

“双减”政策背景下基于“个性化教学”理念探究小学体融合现状及对策——以惠州市博罗县为例

卢萌 黄欣欣

惠州学院教育科学学院，广东惠州，516007；

摘要：近年来青少年学生身心健康发展越来越受到重视，“体教融合”和“双减”的提出对青少年的身心发展和小学体育课程的改革起到了关键的作用。随着“双减”政策的实施，学生课外辅导和作业负担的减轻为体育教育提供了更多的发展空间。然而，目前博罗县小学体育教学中仍面临诸多挑战，本研究基于“体教融合”的实施现状和面临的困境，从政府、学校、家庭三方面提出了具有针对性的决策，包括加强政府的引领作用、发挥学校主阵地的作用、增强家校协调的作用等。

关键词：体教融合；个性化教学；“双减”政策；小学体育

DOI：10.69979/3029-2735.25.11.088

小学生是中国未来发展的中坚力量，承载着国家的希望和梦想。他们的体质健康发展越来越受到国家关注。2020年体育总局出台的《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》（以下简称《意见》）明确提出“要深化具有中国特色体教融合发展，推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人”。2021年《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》的出台则为小学体育课程的改革与发展提供了一定的空间。然而目前体教融合的现状与理想仍有较大的差距。个性化教学理念注重因材施教，强调“多样化、差异化”的人才培养目标，若将其融入小学体育教学中能够使体育教学更有针对性，有助于提升体育教学的质量，从而有效解决体教融合面临的实施困境。

1. 体教融合实施现状分析

1.1 学校体育活动情况分析

1.1.1 课外体育活动开展现状分析

经调查发现（见图1），经调查发现，博罗县部分学校较重视体育课外活动，形式多样，包括早操、大课间体育活动及体育课后服务等。其中，一定比例的学校安排了体育社团和课余体育训练活动，如：博罗县杨侨中心小学的足球和观音阁中心小学的韵律操，以满足学生兴趣爱好和日常体育培训需求。然而，体育竞赛项目形式还不够丰富，达不到体教融合中“常赛”的要求。

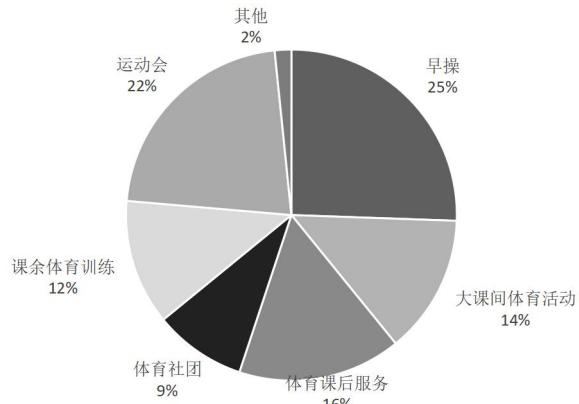


图1 小学课外体育活动类型

1.1.2 学校体育课堂的情况分析

就教学方法而言，绝大部分教师的教学方法较为单一，导致了学生对体育课程缺乏兴趣，对体育课堂的参与度低。70.83%教师表示为了激发学生的课堂积极性，愿意融合游戏且有意愿在制定教学目标时，考虑不同学生的需求进行个性化教学，但在实际教学当中因为教学难度较大，因此仍然会采用较为基础的体育学习内容。

1.2 学校体育教育资源情况分析

1.2.1 体育教师队伍情况分析

在师资力量上，任课教师兼任体育教师占到了62.5%，且大多数都为师范类非体育专业以及非师范类非体育专业，而专任体育教师只占到了37.5%。由此可以得出，大部分学校的学生缺乏专业的体育课程指导。95.2%

9%的教师认为很有必要聘请专门的体育专业人才来教授学校体育课程，让学生能够有机会专业地学习到他们感兴趣的体育项目。

1.2.2 学校体育场地器材情况分析

有 80.63% 的体育教师认为学校的体育场地设施能基本满足教学需要和学生的运动需求，但仍有 19.37% 的老师认为学校的体育场地器材匮乏，不能够很好的满足体育课程教学内容的实施和个性化教学的开展。从学生角度，调查显示学生对学校的体育器材品质满意度不高，大部分体育器材存在破损的情况，场地多为室外环境，比如缺乏室内篮球场，这导致下雨天就无法确保体育课正常开展。

2. 双减政策下对于体育课程的态度分析

2.1 对体育课程的态度现状

95.98% 的学生表示喜欢体育课程，92.49% 的家长认为很有必要让孩子进行体育活动。且绝大部分家长认为学校体育课程对孩子的身体健康有很大的帮助。但 39.13% 的家长表示不清楚体育教师的教学情况，这表明了家校在体育方面存在沟通壁垒。

教师层面，超过 90% 的教师认为体育课程十分重要，能够增强学生体质、提高免疫力、促进其生长发育、预防疾病，保证学生身心健康发展。因此，有 97.91% 的教师认为很有必要加强对学生体育素养的培养和评价，以促进学生的身心健康发展。

2.2 对实施体育个性化教学的态度现状

学生层面，有 78.86% 的学生认为体育课程有必要进行个性化教学，即根据学生的情况选择适合学生的体育运动进行教学。大多数学生希望教师进行个性化体育教学，这样学生能够选择自己感兴趣的体育活动进行学习，激发学生的上课积极性。学校层面，部分学校开设了体育特色课程和体育社团，说明学校对于在体育教学中开展个性化教学持支持态度。

3 体教融合实施现存的问题

3.1 相关政策落实不到位

根据调查，有 39.26% 的教师对于“体教融合”的相关内容知之甚少，36.65% 的教师表示只是听过“体教融合”这个名词，内容并不了解。这侧面反映出了教师在

日常教学中，并没有及时关注政策的更新，导致教师的教学内容以及方法较为滞后。部分学校的教师有创新教学方式、开展个性化教学的意愿，但实施起来很困难，重要的原因是学校没有提供明细的政策支持和指引，导致教师缺乏底气，在具体实践中感到迷茫，从而降低其积极性。

“双减”明确规定“定小学每天开设一节体育课，确保每天锻炼一小时”，但 32.75% 的学生表示体育课偶尔有被挤占的情况。51.35% 的学生每周的运动时间仅有学校体育课上课时间，并且有 29.26% 的学生反映课后没有足够的体育运动时间，大部分是课业压力大，导致没有时间进行运动。由此可见，过重的课业压力仍然是学生进行体育运动的一大阻碍。

3.2 师资力量匮乏，教学任务较重

数据显示一半以上的体育教师为兼任教师，且大部分为非体育专任教师，缺乏系统的专业知识和教学技能，难以有效指导学生进行体育活动。其中部分教师还兼上了 4 个班级的课程，繁杂的教学任务让他们无暇提升体育教学质量，希望能够引进新的体育专业教师，在减轻教师压力的同时能够提升教学质量。此外，随着“双减”政策的实施，体育课的课时有所增加，体育教师需要承担更多的教学任务。因此兼任体育教师已经无法满足当前体育课题的教学要求。

3.3 体育教育经费紧张

经调查发现，部分学校体育经费有限，较难以支撑学校体育个性化教学工作的开展。50% 的教师不愿意利用自己的休息时间无偿训练学校体育运动队。兼任体育课程的教师则认为兼任体育课程无法提高薪资、增加收入，从而降低了教学热情。且根据调查，学校体育设施大多存在破损的情况，但没有给予相应经费及时修缮和更换，可能会存在潜在的安全隐患和导致体育课程内容实施较为局限。

3.4 体育课程内容千篇一律

据调查显示，大部分教师都有改变自己的教学策略、开展个性化教学的意愿，但因为顾及到学生的安全问题及受到自身能力的限制，他们在实际的教学当中依然选择了采用固定的教学模式，如先调整队形、讲解动作、进行演示、学生演练、调整动作等。就教学内容而言，

部分学生反应，体育课进行的基本都是行队列、跑步、竞技等常规运动，认为比较枯燥。常规运动运动内容虽然基础且重要，但长期重复容易使学生产生厌倦感。

3.5 家校沟通存在壁垒

学校不是唯一的教育阵地，家校合力能够有力推动体教融合的发展。然而据调查显示，70.31%的家长表示对于孩子所在学校的体育课程设一般了解，17.99%的家长则表示几乎不了解。以上数据说明体育教师可能更多地关注课堂内的体育教学，而忽视了与学生家庭的有效沟通。家校沟通的壁垒也让教师无法了解学生的体育起点和兴趣，从而一定程度上限制了体育个性化教学的实施。

4 体教融合落实困境解决策略

4.1 加强政府的引领作用

4.1.1 提供细则配套，助推政策落地

《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》针对学校体育工作提出了许多具有建设性的要求，在一定程度上扭转了教师和家长对体育教学的态度。但要想《意见》中的要求在学校落地生根，就要提供细则配套。就《意见》中提出的“支持大中小学校成立青少年体育俱乐部”^[1]一则而言，若学校设立青少年体育俱乐部，在外聘请专业的教练员对学生进行培训或补贴校内教师需要较大的金钱投入，其中付费主体需要明确，俱乐部市场提供人才的收费标准和依据也需要政府进一步制定相应的细则。^[2]

4.1.2 增加经费支持，保障教学需要

资金投入直接关系到体育基础设施的建设、师资队伍的优化、赛事活动的举办以及体育后备人才的培养等多个方面。首先，政府应发挥主导作用，加大财政资金投入力度，同时鼓励社会资本参与体教融合工作。通过政府购买服务、社会捐赠、企业赞助等多种方式筹集资金。此外，当地政府应该根据所在地区的实际情况和体教融合工作的需求，合理分配资金。优先保障基础设施建设、师资队伍建设、开展体育赛事等关键环节的资金需求。

4.2 发挥学校进行体育教学主阵地的作用

4.2.1 改革师资聘用模式，增强体育教师的专业化

面对体育师资缺乏的困境，学校可以通过体育部

门、教育部门聘用体育体系中优质的退休运动员、教练员、裁判员等参与学校体育教学或体育俱乐部，提升体育教师的专业水平^[3]。还能通过与校外培训机构合作，让校外培训机构的培训人才资源和场地等要素可以逐渐作为学校发展体育教育的一种选择。此外，学校还能通过高校内部的体育专业学生群体走进小学校园，充分研究并实践小学体育技能培训的方式及路径。

4.2.2 创新体育课堂模式，提升体育课堂的乐趣

体育教学方法的创新是小学进行体育改革的关键所在。体育教师首先要实现教学理念的创新，充分挖掘自身和学校周围的资源，给予学生新的体验感的同时同时能够最大化地提升它们的使用效率，从而达到激发学生兴趣、活跃课堂氛围的目的。创新的教学内容也是进行体育教学改革的重点。调查现时部分学校的校园体育特色项目为足球，教师则可以在进行足球训练时将带球和运球动作拆分为几个基础动作，每个基础动作的训练辅以“体育游戏”来提升趣味，使学生能在提升技能的过程感受体育运动的乐趣。

4.2.3 了解学生个体差异，激发学生学习动力

《义务教育体育与健康课程标准（2022版）》（以下简称新课标）强调小学体育教学要以人为本，尊重学生的个性化需求^[4]。首先，体育教师应该关注每个学生的学习情况，按照每个学生体能水平布置不同的教学任务，这样可以帮助每个学生都能得到发展。在此基础上，教师还应该关注每个学生的兴趣爱好和个性特点。例如，教师组建体育兴趣小组的时候，依据学生的兴趣、特点自由分组，有助于激发学生的学习热情和动力，提高他们的学习效果和满意度。

4.3 增强家庭的协同作用，构建家校共育

4.3.1 家长转变融合理念

体育教学的改革离不开家-校系统的联合推动，转变家长对体育教学的理念是其支持和协助推进体教融合的前提。首先，家长应转变“应试教育”的思想，认识到体育运动对提升孩子身体素质、养育良好人格具有重要的作用，摒弃“重文轻体”的传统观念，将体育视为与文化学习同等重要的教育内容。除此之外，家长应积极了解孩子的体育偏好，一起参与到孩子的体育运动中来，制定一个适合全家的锻炼计划，营造良好的家庭氛围。

4.3.2 构建家校互通平台

家校互通平台能够提供家长对体育教育的关注度和参与度，让家长更加了解体育教育的重要性，从而更加支持学校的体育教学工作。构建家校互通平台的主力军是体育教师，教师可以通过图片、视频等途径向家长展示学生的体育风采。此外，学校还能开展亲子体育活动、家校联合训练计划和体育竞赛与展示等活动，鼓励家长积极参与到孩子的体育运动中。

5 结语

总而言之，体教融合能够激发学生对体育的兴趣，培养终身运动的习惯，促进学生身心健康发展，为成为德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人奠定坚实基础。研究通过对惠州市博罗县小学体教融合现状进行实地调研，深入剖析其存在的困难与问题并提出了具有针对性的建议。然而，本研究受限于人力、资源及时间，研究范围局限于惠州市博罗县，样本规模有限，难以全面描绘体教融合实施的整体图景。展望未来，笔者将深耕中小学教育领域，持续关注体教融合在小学中的实践动态与挑战，不断提升研究深度与广度，旨在为“双减”政策背景下小学体教融合实施的持续优化与发展贡献更多切实有效的策略与建议。

参考文献

- [1] 国家体育总局, 教育部. 关于印发深化体教融合促进青少年健康发展意见的通知 [EB/OL]. (2020-09-21) [2021-01-21].
- [2] 李永刚. 新时代体教融合下学校体育改革与发展路径研究 [C]//中国体育科学学会. 第十三届全国体育科学大会论文摘要集——专题报告(学校体育分会). 浙江师范大学行知学院, 2023: 3.
- [3] 王登峰. 新时代体教融合的目标与学校体育的改革方向 [J]. 上海体育学院学报, 2020, 44(10): 1-4+12.
- [4] 中华人民共和国教育部. 义务教育体育与健康课程标准(2022年版) [M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2022.

作者简介：卢萌（1989年—），女，黑龙江省绥化市人，汉族，硕士，助教，研究方向为小学教育、基础教育。黄欣欣（2002—），女，广东省惠州人，汉族，惠州学院教育科学学院小学教育专业师范生。

基金项目：广东省大学生创新训练项目，本文是省级大学生创新创业项目“‘双减’政策背景下基于‘个性化教学理念’探究小学体教融合现状及对策——以惠州市博罗县为例（S202310577106）”的研究成果。高等教育教学改革项目-2024年度教学质量与教学改革工程项目“小学教育专业师范生粉笔字教学改革研究”（青年教师项目）