

“双减”政策助推学校体育高质量发展的学科逻辑、 现存问题与优化策略

韩贝宁, 鲁长芬

(华中师范大学 体育学院, 湖北 武汉 430079)

摘 要: 运用文献资料、逻辑演绎等方法, 对“双减”政策助推学校体育高质量发展的学科逻辑、现存问题与优化策略进行探究。研究认为: “双减”政策筑牢学校体育“全面育人”的学科归旨、深化学校体育“具身实践”的学科特质、确定学校体育“健康促进”的学科功能; 在“双减”政策助推学校体育高质量发展的过程中, 依然受到应试化教育体制、制式化教学方式、单一化课程内容的影响, 同时面临学科归旨偏移、学科特质畸化、学科功能受限的问题。学校体育高质量发展需借助“双减”政策契机, 在加强治理体系与治理能力建设的基础上, 通过体育引领诸育融合、落实“教会勤练常赛”、推进健康教育改革方式, 助推学校体育实践回归学科归旨、阐扬学科特质、彰显学科功能, 以充分发挥学校体育的全面育人价值、具身实践成效、健康促进作用。

关 键 词: 学校体育; “双减”政策; 高质量发展; 学科逻辑

中图分类号: G807 文献标志码: A 文章编号: 1006-7116(2023)06-0110-08

The disciplinary logic, existing problems and optimization strategies of "double reduction" policy to promote the high-quality development for school physical education

HAN Beining, LU Changfen

(School of Physical Education, Central China Normal University, Wuhan 430079, China)

Abstract: Using the methods of literature and logical deduction, the study explores the disciplinary logic, existing problems and optimization strategies of the "double-reducing" policy in promoting the high-quality development of school physical education. The study concludes that the "double-reducing" policy has strengthened the disciplinary purpose of "comprehensive education", deepened the disciplinary quality of "physical practice", and also built up the "health promotion" of school physical education. However, in the process of promoting the high-quality development of school physical education by the double-reducing policy, it has been as usual affected by the examination-oriented education system, the systematic teaching method, and the unitary curriculum content, and is also facing the problems such as deviation of the subject's purpose, deformity of the subject's characteristics, and restriction of the subject's functions. In view of this, the high-quality development of school physical education needs to take the opportunity of the "double reduction" policy, and on the basis of strengthening the governance system and governance capacity construction, promote the practice of school physical education to return to the purpose of the discipline, develop the qualities of the discipline, and show the functions of the discipline through the means of integration of sports leading the various sports, the implementation of the Church's hard work and regular practice, and the promotion of the reform with healthy education, in order to give full play to the value of comprehensive education, the effectiveness of physical practice, and the health-promoting role of school sports.

Keywords: school physical education; "double reduction" policy; high-quality development; disciplinary logic

收稿日期: 2023-04-26

基金项目: 中央高校基本科研业务费种子基金重大项目培育(CCNU23ZZ006); 中央高校基本科研业务费创新资助项目(2022CXZZ091)。

作者简介: 韩贝宁(1997-), 男, 博士研究生, 研究方向: 青少年体育与体育原理。E-mail: lcfccnu@126.com 通信作者: 鲁长芬

学校体育作为教育事业的重要部分和体育事业的核心领域,是落实全民健身战略、助力体育强国与健康中国建设的根基所在^[1]。然而,在应试教育的大环境下,学校与家庭场域内的教育主体为延长、提升学生的学习时间与文化成绩,选择牺牲他们的体育活动时间,致使学校体育在教育系统中的存在感持续降低。在此背景下,很多本应关注学校体育发展建设的一线体育教师逐渐表现出淡漠的职业情感^[2],从而采用机械化、重复化、制式化的教学方式批量生产出令人感到枯燥乏味的课堂氛围,这极大消磨了学生的体育情怀,让原本爱玩爱动的学生最终远离或排斥体育课。可见,无论是学校、家长还是教师、学生,在面对学校体育时表现出的心态与行为均指向一个问题:教育生态畸化下学校体育本质内涵的持续模糊。

针对教育生态畸化系列问题,中共中央办公厅、国务院办公厅出台《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》(以下简称“双减”),将减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担为直接目标,并着眼于建设高质量教育体系以促进学生全面发展、健康成长^[3]。其中,“双减”政策中的“全面压减作业总量和时长”“开展适宜体育锻炼”等具体要求^[4],为发挥学校体育学科价值、推动学校体育高质量发展提供重要契机。在此契机下,明晰、审视和探寻“双减”政策助推学校体育高质量发展的学科逻辑、现存问题与优化策略,不仅可以从学科本质内涵视角为学校体育高质量发展提供理论与实践参考,也可为构建高质量教育体系补足体育力量,为全面落实立德树人根本任务提供相应支撑。

1 “双减”政策与学校体育高质量发展

1.1 “双减”政策的提出及指向

政策本质上是政府为了适时调节、缓解或解决不同利益主体间矛盾冲突的工具,也就是说,不同利益主体间的矛盾会加速相关政策的出台^[5]。就“双减”政策而言,其提出可能是教育公益性与资本逐利性矛盾、教育质量下降与教育负担上升矛盾持续激化的结果。一方面,教育公益性与资本逐利性之间的矛盾持续升级,最终危及教育公平。在资本过度涌入以迎合应试教育的过程中,市场资本搭建了一个需要长期支付大量金钱以获得相对专属或独有资源的教育体系。这不仅会对一些公共教育制度与基本教育规范产生强烈冲击,也会不断拉大城乡、区域之间的教育鸿沟,极大地破坏教育生态,严重违背教育的公益性与公平性。另一方面,教育质量下降与教育负担上升之间的矛盾日益激化,阻碍教育高质量发展。在畸化的教育生态

与教育观导向下,教育法律法规不被遵守、基本学制得不到保障、非学科类课程方案被忽视,促进学生全面发展的教育目标几乎沦为空谈,教育质量持续下降^[6]。与此同时,家长、教师等教育主体的资金、精力投入并未带来更高质量的教育效果,反而加快畸化教育生态与教育观的蔓延速度,造成教育“内卷”现象。据数据显示,中国家庭在教育上的支出超过50%且有29%的家长愿意支付超出消费能力的学费,家庭的整体教育负担极重^[7]。

综上所述,“双减”政策是在多重矛盾持续激化下产生的,而“双减”政策的实施推进也是为了解决这些矛盾。质言之,“双减”政策的提出不仅在于通过压减作业时长、规制校外培训、开展多样活动等措施来减轻学生过重的学业负担,更指向教育生态优化、教育公平促进与教育高质量发展,对于促进学生全面发展、健康成长,落实立德树人根本任务具有积极推动作用。

1.2 学校体育高质量发展的内涵

所谓高质量发展是从速度型向质量型转换的发展,是不断满足人民日益增长的美好生活需要的发展,是生产要素投入少、资源配置效率高、资源环境成本低、经济社会效益好的发展^[8]。目前,关于学校体育高质量发展的内涵的研究较少且不全面,但结合高质量发展领域被普遍认可的研究成果,可以对学校体育高质量发展的内涵进行系统解析。从发展目的层面看,高质量发展是满足人民日益增长的美好生活需要的发展。学校体育作为教育系统中主要承担健康促进重任的载体,其用以回应人民美好生活需要的内容主要体现在育人、健康促进方面,这意味着须始终将青少年学生的全面发展、健康成长需要作为学校体育高质量发展的出发点与落脚点。从发展形式层面看,高质量发展是投入少、效率高、成本低、效益好的发展。在应试教育环境下,学校体育本就面临着资源少或投入少的现实境况,而学校体育在育人、健康促进方面的价值又极具不可替代性,因此学校体育需要依靠既有资源,高效地保障育人质量与健康促进质量,这表明学校体育高质量发展必须是兼顾质量与效益的发展。

学校体育高质量发展是学校体育基于学科特点、发挥学科优势,在兼顾发展质量与发展效益的基础上,持续提升自身在育人与健康促进等方面的质量,继而不断满足青少年学生日益增长的全面发展与健康成长需要的过程。

2 “双减”政策助推学校体育高质量发展的学科逻辑

“双减”政策是审视教育内涵、回归教育本质的

政策。在“双减”政策构筑的新教育生态下,从学科逻辑出发审视、回归学校体育的内涵及本质,彰显学校体育的核心价值,有助于推动其高质量发展。学科逻辑意指一门学科之所以成为某个特定学科的一整套独有特征或规律,一般包含学科目标、性质、功能、内容与范畴等^[9]。对于学校体育而言,应至少存在3条学科逻辑主线:(1)“全面育人”是学校体育的目标逻辑。学校体育的内核属性是身体教育,培养全面发展的人是其作为教育学科的归旨所在。(2)“具身实践”是学校体育的本身逻辑。学校体育的参与性、实践性、生成性等具身特点^[10],是其有别于其他学科的主要特质。(3)“健康促进”是学校体育的功能逻辑。“健康第一”指导思想点明了学校体育的核心功能,即学校体育的首要任务就是促使学生形成正确体育行为与健康促进方式。

2.1 教育层:“双减”政策筑牢学校体育“全面育人”的学科归旨

学校体育具有促进德智体美劳全面发展的育人价值已基本成为学界共识^[11]。“双减”及配套政策的落地,为进一步提升学校体育的全面育人价值、推进学校体育高质量发展提供思想基础与制度保障。一方面,“双减”政策作为一项统领教育全局的减负政策,相较于一般的青少年体质健康促进类政策能更全面、更彻底地改善家长、教师、学校领导等各类教育主体对学校体育的偏见,也更能调动起他们支持学校体育建设的执行力,这为高效发挥学校体育的全面育人价值提供思想基础。另一方面,政策中关于“全面压减作业总量和时长”“开展适宜的体育锻炼”“拓宽课后服务渠道”等系列减负措施的推进,能够有效缓解学生“体育锻炼”与“文化学习”之间的矛盾。矛盾的缓解能够切实提升学校体育在教育系统中的学科地位,为学生基于体育实践培育道德品质、促进智力发育、完善人际关系、提升审美认知、强化劳动能力提供制度保障。另外,学校体育地位的提升还可以高效率、高效益、高质量地推进体育课程思政、体育跨学科主题学习、体育课程一体化等系列改革措施,加快体育与德育、智育、美育、劳动教育的融合速度,牢固学校体育全面育人的学科归旨。

2.2 体育层:“双减”政策深化学校体育“具身实践”的学科特质

学校体育是以身体为基础的学科,具身实践是其有别于其他学科的主要特质,这意味着学校体育必须依托此特质来实现高质量发展。聚焦于“双减”政策,其中“开展体育锻炼、限制电子产品使用时间、科学利用课余时间”等系列措施,本质上是在为学生创造

更多参与体育、文艺、劳动等活动的条件。而相较于文艺和劳动,体育活动强烈的具身性、乐趣性与孩子爱动、爱玩的自然天性完美契合。因此在减轻学生学业负担之后,体育运动是最应该也是最容易走进学生课余时间、填充学生课余生活的形式和内容。

诚然,也不可单从天性契合的角度去片面强化体育在学生课余时间中的地位。具身认知理论认为,个体可以通过身体实践与外部环境接触直接激发自身认知^[12],包括身体行为、身体感觉、身体结构、运动系统均会对个体的认知水平产生重要影响。该理论揭示个体认知过程形成的身体生成性特征,强化体育运动实践与个体认知过程、学校体育建设与学生培育过程之间的逻辑关系。这意味着学生可以通过跑、跳等基本运动技能强化自身肢体的表现能力^[13],也可以通过专项身体练习提升空间知觉、空间预测等更深层次的认知能力^[14],还可以通过体育比赛、身体对抗等形式增强自身的应变能力、创新能力、抗干扰能力等^[15]。总而言之,在“双减”政策的加持下学生参与体育活动的时间条件与空间条件逐步优化,学校体育的具身实践特质与具身育人优势持续显现,这对于学生通过体育实践获取知识技能以促进自身全面发展与健康成长具有极大的推动作用。

2.3 健康层:“双减”政策确定学校体育“健康促进”的学科功能

“健康第一”之所以成为学校体育的指导思想,不仅因为体育可以有效缓解抑郁、压力、焦虑等不良心理情绪^[16],也可以增进身体、情绪、社会适应和道德健康^[17],具有极为全面的健康促进功能。在“健康第一”指导思想下,学校体育高质量发展的首要任务就是在学校及相关场域中最大限度发挥体育的健康促进功能,以增进学生身心健康、促进学生健康成长。

聚焦于“双减”政策,其同样将“学生健康成长”作为政策指导思想的最终落点,并协同提出“健全作业管理机制”“分类明确作业总量”“坚决压减学科类校外培训”等各类措施为促进学生健康成长保驾护航。值得一提的是,在面临青少年学生视力健康、网络沉迷、心理情绪等极具时代特点的健康问题时,“双减”及配套政策还特别提出开展体育锻炼与文体活动、增加体育等非学科类培训、提高课后服务水平等与学校体育密切相关的措施^[18],这也充分肯定学校体育在预防、缓解或解决青少年学生健康问题,以及促进学生健康成长中的重要作用。综合而言,促进学生健康成长是“双减”政策与学校体育的共同思想遵循,且“双减”政策中鼓励基于学校体育实践应对青少年学生面临的健康问题,是该政策筑牢学校体育学科功能、助推

学校体育高质量发展的集中体现。

3 “双减”政策助推学校体育高质量发展的现存问题

3.1 学科归旨偏移:应试化教育体制暴露出单向度的育人趋向

在应试教育和功利思想的窠臼之下,体育课及课外体育锻炼时间被文化科目侵占,学校体育的本体价值和学生的主体地位遭到漠视^[19],这将学校体育推向“说起来重要、做起来次要、忙起来不要”的窘境,其高质量发展面临极大阻力。调查研究显示,每周参与课外体育锻炼次数3次及以上的中小学生低至23.6%,能够达到每天参与体育锻炼1小时的中小学生仅为14.1%^[20]。还有研究发现,“双减”政策下参与到课后延时体育服务的学生也只有24%,且一旦学生进入新学期学校还会“一刀切”关闭课后延时体育服务^[21]。

虽然学校体育被冠以“有力回应极端教育生态的重要手段”之名,但由于在课后延时服务、校内外资源整合、缩减校内过重负担等政策实施过程中,依然面临责任权限不明、评价标准模糊、监管监察不严等治理制度尚不健全等问题^[22],致使学校体育仍旧无法在以分数为主导的单向度教育中高效发挥自身价值,也并无可能成为撬起应试教育石头的有力手段,反而会被应试教育营造的极端氛围所反噬,逐步沦为为“考试”铺路、为“分数”让路、为“升学”开路的应试工具,导致学校体育教育暴露出以应试为目的而忽视学生全面发展与健康成长的单向度育人趋向,迫使学校体育全面育人的学科归旨产生偏移,极大阻碍学校体育高质量发展。

3.2 学科特质畸化:制式化教学方式阻遏具身过程的愉悦性

从本质上来讲,以“体”育人、具身育人的核心就是让学生在积极愉悦的身心体验中不断提升自身认知水平,也就是通过寓教于乐的方式促进学生全面发展、健康成长。然而,现实却并非如此。“双减”政策的颁布为学生参与体育锻炼争取更多时间条件,但未能改变技术动作繁杂、缺少情境创设、缺乏兴趣引导等教学枯燥的问题。具体而言,除应试教育环境造成的单向度教育观念等固化的外部因素之外,部分体育教师在教学过程中缺乏教学激情与主动创新意识,固守“教师讲解示范”与“学生重复练习”的传统方法,对体育课堂教学敷衍了事。在此过程中,学生很难感受到体育知识的多样性、技术动作的多变性、竞技运动的对抗性,而只是作为被动接受知识的个体一直重复练习某一个或一套动作,导致学生对体育寓教于乐、

快乐育人的特性产生认知偏差。

与此同时,“双减”政策颁布后部分体育教师对课后延时服务等减负措施理解不够到位,将课后体育延时服务等同于体育课堂,对指导课后延时体育活动的准备不充分、积极性不足,尝试照搬死板枯燥的教学方法与组织形式进行体育教学^[23]。显然,这不仅不能达到丰富和延展学生课余生活的目的,反而延长学生接受制式化、程式化、机械化教育的过程,严重压抑学生作为自然属性与社会属性统一体的完整性、自然性、灵动性与独特性,导致他们无法基于积极愉悦的身体体验促进自我发展,严重畸化学校体育寓教于乐、寓教于乐的学科特质。

3.3 学科功能受限:单一化课程内容局限全方位的健康价值

“健康教育”一直是推进学校体育高质量发展进程中的重点改革内容。然而,受限于部分一线体育教师的专业能力与体育中考的考核内容,“双减”政策颁布后的学校体育课程内容仍主要停留在技能练习层面,存在单一化、片面化问题,而这也是当前学校体育健康教育改革推进乏力的主要原因。

一方面,部分一线体育教师的职业使命感、信念感、责任感并不强,对待课堂教学的态度也较为消极。调查研究指出,部分教师缺乏基本的体育科学知识和健康教育理念,不能全面认识到体育的健康功能,甚至不能理解教学对象的生理机制、身体形态、社会适应能力的发展特征与规律^[2];也有部分体育教师会因为害怕在体育课堂上出现安全事故,主动将体育课堂内容简化为单一的跑步、做操、自由活动等形式^[24]。

另一方面,虽然此次“双减”政策的颁布涉及中考改革意见,但是并未针对体育这一中考体系中相对特殊学科做出详细的改革指引。那么,在维持原有体育中考方案的基础上,义务教育阶段的体育课程内容基本不会随着“双减”政策改变,而是依然追随“体育中考”这根指挥棒。这也意味学校依然会为了分数和升学舍弃体育与健康指导教材的内容,继而将“基本身体素质”与“机械化的项目素质”作为学校体育课程的主要内容。显而易见,这样的课程内容既缺乏健康知识的传授、健康理念的塑造、健康行为的培育,而且也忽略学生的全面发展与健康成长需求,严重局限学校体育的全方位健康价值。

4 “双减”政策助推学校体育高质量发展的优化策略

立足学科逻辑,可以窥见“双减”政策促进学生全面发展、健康成长,推动学校体育高质量发展的基

本过程,同时也明晰该过程中存在的一些现实问题。对此,需要在“双减”政策引领的新教育生态下,重点从治理体系与治理能力、体育引领诸育融合、教会勤练常赛、健康教育方面出发推进学校体育高质量发展。

4.1 强化制度保障:加强学校体育治理体系与治理能力建设

1)构建学校体育整体性治理模式。

在“双减”政策引领的教育事业新发展格局下,学校体育高质量发展需求更为丰富,其涉及的权责主体也相对增多,治理内容已然不能仅局限于教育与体育领域,因此可以尝试构建政府为主导、市场为辅助、学校为主体的整体性治理模式。具体而言,政府作为主导者要加强对各教育领域贯彻“双减”政策的行为及成果的监督检验,并出台相关政策进一步明确学校体育课后服务单位资质、体育活动开展的时间保障、校外体育活动场地的协调开放等相关细则。校外教育市场培训组织要认真落实“双减”政策,做到真正退场;同时要严防资本过度涌入青少年体育培训市场,秉持“做教育而非做生意”的初心,为青少年在校内外开展体育健身等文化活动提供更广阔、更纯净的空间。学校要在政策与市场利好的环境下加强对体育教学工作、课后体育服务质量、体育赛事组织、课余体育训练与学生体质健康监测等工作,同时要保障体育教师、场地器材等资源充足,为提升学生体育参与度提供必要保障。此外,还要充分重视体育社团、社会企业等主体在落实“双减”政策推动学校体育高质量发展中的综合作用。

2)完善课后延时体育服务治理体系。

课后延时服务是“双减”政策出台后表现直接、效果显著的一种减负措施,为学生进行体育活动延长时、延展空间,因此完善课后延时体育服务治理体系能够更有效地贯彻“双减”政策,推进学校体育高质量发展。一是明确课后延时体育服务性质,厘清各主体责任。通过发布相关政策健全课后延时服务制度,明确课后延时体育服务的普惠性、公共性与公益性,并明晰家庭、学校、社会、政府等主体在课后延时服务中所承担的具体责任。二是保障课后延时体育服务的内容与质量。课后服务内容并非仅包含体育,因此要建立课后服务内容须包含体育的保障机制,通过明确课后延时体育服务在整个课后延时服务内容中的时间、比例、形式等,使体育始终在学校课后延时服务内容中存有一席之地;同时,可以从体育运动学校、高等体育院校、社会企业与公益组织等单位引进体育教师、网络体育课程、体育场地器材设施等资源来保障课后延时体育服务的质量。三是构建课后延时体育

服务的监督机制。尝试构建政府、社会、学校、家庭相互协调的监督机制,重点监督课后延时体育培训服务单位资质、教师资质、服务内容、服务形式、服务质量,以及未成年人的教育权利与福利等,避免出现利用课后服务时间开展学科培训等弄虚作假行为。四是搭建课后延时体育服务的整体化发展体系。建议充分结合地域特点、特色学校等构建集群化、集团化、网络化、城乡一体化的课后体育服务体系,统一特定区域内中小学校课后延时体育服务的内容与标准,并将其作为教育质量评价的重要指标,以此为实施监管、统一评价提供便利。

4.2 回归学科归旨:体育引领诸育融合,促进学生全面发展

1)明确体育引领诸育融合的价值。

体育引领诸育融合是基于体育促进学生全面发展的重要途径,也是从学校体育视角贯彻“双减”政策、助推自身高质量发展的重要方式。从这个层面来讲,需要从不同角度挖掘和利用好体育促进德育、智育、美育与劳动教育的综合价值,为体育引领诸育融合提供可行性支撑。例如,在体育与德育的融合发展方面,可以带领学生在体育比赛中强化为国争光的爱国主义精神、团结协作的集体主义精神;在体育与智育的融合发展方面,可以在体育教学过程中穿插与体育相关的文史哲知识,培养学生的综合知识能力;在体育与美育的融合发展方面,可以引导学生通过开展亲近自然与人文艺术的运动项目释放天性、突出个性和提升审美能力;在体育与劳动教育的融合发展方面,可以在体育教学过程中融入劳动技术与相关知识,增强学生的劳动意识与能力。

2)协调引领与融合之间的关系。

体育引领诸育融合不仅要重视体育促进德智美劳的作用,还应该提升德育、智育、美育、劳动教育对体育引领诸育融合的支持度。一方面,需要重点强化体育教师基于体育实践促进诸育融合的教学能力,鼓励体育教师树立体育引领诸育融合的教学理念,开发体育引领诸育融合的教学方案,继而通过“体育”引领学生认识“五育”、发现“五育”,并在学校体育实践中践行“五育”、融合“五育”。另一方面,需要持续突出学校体育在整个教育改革系统中的地位,推动其他诸育的教育工作者和社会群体重视体育的全面育人价值,并鼓励他们在教学活动中与家庭生活中穿插与体育相关内容,继而引领青少年学生在“五育”中关注体育、重审体育、发展体育,实现体育与其他诸育共同推进学生全面发展、健康成长的最终目的。

3)做好体育引领诸育融合的教学设计。

体育教学设计是学校体育教学实践的核心,也是践行体育引领诸育融合的核心,而做好体育引领诸育融合设计的重点在于目标、内容、方法与评价^[25]。教学目标方面,需要树立全面提升学生综合素质的体育教学目标,即在重视强健体魄、强化技能、促进健康等学科本位价值的同时,还要注重体育渗透德育、智育、美育、劳动教育等教育元素共同发展的融合作用。教学内容方面,可构建以德育、智育、美育与劳动教育为专题的“体育+X育”课堂,通过将德智美劳融入到体育课堂,深化体育与德育、智育、美育、劳动教育在教学内容层面的融合度。教学方法方面,可以依托智能设备或基于户外实践活动创建多元化的教学情境,打破体育与劳动教育、美育等社会生活之间的界限,达到增进身心体质、强化精神认知、获取劳动知识、促进全面发展的教育目的。教学评价方面,要尝试构建体育引领诸育融合的整体性评价标准,以体育对其他诸育的融合促进程度作为教学评价的主要方向,例如可以通过量化方式统计体育与德育、智育、美育、劳动教育主题课堂的次数。

4.3 阐扬学科特质:落实“教会勤练常赛”,强化具身育人成效

1) 聚焦“教会”,提升体育课堂教学质量。

“双减”政策指出要“提升课堂教学质量”。对于体育课堂而言,教会学生健康知识和运动技能正是强化具身育人价值、提高教学质量、推进学校体育高质量发展的集中体现,而注重学习兴趣激发、学习内容设置、学习方法引导则是“教会”“学会”的关键^[26]。其一,需要把握“双减”政策下学校体育教育“玩”(也称游戏)的主要意涵^[27],立足身体游戏视角激发学生的学习兴趣,并弱化指标导向、达标导向、形式导向的课堂要求,防止死板的评价方式扼杀学生的学练兴趣。其二,着力推进体育课程内容一体化与走班制体育教学模式,强化不同阶段学生在体育学习内容与运动技能练习层面的逻辑性、连贯性、衔接性与系统性,破除“繁、浅、偏、断”的“教”“学”困局。其三,可以尝试在体育教学过程中引入新器材、新设备、新情境,创新学生参与体育课堂的身体实践形式,提高学生在体育学习过程中的身心投入度,进而引导学生养成学习体育知识技能的独特方法与自我经验,使学生有自我意识和能力基于身体实践主动、自觉、有效地建构体育认知。

2) 聚焦“勤练”,保障学校体育实践常态化、系统化、专项化。

学校体育常态化、系统化和专项化是聚焦“勤练”、推动学生熟练掌握运动技能的保障,也是持续发挥学

校体育具身育人价值,贯彻“双减”政策、助推学校体育高质量发展的重要方式。在常态化方面,要充分利用政策优势进一步落实大课间、课余体育锻炼、体育课堂等基础体育锻炼要求,保障每天至少一小时的体育活动,守好学生“勤练”的时间底线;同时,需要加强对违背“双减”政策初衷的行为进行监督审查,为体育锻炼常态化提供制度保障。在系统化方面,需要立足系统化视角,做好单一动作与运动技术、专项训练与体能训练、课堂练习与课余练习之间的统筹,以及每天、每周、每月、每学期与每年练习计划之间的统筹,避免长期无效、重复、机械地练习。在专项化方面,可以利用体育走班制模式优势,依据学生兴趣组建并形成具有品牌特色的“专项班”,推动形成一校一品、一校多品的体育教育特色,进而带动学生进行集中化、专项化的运动技能练习,帮助学生熟练掌握1~2项运动技能,强化学生基于身体运动提升认知、收获快乐的能力。

3) 聚焦“常赛”,打造普及与提高相结合的校园体育竞赛体系。

普及是“常赛”的前提,提高是“常赛”的目的。体育竞赛作为日常体育锻炼的进阶版,对提升学生心理健康效益强于日常体育锻炼。普及与提高相结合的校园体育竞赛体系是面向全体学生的竞赛体系,能够进一步挖掘学校体育具身育人价值的广度和深度。就普及而言,要把着力点放在体育课堂中,保证每节体育课安排一定时间组织学生进行教学比赛,可以充分利用课后延时服务时间组织班级对抗赛、年级对抗赛,并鼓励将其打造成为校内系列赛来丰富校园体育文化,进而引导学生为了参与比赛主动进行“学”和“练”;还可以通过丰富校园体育竞赛项目、完善校内体育竞赛体系等方式让更多学生参与体育竞赛。就提高而言,需要立足学校体育各实践环节,从课堂竞赛、班际竞赛、校际竞赛中挖掘运动技术水平较高的学生参与更高水平的体育竞赛。同时,建立不同运动水平相互衔接的学校体育竞赛体系,推进校园竞赛体系与青少年体育赛事体系、职业联赛间的有序融合,最终形成丰富校园文化、增强学生运动技能、完善体育后备人才渠道、促进学生全面发展的校园体育竞赛体系。

4.4 彰显学科功能:推进健康教育改革,深化健康促进作用

1) 明晰学校体育健康教育政策细则。

学校体育作为可以有效促进学生身心健康的重要载体,应该在“双减”引领的新教育发展格局下承担更多的健康教育责任。通过明晰学校体育健康教育的政策细则,可以更好地发挥学校体育的健康教育价值

功能,助推学校体育高质量发展。对此,各级各类部门及相关教育主体需要在健康中国战略与“双减”政策的宏观指导下,坚持树立“健康第一”的教育理念,以高质量体育健康教育体系建设为核心目标,从部门权责关系、健康教育内容、健康教育目标、健康教育课时、健康教育实施主体等视角完善学校体育健康教育政策,有效避免学校体育健康教育及相关健康教育政策执行过程中责任不明确、内容不清晰、目标不一致、反馈不及时等问题。

2)完善学校体育健康教育内容体系。

体育的健康价值并非单纯意义上的体质健康,这意味着筑牢和彰显学校体育健康促进的学科功能,其核心在于完备的内容体系。因此,可以尝试构建运动医学与健康医学、体育保健与卫生保健、运动处方与健康促进、专项训练与身体发育、身体素质与健康评估等相互协调的体育健康教育理论知识体系、健身锻炼体系、跟踪评估体系,以此为青少年学生形成正确体育行为与健康促进方式提供全方位支撑。与此同时,还可以有针对性地开发与用眼卫生、心理情绪等方面相关的专项体育与健康教育课程,以应对近视、肥胖、抑郁、焦虑等极具时代性特点的健康问题,为青少年学生的健康成长提供相应助力。总而言之,需要以完善的体育健康教育内容体系支撑学校体育的健康促进功能。

3)提升体育教师的体育健康教育素养。

体育教师是学校体育健康教育过程中与学生接触最为直接且密切的个体,将当前青少年学生面临的健康问题与体育教师的健康教育素养合理对接,有助于更高效地发挥学校体育的健康教育功能。在体育教育专业学生的健康教育素养培育方面,可以通过体医融合、体卫融合的形式延展和丰富体育教育专业的健康教育课程体系;并尝试在体育教师资格考试和体育师范专业认证中增加健康教育知识内容考核的比例,引导体育教育专业学生主动掌握健康教育知识,以提升其进入工作岗位后开展健康教育的专业能力。对于部分在职体育教师,可以通过价值宣传、理念传递、思想引导等方式,使其深刻认识到学校体育对于学生身心健康发展的作用,同时可以通过专项培训计划、集中研学、降低高校访学的准入等形式,拓宽在职教师进行健康教育能力培育的渠道,以此提升他们在体育与健康教育实践中促进学生健康成长的能力。

4)改革体育中考考核内容与方式。

“双减”政策指出要“深化高中招生改革”。体育中考对学校体育发展具有引领作用,因此从健康教育的视角改革体育中考考核内容与方式有助于强化学校体育的健康教育价值。在考核内容层面,可以添加运

动康复、体育保健、视力保护、饮食安全、青春期卫生保健等体育与健康理论知识考核,以此强化学生对体育与健康的深层次认知。在考核方式层面,可以改变当前“绕杆运球速度、发球是否到位、上篮是否进球”等机械化的评价方式,转变为对学生整体运动能力、技术动作以及锻炼坚持性等方面的综合评价。这可以有效引导学校与体育教师注重运动技能教学,有助于学生在此过程中提升体育认知并拥有强烈的健康意识,使其有信念、有动机、有能力通过体育促进自身健康成长与全面发展。

“双减”政策引领的新发展教育格局提升学校体育的学科地位,为推动学校体育高质量发展提供重要契机。同时,也应当正视学校体育发展建设过程中,因应试化教育体制、制式化教学方式、单一化课程内容而产生的学科归旨偏移、学科特质畸化、学科功能受限等问题,继而有针对性地治理体系与治理能力、体育引领诸育融合、教会勤练常赛、健康教育方面寻找解决方法或规避措施。这不仅是对畸化教育生态的有力回击,也是对“双减”政策引领新教育发展格局的自觉回应,更是学校体育实现高质量发展的自我需要。

参考文献:

- [1] 王健,崔耀民,刘玉财. 加快建设体育强国的战略选择: 优先发展学校体育[J]. 天津体育学院学报, 2023, 38(1): 1-8+16
- [2] 徐伟,姚蕾,蔺新茂,等. 学校体育改革与发展的制约因素——来自基层的调查[J]. 北京体育大学学报, 2016, 39(8): 74-80.
- [3] 李彦龙,常凤.“双减”背景下学校体育促进中小学生全面发展的价值转向、现实困境与实践路向[J]. 体育学刊, 2023, 30(1): 99-104.
- [4] 中华人民共和国中央人民政府. 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》[EB/OL]. (2021-07-24) [2023-03-16]. http://www.gov.cn/zhengce/2021-07/24/content_5627132.htm
- [5] 陈庆云. 公共政策分析[M]. 北京: 中国经济出版社, 1996: 5.
- [6] 张志勇.“双减”格局下公共教育体系的重构与治理[J]. 中国教育学刊, 2021, 42(9): 20-26+49.
- [7] 巩阅瑄,陈涛,薛海平. 爱的边界: 家庭教育焦虑是否会增加课外补习投入?[J]. 教育发展研究, 2021, 41(Z2): 82-92.
- [8] 习近平. 论把握新发展阶段、贯彻新发展理念、构

- 建新发展格局[M].北京:中央文献出版社,2021:533.
- [9] 颜景毅.中国广告学的学科逻辑与原创进路[J].新闻大学,2016,36(3):125-132+152.
- [10] 王茜,王雪峰.体育实践课程的属性[J].体育学刊,2008,15(9):61-64.
- [11] 马德浩.具身德育:学校体育落实“立德树人”根本任务的一个理论视角[J].体育学刊,2020,27(4):1-6.
- [12] 周生旺,程传银.新时代学校体育教育的具身认知转向及其行动逻辑研究[J].武汉体育学院学报,2021,55(12):85-92.
- [13] 何跃春,邝悦权,张秀丽.Flexi-bar 振动杆功能性练习对体育舞蹈教学效果的影响[J].体育学刊,2015,22(4):71-75.
- [14] 李闯,徐朋,潘妍妍,等.功能性体育游戏对6~8岁儿童空间感的影响[J].中国学校卫生,2022,43(8):1161-1165.
- [15] 熊志超.业余乒乓球运动员直板横打技术赛练脱节分析及解决对策[J].体育学刊,2012,19(6):118-122.
- [16] 刘朝辉.体育锻炼对大学生负性情绪的影响——自我效能感与心理韧性的中介和调节作用[J].体育学刊,2020,27(5):102-108.
- [17] 杨桦.体育的概念、特征及功能——新时代体育学基本理论元问题新探[J].体育科学,2021,41(12):3-9.
- [18] 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.
- [19] 李斌,程卫波.学校体育生命教育的现实消解及其价值主张[J].中国教育学刊,2017(2):67-72.
- [20] 丁小燕,马喆,洪平,等.苏北农村中小學生体育锻炼现状及影响因素分析[J].中国学校卫生,2020,41(12):1811-1814.
- [21] 李艳茹,党许诺.“双减”背景下课后体育服务的现状、问题及优化研究[J].成都体育学院学报,2022,48(6):51-56.
- [22] 张丽峰,章碧玉,张学兵.“双减”政策下课后延时体育服务高质量发展问题与对策[J].体育文化导刊,2022,39(5):104-110.
- [23] 彭沛.“双减”背景下赣州市城区小学校内课后体育服务现状调查与发展对策[D].上海:上海师范大学,2023.
- [24] 刘波,邵峰,韩勇,等.新时代修订《学校体育工作条例》的背景、依据和路径研究[J].体育科学,2022,42(6):11-18.
- [25] 李凤梅.“有效体育教学”的逻辑缺陷与研究低效——基于有效体育教学研究现状的思考[J].北京体育大学学报,2013,36(11):91-95.
- [26] 于素梅.《<体育与健康>教学改革指导纲要(试行)》十大政策要点落实策略探析[J].体育学刊,2021,28(5):1-13.
- [27] 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.

