

“双减”政策下学生参与体育活动的积极性

周旺

南京一中明发滨江分校

DOI:10.12238/jief.v3i6.4368

[摘要] “双减”政策下,我国教育迎来了曙光,教师和学生家长开始对以往守旧、唯分数论的教育模式进行反思,教育理念有了较大转变,初中体育教学受到了高度重视。学校、家长乃至全社会开始把注意力转移到学生身心健康上,在追求高质量的教学外,开始发展学生的体能,给学生创造更多积极参与体育活动的空间。本文笔者在双减政策下提出如何提升初中生主动参与体育活动的策略。

[关键词] 双减政策; 初中体育; 学生主动性; 体育活动; 策略

中图分类号: G8 **文献标识码:** A

Students' enthusiasm for participating in sports activities under the policy of "double reduction"

Wang Zhou

Mingfa Binjiang branch, Nanjing No. 1 middle school

[Abstract] under the "double reduction" policy, China's education has ushered in the dawn. Teachers and students' parents began to reflect on the old-fashioned and score only education model, the educational concept has changed greatly, and the physical education teaching in junior middle school has been highly valued. Schools, parents and even the whole society began to pay attention to students' physical and mental health. In addition to pursuing high-quality teaching, they began to develop students' physical fitness and create more space for students to actively participate in sports activities. In this paper, the author puts forward the strategy of how to improve junior middle school students' active participation in sports activities under the double reduction policy.

[Key words] the policy of "double reduction"; Junior middle school physical education; Students' initiative; Sports activities; strategy

双减政策的出台,让中学生从沉重的作业负担和校外培训机构中解脱出来,使学生卸下心理包袱,同时也拓展了学校体育发展的新空间。然而,如何利用好双减政策,真正抓住体育教育机遇,增强学生体育认知,提升学生主动参与体育活动的积极性,笔者做出了几点思考。

1 在体育中“玩”出积极性,“玩”出健康体魄

这里的“玩”是指“体育游戏”。在传统社会人们将“玩”和耗费时间、不务正业联系在一起,对“玩”进行贬义理解。然而在新时代,在学生“玩”中进行教育,却有很大的教育价值,也被人们认可。有趣的游戏,可以让参与者保持学习的专注力,同时也能给参与者创造真实的快乐,使学生从日常一系列的规则中

解脱出来,不被身心所困,获得自由,让学生可以随心所欲的驾驭自己,充分展示自己性格的另一面,在遵守游戏的规则和与他人建立良好合作关系中将自己的潜力最大化发挥,从中不断提升体育技能,在游戏中,学生可以相互学习和促进,游戏变得生机勃勃,学生身体也变得灵活,学生持续运用体育技能克服种种障碍,学生在体育游戏中,“玩”出了快乐,释放了天性,塑造了健全人格和健康的体魄。

例如,在体育教学中,教师为了调动初中生参与体育活动的积极性,教师设计这样的趣味体育游戏:将全班男女学生均匀分配为两个小组,每小组相邻学生十指相连,另一组学生被束缚在圈里,他们要想出来,必需想到办法,然而,只

有他们快速跑冲向十指紧紧连在一起学生,让他们分开手,才能冲出去,这个游戏活动,主要考察小组学生之间相互团结和集体的凝聚力,也能使学生体会到与他人建立信任关系的重要性,通过游戏,让学生也体会到了体育教学的乐趣,使他们身体动起来,每个学生都将活力满满的一面展示出来。可见,“双减”后,体育是学生健康成长不可缺少的一环,不仅使学生增强体质,更锻炼了学生不怕吃苦、坚强的意志品质。

2 打造多元化的体育教学内容

随着时代的发展,中学生对体育学习内容开始呈现出多元化的学习需求。在“双减”政策下,初中生学习体育的时间增多,这有利于学生拓展体育学习的空间。

例如,体育教师可以在学生完成了国家课程内容之后,可以在校增加一些体育校本课程。如,建立体育各项运动的兴趣小组、成立体育社团,发展民族体育活动等,学生可以根据自己的兴趣爱好,主动选择自己喜欢的体育项目,教师进行走班教学,以此来丰富学生的体育兴趣爱好,也能使每个学生都能在自己喜欢或者自己擅长的体育运动中满足学习需求,增强学生学习体育的主动性。这一环节,教师还要注意培养初中生的运动能力,因为我国对中学生运动能力作为提升学生体育核心素养的目标,只有学生具备基本的运动能力,才能使学生在体育的力量练习、速度练习、耐力练习中得到快速发展,提升学生各项体育运动技术效率,使学生在体育运动比赛中锻炼意志,突破自我,形成积极的竞争意识,享受体育给自身带来的成就感和愉悦感。这是体育课程核心素养真实地在中学生间发生的结果。正如“双减”政策实施后,一些中学开设了体育特色课程,并将课程内容向各个年级渗透,从原来的较少的课时增加了多个,使初中生体育学习有了更多的时间。

3 通过家校、社会联动,构建学校体育新生态

多数学校在学生体育学习方面都是以固有教育模式为主,所有的教育活动也是在学校范围内开展,而来自家庭和社会的参与非常少,使学校体育陷入独自行走的境地。究其原因,人们对健康的追求以及对体育的认知匮乏。在社会整体文化素质全面提升的时代,学校体育如果还依靠学校这单方面的主体来实施,那么,学校体育的发展始终会处于被动地位。而通过家校、社会联动,却能引起学校、家庭和社会的高度重视,通过三方共同努力、相互监督和促进,才能打造出促进学生身心健康的体育模式。

双减政策的落地,多数学校面临体育教师短缺、课程资源不足、又要面对来自家庭和社会的双重压力,既要开足体育课,又要建设出有益于中学生身心

健康发展的课程,以全面打开家校、社会联动的大门。对于学校、家庭和社会来说,必须做好定位,启动三者的联动模式,使体育得到深化发展。以学校为主导,学校作为向学生传授教育的主动方,应该树立起教育引导作用,主动和周围的社区联系,同时还要和家长进行沟通,为中学生开展多元的校内体育活动;以家庭为辅,家长要正确认识双减政策实施的意义,利用更多的时间陪孩子参与社会各种适合学生的体育活动,并且在教师的引领下积极完成家庭体育作业。同时,建立家长志愿者团队,对于平时热爱体育锻炼,有体育特长的家长可以加入进来,帮助体育教师不断完善中学体育教育活动;发挥社区的指导作用,营造社区公共体育运动的空间,定期举行亲子体育活动,可以是运动会、体育竞技比赛、体育知识抢答等活动,来提高学生参与的积极性。另外,社区还可以结合学校,对参与体育活动表现得积极的家庭,给予奖励,以提高家庭参与体育活动的动力。同时也让学校告别了过去单方面奋战的困境。学校开始从学生学情、个性、兴趣方面来了解学生,并与学生家长保持沟通,并且建立教学目标,不仅要教会学生体育技能,而且还要在学生勤练的基础上构建学校体育新生态,使学生自主地走进体育运动场地,通往终身体育锻炼的方向。

4 从固有评价体系向综合评价体系方向转变

科学有效的评价方式对教育事业的发展发挥着指挥棒作用。反之则会与教育初心相背离。在双减政策下,学校开始刮起体育热潮,学校体育是否在这股热潮中真正发挥实效,保持“久热”,提高学生的积极参与性,这和学校体育评价体系有密切关联,也使学校在体育评价方式上面承受较大压力。这也为学校体育评价改革遇到了发展的新契机。对于中学来说,学校开始每日对学生体质和运动技能进行监测,同时还记录了学生是否能积极参与体育活动,并将学生各类情况如实反馈给学生家长,以使家长

也参与到监督学校体育改革的队伍中来。过去学校体育评价体系不健全,主要体现在:教学评价方法形式化、单一化,主要停留在说教上面。而双减的出现,评价应该着重于体育学科特点上,做到能在结果上进行改进,重视评价的过程,并发展可以对学生“增值”的评价,也就是发展学生综合体育能力,提高学生参与体育活动的有效性。另外,还要利用现代信息技术来进行体育教学评价,使体育教学评价能够有理有据,保证评价体系的多样化,科学化,以实现评价的以评促教、促改的目标。双减还提出要掌握学生健康情况,同时和文化成绩结合在一起,形成有机融合的评价方式,以促进学生学习和体育锻炼双丰收。

总之,“双减”政策的落地和推进,会使学校教育面临诸多挑战,学校体育要坚持“立德树人”的教育理念,以学生的身心健康为原则,做到有力坚守和突破,有效发挥学校体育教育在新时期独特的育人价值。“双减”使学生减轻了学习压力,学校、家庭、社会开始将目标转移到体育上,给予了很高的关注,在时代重托下,学校体育教师应该抓住这次机遇,不断与时俱进,为推进“双减”,提升学生在体育活动中的积极性,为学生的健康发展,出一份力量。

【参考文献】

- [1]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.
- [2]李昕光.体育强国发展战略下我国体育发展的方向研究[J].青年体育,2016,(3):16-17.
- [3]赵霞,王帅,韦佳.对我国传统课外体育活动的反思[J].体育学刊,2019,26(4):106-109.
- [4]季浏.中国健康体育课程模式的思考与构建[J].北京体育大学学报,2015,38(9):72-80.

作者简介:

周旺(1991--),男,汉族,江苏南京人,本科,中二,研究方向:初中体育。