

Research on the Current Status and Countermeasures of After-School Sports Services in Yiliang County No.2 Middle School under the "Double Reduction" Policy

Yongqun Wang Xiaojun Guo*

School of Physical Education, Southwest Forestry University, Kunming, Yunnan, 650224, China

Abstract

Under the "Double Reduction" policy framework, after-school sports programs have emerged as a vital pathway for fostering students' holistic development. This study examines the implementation status of after-school sports services at Yiliang County No.2 Middle School through literature review, interviews, questionnaires, and field investigations. The findings reveal challenges including limited program diversity, insufficient teaching resources, low student engagement, and underutilized sports facilities. To address these issues, the study proposes strategies such as diversifying program offerings, strengthening faculty development, enhancing student motivation, optimizing facility management, and improving safety protocols. The research provides practical insights for refining after-school sports services and enhancing policy implementation effectiveness in secondary education.

Keywords

Double Reduction Policy; After-school Sports Programs; Implementation Status; Strategy Research

“双减”政策背景下彝良县第二中学课后体育服务开展现状与对策研究

王永群 郭孝君*

西南林业大学体育学院, 中国·云南昆明 650224

摘要

在“双减”政策背景下,学生课后体育服务成为促进学生全面发展的重要途径。以彝良县第二中学为研究对象,采用文献资料、访谈、问卷调查与实地调查等方法,对该校课后体育服务的开展现状进行分析。研究发现,当前课后体育服务存在项目设置单一、师资力量不足、学生参与积极性不高及场地设施利用率低等问题。为此,提出应丰富课后体育项目类型、强化教师队伍建设和提升学生参与兴趣、优化场地设施管理,并完善安全保障机制等对策。本研究为中学课后体育服务的优化与政策实施效果提升提供了实践参考。

关键词

“双减”政策; 课后体育服务; 开展现状; 对策研究

1 引言

近年来,国家相继出台多项政策推动青少年体育与健康教育的发展。2019年国务院印发的《体育强国建设纲要》提出,到2035年应“促进青少年提高身体素养和养成健康生活方式”,并将学生体质健康水平纳入教育考核体系^[1]。2021年《“双减”政策》进一步强调“坚持健康第一的教育理念”,要求学校高质量开展体育课后服务,引导学生在

运动中增强体质、健全人格、促进全面发展^[2]。《“十四五”健康规划》亦指出,应持续推进中小学健康促进专项行动,深化学校健康教育改革,提升教育教学效果^[3]。这些政策均体现出国家对青少年体质健康和学校体育改革的高度重视。

然而,近年来《中国学生体质与健康调研》结果显示,我国青少年体质总体呈下降趋势,肥胖率持续上升,缺乏体育锻炼仍是主要影响因素^[4]。学校体育作为落实健康教育的重要环节,其课后体育服务在激发学生运动兴趣、培养锻炼习惯和提升体质健康方面具有独特作用,也是落实“双减”政策与建设体育强国的重要路径。

国内外学者对课后体育服务进行了多角度探讨。湛衡相(2021)指出部分学校课后体育服务管理制度不完善、教学质量偏低,影响学生参与积极性^[5]。钟红(2021)认为多

【作者简介】王永群(1999-),女,中国云南昭通人,本科,从事体育教学研究。

【通讯作者】郭孝君(1979-),男,中国吉林永吉人,硕士,讲师,从事学校体育研究。

数学校项目设置单一,缺乏创新性,难以满足学生多样化兴趣需求^[6]。李彦龙与常凤(2021)发现,中小学课后体育项目以田径、球类及体测项目为主,缺少羽毛球、跆拳道、游泳等兴趣型课程^[7]。魏克静(2021)强调应以多样化特色体育项目提升学生参与度与服务吸引力^[8]。相较之下,我国课后体育服务起步较晚,尤其在农村地区仍存在设施不足、师资匮乏、管理不完善等问题。

基于此,本文以彝良县第二中学为研究对象,采用文献资料、访谈、问卷调查和实地调查等方法,对“双减”政策背景下学校课后体育服务的开展现状进行实证分析,揭示存在的主要问题,并提出改进策略,以期为中学课后体育服务的优化与“双减”政策的高效落实提供实践参考。

2 实证结果分析

2.1 “双减”政策背景下彝良县第二中学课后体育服务开展现状分析

在“双减”政策背景下,彝良县第二中学通过篮球、足球、排球、羽毛球、乒乓球、健美操、武术、体育舞蹈及跳绳等多样化项目丰富学生课余生活、提升体质。调查显示,各年级活动频次和时长存在差异,七、九年级每周两次,八年级每周三次,单次活动多以60分钟为主,七年级部分延长至100分钟,形成了较为合理的梯度安排(表1-2)。学校拥有篮球场、羽毛球场、乒乓球场、排球场、田径场及健美操室等设施,绝大多数学生认为现有场地与器材能够满足活动需求,且室内场地使用比例高,保障了活动安全。

表1 学校课后体育服务开展一周的频次

维度	地点	活动时间	频次
七年级	排球场	周一、周三	每周二次
八年级	篮球场	周二、周三、周四	每周三次
九年级	羽毛球场	周二、周四	每周二次
全体学生	田径场	周五	每周一次

表2 学校开展课后体育服务每次开展的时长

维度	地点	活动时间	时长(M)
七年级	排球场	周一、周三	60、100
八年级	篮球场	周二、周三、周四	60、60、60
九年级	羽毛球场	周二、周四	60、60
全体学生	田径场	周五	60

教师队伍由11名体育教师组成,教龄以3—6年为主(54.55%),整体年轻但专业素养较高。教师专项分布不均衡,其中篮球教师人数最多(36.36%),其他项目教师数量有限,这导致部分项目学生参与集中,而其他项目参与率较低。教师对课后体育服务待遇总体满意(满意及以上占63.63%),但仍受场地、课时及学生差异影响。学生参与积极,“非常喜欢”或“喜欢”课后体育服务的占比77.18%,其中篮球、足球和乒乓球参与率最高(73.83%、57.38%、55.32%),排球、健美操、武术及跳绳参与率较低,

羽毛球受场地限制参与率最低(18.31%)。中等规模团队(5—20人)最受欢迎,占比82.98%,大部分学生认为课后体育服务不会影响作业完成(75.70%)。

总体来看,学校课后体育服务已形成稳定的运行机制,学生参与热情高,教师专业素养良好,但仍存在教师专项不均衡、场地资源有限及项目分布集中等问题。未来需优化教师配置、合理规划活动项目与场地使用,以进一步提升服务质量和学生体验。

2.2 “双减”政策背景下彝良县第二中学课后体育服务存在的问题

在“双减”政策推动下,彝良县第二中学课后体育服务虽然取得一定成效,但仍存在多方面问题。

首先,服务体系尚不健全,缺乏完整的规划与组织机制,服务内容和时间无法全面满足学生需求,监督与反馈机制不完善,导致学生与家长的意见难以及时响应。此外,服务形式较为单一,主要以篮球、足球、乒乓球等传统项目为主,创新性和多样性不足,难以满足学生多元化的体育兴趣。

其次,场地设施有限且部分存在老化问题,难以支撑日益增多的课后体育活动。篮球场地面磨损、乒乓球桌损坏等现象影响学生体验和安全性,也限制了活动的多样化开展。师资力量方面,负责课后体育服务的教师人数较少且年轻,教学经验有限,多数教师专项以球类为主,导致活动内容与学生需求匹配度不足,服务项目较为单一。

最后,学生参与显著增加,尽管体现了学生对体育活动的热情,但也带来了安全与管理压力。高频次的活动增加了设施损耗和潜在安全隐患,同时教师在组织活动时需应对更多学生的动态管理与安全保障问题。总体来看,课后体育服务在提升学生参与度和丰富课余生活方面成效明显,但亟需在服务体系完善、项目多样化、师资优化及场地设施保障等方面进行改进,以提升服务质量与安全水平。

2.3 “双减”政策背景下彝良县第二中学课后体育服务发展对策

针对当前课后体育服务存在的问题,彝良县第二中学应从完善体系、优化资源、提升师资和保障安全等方面进行改进。首先,学校需建立健全课后体育服务体系,通过科学规划活动内容和时间,开发创新项目,满足学生多样化需求,并通过教师评价、经验总结及借鉴其他学校实践,不断优化服务流程与管理机制。其次,应加大对场地设施的投入与维护力度,确保现有场地安全可用,并结合发展规划逐步扩建或增设设施,以适应学生日益增长的参与需求,同时培养学生共管意识。

在师资方面,学校应合理整合教师资源,依据教师专项特长安排活动,并通过定期培训提升专业能力和跨学科教学水平,建立完善的师资评价体系,以教学效果、学生满意度和专业素养为指标实施考核与激励,从而提高课后体育服务质量。最后,学校需强化安全管理,制定《课后体育服务

安全管理准则》，规范活动流程、设施使用及突发事件处理，开展体育器材管理与安全知识培训，提高师生安全意识与自救互救能力，确保课后体育活动顺利、安全开展。通过上述措施，课后体育服务能够在“双减”政策引导下实现规范化、科学化与多样化发展。

3 讨论

本研究显示，彝良县第二中学在“双减”政策背景下的课后体育服务总体开展较为积极，学生参与度较高，活动频次和时长合理，能够在不影响学业的前提下增强学生体质和兴趣。然而，研究也发现了若干问题需要关注。首先，课后体育服务项目以传统球类为主，缺乏多样性，难以满足学生的多元需求，这与前人研究对课后体育服务多样性不足的结论相一致。其次，师资力量相对薄弱，教师教龄偏短且专项集中，限制了活动内容的拓展与专业指导的深度。再次，虽然学校场地和器材总体可用，但在高峰时段仍存在资源紧张与安全隐患的问题。

这些发现提示，课后体育服务不仅要关注学生的参与率，更应兼顾服务的广度、教师专业水平和设施保障，以实现更全面的体育教育目标。此外，学生因学业压力或兴趣差异而参与不均，也反映出课程安排和活动设置需要更灵活、分层和个性化。总体而言，本研究为学校优化课后体育服务提供了实践依据，同时也为类似学校在“双减”政策下的体育教育发展提供了参考。

4 结论与建议

4.1 结论

本研究对“双减”政策背景下彝良县第二中学课后体育服务的开展情况进行了调查与分析。首先，学生参与课后体育服务的频次和持续时间总体合理，能够在不影响学业的情况下充分体验体育活动的乐趣和健康益处。学校现有运动场地和器材在整体上能够满足课后体育服务的开展，但在活动高峰期仍有一定压力。体育教师整体教龄偏年轻，参与课后体育服务的经验有限，且专项多集中在球类项目，使得课后体育活动种类相对单一。不过，教师对学校待遇水平总

体满意，能够保证课后体育服务的基本运行。在学生方面，大多数学生对课后体育服务兴趣较高，尤其喜爱团体球类活动，因此篮球、足球、乒乓球等项目参与度较高。少数学生因担心影响学业而未积极参与，显示课后体育服务在时间安排和课程设置上仍需灵活调整，以兼顾学业与体育发展。

4.2 建议

针对彝良县第二中学课后体育服务的发展，可从学校、教师和学生三个层面提出改进措施。学校方面，应结合实际制定完善的课后体育服务管理规范，合理利用现有场地，更新或维护体育器材，并根据年级特点设计分层课程方案，建立稳定的运行机制，丰富课后体育活动内容，以满足学生多样化的需求。教师方面，应加强师资力量建设，适当引进符合要求的体育教师，同时对现有教师开展专业培训，提高授课水平和课程组织能力，并通过考评和激励机制激发教师参与课后体育服务的积极性。学生方面，可根据年龄、性别、兴趣和体质差异，设计分类分层的体育课程与活动项目，同时通过校运会、单项比赛、体育文化节等活动形式激励学生参与，培养竞争意识和团队合作精神，并开展体育安全知识培训，提高学生的自我保护能力和运动安全意识，从而促进课后体育服务健康、持续发展

参考文献

- [1] 国务院办公厅关于印发体育强国建设纲要的通知[EB/OL].
- [2] 教育部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[EB/OL].规划司.《“十四五”国民健康规划》[EB/OL].
- [3] 教育部.《全国学生体质与健康调研报告》[EB/OL].
- [4] 张文杰.“双减”背景下贵阳市初级中学课后体育服务现状与治理路径研究[D].贵州师范大学, 2024.
- [5] 湛衡相.长沙市雨花区小学课后体育服务现状及对策研究[D].吉首大学,2021.
- [6] 钟红.南昌市小学生校内课后体育服务调查研究[D].江西师范大学,2021.
- [7] 李彦龙,常凤.“双减”政策下我国中小学课后延时体育服务时效与保障[J].体育学研究,2022,36(02):
- [8] 魏克静.课后延时服务背景下体育特色运动项目开展可行性研究[J].江西电力职业技术学院学报,2021,34(01):37-38.