动,促进校园体育文化的建设。总之,双减政策与学校体育之间存在着相互促进的关系,有利于提高学生的身心健康水平,促进他们全面发展。

4 互动关系的意义

4.1 提高学生身体素质

在双减政策背景下,学校体育成为培养学生健康体魄的重要途径。双减政策要求减轻学生课业负担,为学生腾出更多时间参与体育锻炼。学校体育不仅有助于提高学生的身体素质,增强抵抗力,还能培养学生良好的

体育素养,让他们在繁重的学业之余,养成积极参与体育锻炼的良好习惯^[3]。因此,双减政策与学校体育的互动关系有助于提高学生身体素质。

4.2 促进学生全面发展

学校体育在促进学生全面发展方面发挥着重要作用。双减政策强调培养学生德智体美劳全面发展,而学校体育正是实现这一目标的重要手段。通过参加各类体育活动,学生可以锻炼意志品质,培养团队合作精神,提高人际交往能力。此外,体育竞赛还能激发学生的竞争意识,培养他们的自信心。

4.3 缓解家庭教育焦虑

在双减政策实施之前,许多家长担忧孩子输在起跑线上,过分关注学术成绩,导致家庭教育焦虑不断加剧。而双减政策的推行,让家长意识到孩子身心健康的重要性,开始关注孩子的体育发展。学校体育的加强,使孩子们在体育锻炼中释放多余的精力,减轻家庭教育焦虑。家长将更加关注孩子的身心健康,尊重他们的兴趣爱好,为他们提供良好的成长环境。因此,双减政策与学校体育的互动关系有助于缓解家庭教育焦虑。

4.4 推动教育公平

双减政策旨在促进教育公平,打破应试教育的束缚。学校体育的加强,让每个学生都有机会参与到体育活动中,享受到体育锻炼的乐趣。在这种情况下,体育不再是少数学生的特长,而是全体学生共同参与的运动。这有助于消除校园内的歧视和偏见,让每个学生都能在公平的环境下成长。

综上,双减政策与学校体育的互动关系在提高学生身体素质、促进学生全面发展、缓解家庭教育焦虑和推动教育公平等方面具有重要意义。在未来的教育实践中,我们应继续关注双减政策与学校体育的互动关系,为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人共同努力^[4]。

5 结论

5.1 双减与学校体育互动关系的意义总结

在我国教育界,双减政策与学校体育教育之间的相互作用显得尤为关键。双减政策的核心目标在于缓解学生的学习压力,这不仅仅意味着减轻他们的学业负担,更重要的是,它为学生争取到了更多的时间,让他们能

够投身于体育锻炼之中,以增强体质,提升健康水平。在这个过程中,学校体育教育扮演了不可或缺的角色,它不仅提供了丰富多彩的体育项目,还帮助学生们在学业与体育运动之间寻找到恰当的平衡点。另一方面,学校体育教育在促进学生的全面成长方面同样发挥着积极作用。通过参与体育锻炼,学生们能够在团队协作中学会互相支持,在挑战中锻炼自己的意志,并在社会交往中提高适应能力。进一步地,双减政策的推广也使得家长们开始更加关注孩子的身心健康,这不仅有效缓解了家庭教育中的焦虑情绪,还促进了教育观念的逐步更新^[6]。

5.2 双减与学校体育未来发展趋势

在时代的洪流中,我们清晰窥见“双减”政策与学校体育发展的紧密联系,这无疑将开辟一片生机勃勃的育人新天地。首先,可以预见的是,学校体育课程将迎来一次质的飞跃。不再是单一的传统项目,而是向着更加丰富多样的方向发展,旨在满足每一个学生独特的兴趣和需求。这样的课程设置,不仅能够激发学生参与体育活动的热情,更能在他们心中播下终身热爱运动的种子。学校体育设施的建设也将迎来新一轮的升级和完善。我们将看到更多的校园内,运动场地设施齐备,器材先进,为学生提供了优越的运动环境和条件。这样的改善,无疑为孩子们打造了一个安全、舒适、充满乐趣的运动空间,让他们能够在欢乐中挥洒汗水,锻炼体魄。同时,教育部门对学校体育的投入和支持力度也将大幅提升。这意味着更多的资源将被用于培养专业的体育师资,优化体育课程设计,以及发掘和培养具有潜力的体育人才。在此基础上,学校体育将能够更好地发挥其在人才培养中的独特作用,为社会输送更多身心健康、素质全面的优秀运动员和体育爱好者。此外,家长和社会对学校体育的关注与支持也将日益增强。家庭与学校的良性互动,将形成一股强大的合力,共同推动学校体育的发展,营造一个有利于青少年健康成长的良好氛围。当家长和社会普遍认识到体育教育的重要性时,这种共育的局面便能为孩子们提供更全面、更均衡的教育。

而在“双减”政策的背景下,学校体育的深远意义不仅体现在学生身体素质的提升上,更在于它对教育公平的推动作用。通过丰富多样的体育活动,更多的学生能够享受到优质的教育资源,无论他们出身何种家庭,都有机会在运动中展示自我,实现潜能。

综上所述,我们必须深刻理解“双减”政策与学校体育之间互动关系的重要性。进一步发挥学校体育在促进学生全面发展、提高身体素质、缓解家庭教育焦虑以及推动教育公平等多方面的积极作用。只有这样,我们才能培养出德智体美劳全面发展的新一代青年,为国家的繁荣昌盛和民族的伟大复兴贡献青春的力量。这是教育的使命,也是时代的召唤,让我们携手共进,共创美好未来。

参考文献

- [1] 孙军,罗秋兰,罗小兵. “双减”背景下我国中小学体育高质量发展: 要点、难点与路向[J]. 广州体育学院学报, 2023, 43(02): 44-51. DOI: 10. 13830/j. cnki. cn44-1129/g8. 2023. 02. 006
- [2] 邹月辉,张凯莉. 我国小学体育学科能力的百年建

构——基于课程标准的文本分析[J]. 沈阳体育学院学报, 2023, 42(03): 31-39.

- [3] 薛鹏飞,曹景川. 学校体育高质量发展: 价值意蕴、现实困境与推进策略[J]. 成都体育学院学报, 2023, 49(03): 112-118+128. DOI: 10. 15942/j. jcsu. 2023. 03. 015

[4] 张丰. “双减”背景下的学校体育发展研究[J]. 中国教育学刊, 2023, (S1): 135-136.

- [5] 牛群,张瑞林. 多元主体协同视角下校社合作推进学校体育发展的演化博弈分析[J]. 体育学研究, 2023, 37(01): 102-112. DOI: 10. 15877/j. cnki. nsic. 20221226. 001

作者简介: 茆蔚(2001—),女,汉族,安徽宣城人,在读硕士研究生,昆明学院,研究方向: 体育教学。