

“双减”政策背景下延边地区小学课后体育服务实施效果与优化路径研究

苗涛

延边大学体育学院, 吉林延边, 133002;

摘要: 本研究以课后体育服务的实施效果为研究对象, 整理有关文献、通过调查法对延边地区 8 所小学 760 份问卷展开调查, 使用 SPSS26.0 软件进行数据整理和分析, 利用独立样本 T 检验, 对学生、家长、教师在认知态度上的不同进行了深入剖析。结果表明: 延边地区小学课后体育服务实施效果较好, 学校领导、教师、学生以及家长对“双减”下课后体育服务表示出支持态度; 并对课后体育服务的开展效果表示满意。建议拓展课后体育服务项目多元; 加大宣传力度, 提高家长认知度; 严控教师体育服务质量, 建立完善的激励机制; 优化场地资源配置和利用, 满足学生实际需求; 拓宽资金来源渠道, 助力课后体育服务的发展; 完善学校监督管理体制, 加强安全保障措施。

关键词: “双减”政策; 小学课后体育服务; 实施效果; 优化路径

DOI: 10.64216/3080-1494.25.12.105

小学三点半放学已成为亟待解决的社会问题。2021 年 7 月 24 日, 中共中央办公厅、国务院印发《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》, 明确提出: “提升学生课后服务水平, 满足学生多样化的需求”。^[1]随后体育总局办公厅、教育部办公厅、发展改革委办公厅于 2022 年 6 月 14 日联合下发《关于提升学校体育课后服务水平促进中小学生健康成长的通知》^[2]和体育总局办公厅、教育部办公厅《关于开展 2022 年全国青少年科学健身指导普及工作的通知》^[3], 这些文件均围绕“压总量、提质量、减压力、优服务”的要求展开, 强调依法治理、综合治理及严格作业管理。自此, 课后体育服务在全国范围内得到推广与实施。延边地区教育局也发布《以双减促双增推动教育健康发展》意见, 将小学课后体育服务置于突出位置。那么其实施效果如何? 已成为社会关注的焦点。基于此, 本研究以“双减”政策为出发点, 调查延边地区小学体育课后服务现状, 剖析学生、家长和教师的认知与满意度, 为延边乃至全国的实施提供现实参考。

1 研究设计

1.1 研究对象

本研究以“双减”政策背景下延边地区小学课后体育服务实施效果与优化路径为研究对象; 选取延边地区 8 所小学进行课后体育服务的 46 名教师、4-6 年级学生

及其家长各 400 人为调查对象。

1.2 问卷的设计与调查

根据延边地区小学的实际情况, 设计学生、家长、教师三类问卷并对问卷进行了信效度检验, 信度 α 系数分别为 0.635, 0.859, 0.714, 效度 KMO 值分别为 0.770, 0.784, 0.716 均达到了研究要求。采用随机抽样的方法, 对延边地区 8 所小学共计 848 份问卷进行实地发放。其中教师问卷共 48 份, 回收 45 份, 有效问卷 40 份, 问卷有效率为 88.9%。学生问卷选取 4-6 年级学生, 发放 400 份, 回收 380 份, 回收率为 95%, 剔除无效问卷 20 份, 有效问卷 360 份, 问卷有效率为 94.7%。家长问卷发放 400 份, 回收 390 份, 问卷回收率为 97.5%, 剔除无效问卷 30 份, 有效问卷 360 份, 问卷有效率为 92.3%。为研究提供数据支撑。

1.3 数理统计与处理

利用统计软件 (Excel、SPSS26.0) 对问卷调查收集到的数据进行处理和分析。运用描述性统计、独立样本 T 检验与单因素方差分析体育课后服务学生、家长在认知态度上的差异性。

2 结果与分析

2.1 学生、家长、教师对课后体育服务认知态度的差异性分析

由表 1 得知, 学生、家长及教师 P 值均为 0.00, 均已达到显著水平, 这意味着不同群体之间对课后体育服务认知态度存在显著差异。教师均值为 3.28 分, 高于家长的 2.00 分 and 学生的 2.32 分。此外, 家长标准差为 1.01, 略低于教师的 1.16。进一步的 LSD 法比较表明, 教师得分最高, 学生次之, 家长最低。教师 3.28 分的均值显著高于其他群体, 凸显了其对校内课后体育服务的高度重视。作为学校教育的参与者, 教师深知体育服务的重要性, 认识到其在促进学生身心健康和提升学业

表1 学生、家长、教师对校内课后体育服务认知态度的差异性分析

	均值	标准差	F 值	P 值	LSD 法
学生	2.32	1.03	232.56	0.000	教师>学生>家长
家长	2.00	1.01			
教师	3.28	1.16			

（1）不同性别教师对校内课后体育服务认知态度的差异性分析

由表 2 可知,从教师认知态度来看,男生的均值为 4.71,女生的均值为 4.33,从 T 检验数据来看, $T=1.682$, $P=0.101>0.05$,表明男女教师其认知态度无明显差异性,其原因是在某些文化背景下,教师的专业素养和教育理

表现方面的作用,因此态度最积极。学生均值为2.32分,略低于教师,受年龄、兴趣及其他活动影响,虽直接受益,但态度不及教师。家长均值为2.00分,为最低。这与其角色和责任相关,家长虽认识到体育活动的重要性,但更关注学业和未来发展。总体来看,教师态度最积极,学生次之,家长最低。针对这些差异,应采取措施提升家长的认知和参与度,从而促进整体教育效果的提升。

念男性和女性在对课后体育服务的态度上更为一致,男女教师在教育理念和教学价值观上具有相似的观点,在专业培训和教育背景上接受的知识和技能培训相同,导致对课后体育服务的认知态度相似,所以统计结果显示两者之间没有显著差异。

表2 男女教师对校内课后体育服务认知态度的差异性分析 (N=40)

变量	性别	人数	平均值	标准差	T 值	P 值
教师认知态度	男	28	4.71	0.600	1.682	0.101
	女	12	4.33	0.778		

（2）不同性别家长对校内课后体育服务认知态度的差异性分析

由表3结果显示,在家长认知态度上,男生均值为2.92,女生均值为3.77。T检验结果 $T=-7.057, P=0.000$,说明男性家长和女性家长在对校内课后体育服务的认知态度上存在显著差异。女性家长的平均评分明显高于

男性家长，这一差异主要受两方面因素影响：一是社会文化作用。社会对性别的期望和角色定位使女性更受教育与健康观念影响，因而态度更积极；二是家庭责任分工。传统家庭中，男性多承担经济责任，女性则更多负责教育和照料，因此更关注子女的身心发展，对课后体育服务表现出更积极态度。

表3 男女家长对校内课后体育服务认知态度的差异性分析 (N=360)

变量	性别	人数	平均值	标准差	T 值	P 值
家长认知态度	男	169	2.92	1.210	-7.057	0.000
	女	191	3.77	1.066		

（3）不同性别学生对校内课后体育服务认知态度的差异性分析

由表 4 结果显示, 男生均值为 2.69, 女生均值为 3.38。T 检验结果 $T=-5.351$, $P=0.000$, 表明性别间在

认知态度上存在显著差异。其原因在于个人喜好和体验对体育服务认知有重要影响,男女学生在运动偏好上有所不同:部分女生更青睐有氧或舞蹈类活动,而男生更偏好球类运动,这导致认知态度差异明显。

表 4 男女学生对校内课后体育服务认知态度的差异性分析 (N=360)

变量	性别	人数	平均值	标准差	T 值	P 值
学生认知态度	男	152	2.69	0.126	-5.351	0.000
	女	208	3.38	0.130		

2.2 “双减”政策背景下延边地区课后体育服务开展满意度分析

(1) 延边地区小学课后体育服务开展的学生满意度

满意度与课后体育服务密切相关,是参与者对服务质量的主观评价,可反映服务的满足程度和实际表现。

[4]调查学生满意度有助于评估服务效果、发现问题并改进,从而提升质量与体验。因此,满意度是衡量课后体育服务的重要指标。如图 1 所示,在“双减”政策背景下,大多数学生表示满意,其中 49.2%“非常满意”,38.3%“比较满意”,仅 12.5%认为“一般”。数据表明学生整体满意度较高。

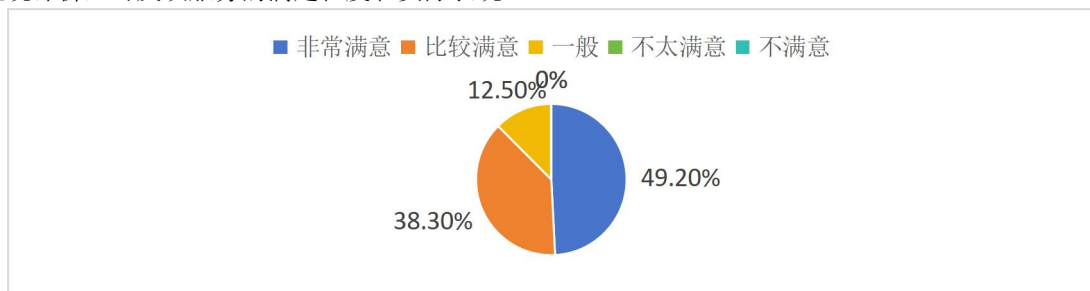


图 1 延边地区小学课后体育服务开展的学生满意度 (N=360)

在学生参与课后体育服务的原因调查中(见图 2),304 名学生选择“强身健体”,其次是“与同学玩耍”。另有 244 名学生因放学后无人看管而参与,说明小学课后看管缺失问题依然存在,而课后体育服务既能解决看

管需求,又满足锻炼需求。同时,一些学生认为该服务能学到更多技能,辅助文化学习。这正契合国家大力发展体育的目标。小学阶段是激发运动兴趣的关键时期,应积极引导,培养学生终身热爱体育的理念。

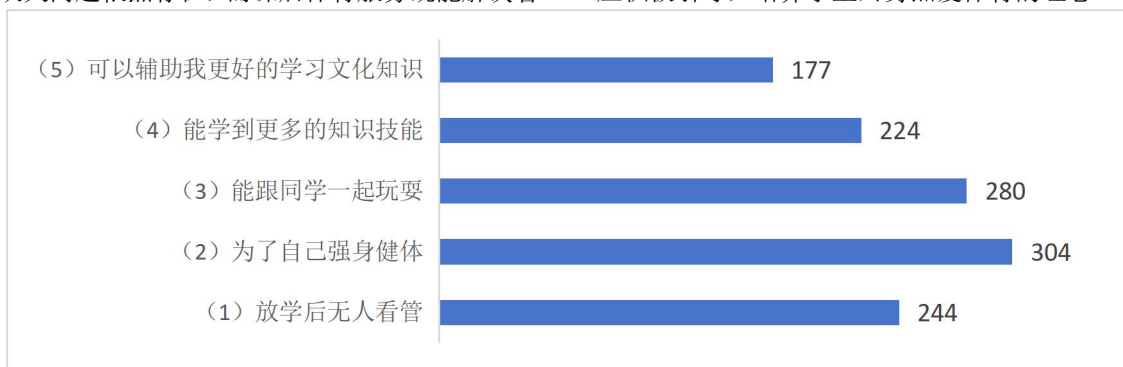


图 2 “双减”政策背景下课后体育服务学生满意度反馈 (N=360)

(2) 延边地区小学课后体育服务开展的家长满意度

学生虽是课后体育服务的主体,但因自我管理意识薄弱,其选择常受家长意愿影响,因此了解家长满意度对服务优化至关重要[5]。如图 3 所示,在“双减”政策

背景下,27.20%的家长“非常满意”,48.10%“比较满意”,14.70%认为“一般”,5.30%“不太满意”,4.70%“不满意”。少数家长评价偏低,主要因期望孩子在学习和体质提升方面效果未达预期,反映出学校在场地和师资上的不足。总体而言,大多数家长仍持较满意态度。

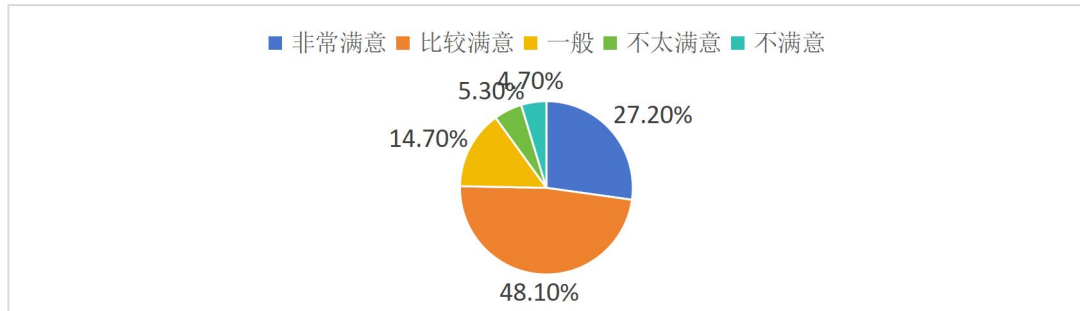


图 3 “双减”政策背景下课后体育服务开展家长满意度 (N=360)

如图 4 所示,大多数家长认为“双减”政策后,课后体育服务发挥了积极作用,如“解决接送问题”“减

少电子产品使用”“提升运动技能”“促进健康水平”和“养成良好性格”。在“双减”实施前，家长常为避免孩子落后而报多个兴趣班，既耗费巨大，又效果有限。而课后体育服务不仅解决了接送难题，还促进学生健康

与技能发展，推动其全面成长。因此，学校应完善管理机制，提升服务质量，满足学生需求，落实“双减”政策的育人职责。

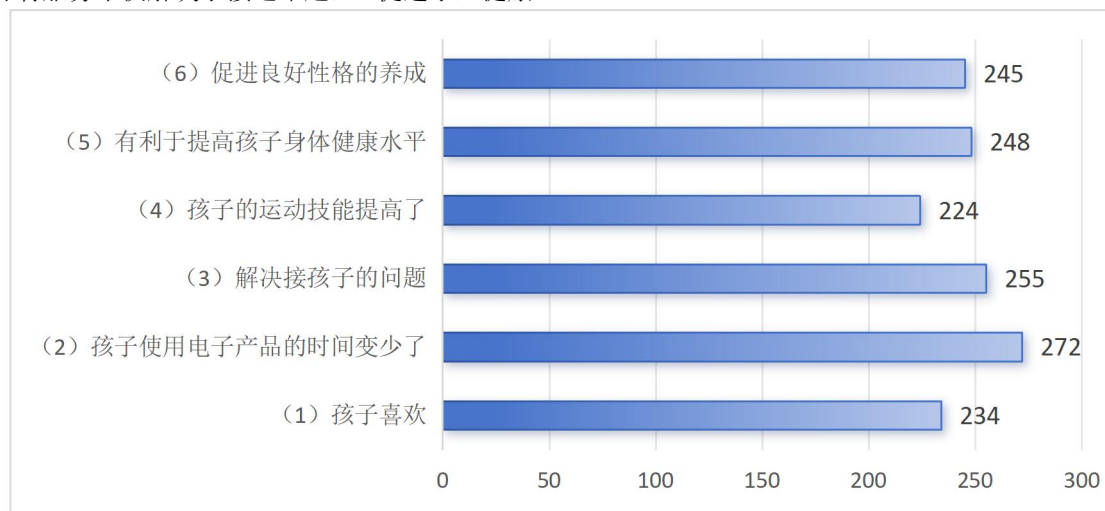


图 4 “双减”政策背景下课后体育服务家长满意度反馈 (N=360)

(3) 延边地区小学课后体育服务开展的教师满意度

教师是课后体育服务的直接执行者，对学生学习和培养至关重要，调查其满意度有助于了解服务效果^[6]。如图 5 所示，25%的教师表示非常满意，说明课后体育服务的开展确实得到部分教师的高度认可。对服务比较

满意的教师占 35%，总体上较为认可学校实施情况。另有 22.5%、10%、7.5%的教师分别持一般、不太满意和满意态度，反映出在“双减”政策后参与人数增加但师生配比偏大，教学质量难以提升，致使部分教师满意度不高。因此，学校需加强师资补给，保障课堂质量。

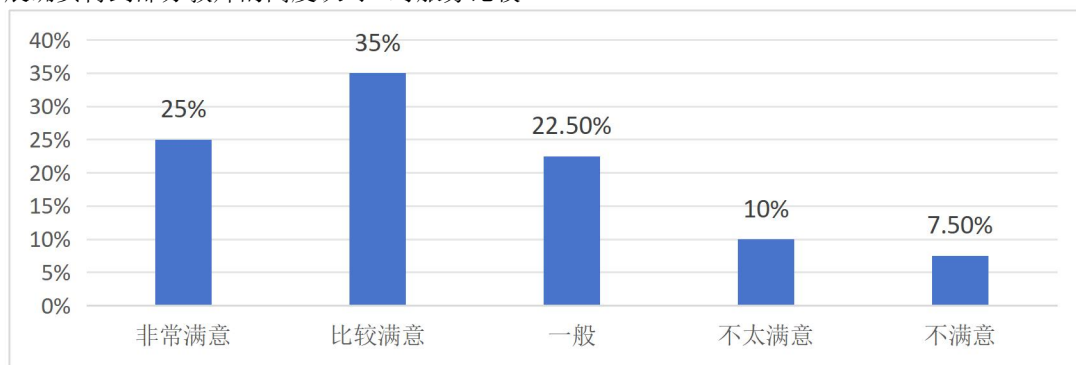


图 5 “双减”政策背景下课后体育服务教师满意度 (N=40)

2.3 “双减”政策背景下延边地区小学课后体育服务存在的问题

(1) 项目内容与组织形式仍需扩展

课后体育服务的内容与组织形式对满足学生需求至关重要。调研发现，延边地区 8 所小学主要开设足球、篮球、排球等“三大球”，项目传统单一，难以满足差异化需求，部分学生因兴趣不符而缺乏动力。例如，部分学生更偏好游戏、跳绳等活动，但学校未开设相关项目，只能被动选择其他运动，进而丧失学习热情。目前

项目设置不仅缺乏创新，覆盖面也不够广，难以适应学生日益增长的多元化需求，说明学校组织形式相对单一。尽管部分学校开设社团和兴趣班，但人数受限或门槛较高，无法覆盖所有学生，带来教育不公平。同时，学校未结合自身特色开发项目，过度依赖传统模式，限制了学生积极性。为提升质量与效果，学校需探索更具多样性和创新性的项目与组织方式，更好满足学生需求并激发运动热情。

(2) 师资力量急需充实

经过调查发现,延边地区小学参与课后体育服务的教师队伍中,以在职学校教师和实习教师为主。从供给层面来看,教师的数量将直接关系到课后体育服务开展的质量与效果。由于学校资金紧张,无法外聘教师或进行外部合作,导致整体教师配备不足,并且实习教师流动性大,会给学校的管理带来额外的挑战。同时,目前在职的教师中,多数教师的职称是二级或以下,这反映出他们在工作年限和教学经验方面还有待提升,对于教育教学规律和方法的掌握程度也尚需加强。由于体育教师人手紧缺,开展课后体育服务会增加教师的工作负担,这无疑给课后体育服务的顺利开展带来了不小的阻力。

(3) 场地设施仍需优化,学生多元化发展难以满足

“双减”政策的实施,不仅缓解了小学生的学业与心理负担,也为他们提供了更多锻炼机会和自由时间,并为学校开展课后体育服务创造了更广阔的平台。场地设施作为服务顺利开展的关键条件,对实施效果具有重要影响。它既决定了活动项目和内容,也是衡量学校体育质量的重要尺度。问卷与访谈结果显示,延边地区许多学校仍面临场地和器材不足的问题。多数学校虽设有固定区域,但教师常只能利用不规则空地开展活动,学生多在课间或课后锻炼。部分学校羽毛球场地仅能容纳少数学生,大多数人无法参与,兴趣和积极性因此受挫。校领导普遍反映,场地不足在天气变化时尤为突出。现有容量有限,即便教师专业素质较高,也难以开展丰富多样的体育服务,这已成为制约课后体育服务高质量发展的重要因素。

(4) 经费不足,无法满足课后体育服务的实际需求

兵马未动,粮草先行。为了课后体育服务能够迅速且稳定地进步,资金的保障是至关重要的。充足资金可直接解决场地器材短缺及师资不足等问题,而这些往往源于投入不足。经调查,小学生参与课后体育服务需由家长支付服务费,但仅靠此项费用难以保障顺利开展,致使诸多现实问题悬而未决。许多学校场地紧缺,且不少为非新建校,扩建需巨额资金支持。若资金保障不足,场地难以改善,学生需求也无法满足,使服务推进异常艰难。资金短缺限制了资源供给。尽管人们普遍认同课后体育服务对学生身心发展的重要性,但要探索出既符合需求又切实可行的路径,仍是一项挑战。

(5) 监督管理与安全保障欠缺,评价制度有待完善

课后体育服务的发展在很大程度上受学校主体管理影响。“双减”政策实施后,学校需积极贯彻落实,确保政策要求全面执行。调查发现,多数学校在安全管理、场地器材配备及监管机制等方面制度不够健全,且相关制度未得到有效落实。管理质量评估显示,学生对课后体育服务的评价多集中在学习态度与技能掌握,对教师评价未涉及,反映出监管体系尚不完善,难以形成对师生的合理考核。体育学科与其他学科不同,存在一定安全风险,尤其在身体对抗项目中,学校必须将学生生命安全放在首位,避免事故发生。调研还显示,安全保障存在不足,如缺乏保险、场所安全性不高及学生安全意识薄弱等。为此,应采取措施强化安全防护与安全教育,确保学生在安全环境中参与活动。同时,还需不断完善学校的安全保障与隐患管理制度,加强监督与管理,防范安全事故的发生。

2.4 “双减”政策背景下延边地区小学课后体育服务的优化路径

(1) 丰富课后体育服务项目与组织形式,激发学生体育兴趣

知之者不如好之者,好之者不如乐之者。兴趣是最好的老师,因此课后体育服务应重视学生兴趣与爱好,学校可结合实际提供多样化项目^[7]。为提高参与积极性,可设置小型竞赛,并通过奖励或鼓励激发热情;同时开展体能类与传统项目,如珍珠球,不仅能满足学生兴趣,也有助于传统体育文化传承。课后体育服务应确保每位学生受益,学校需突破传统模式,丰富组织形式和教学方法。为提升趣味性与效果,可设计小组活动,按兴趣或技能分组,让学生在互动与竞争中提升实效;还可创设多样化训练环境,如障碍场地锻炼体能协调,或比赛场景体验竞技激情。这些措施能增强学生乐趣与锻炼效果,保护其运动热情,促进全面发展。

(2) 加强师资队伍建设,严控师资质量

师者如春风化雨一尘不染,后浪便胜于前浪。由于课后体育服务吸引了众多学生,仅依赖学校自身资源难以满足需求。因此,学校有必要协调并整合各类资源,以确保活动顺利开展和质量提升。^[8]延吉市、龙井和图们等小学可积极寻求与延边大学体院合作,聘请体育专业大学生或研究生担任技能指导,引进前沿教学理念和方法。此类合作可有效弥补学校在体育方面的短板,让

学生接触更优质的校外资源。学校还可发动退休教师、家长等力量共同参与组织与实施,满足多样化需求。鉴于指导教师来源广,对其资质把控尤为关键。相关部门应设立严格的教师准入机制,学校也应对所聘用教师进行严格筛选,考核中全面评估教学水平、运动技能及身心健康,并优先选择教学能力强、运动水平高的教师。

(3) 加大场地资源利用,满足学生实际需求

经过对延边地区小学的调研,发现场地资源短缺是制约课后体育服务高质量开展的重要因素。为此,学校需制定切实策略,应对场地不足问题,确保服务顺利推进。各校可结合实际,充分利用校内空闲场地,根据项目与人数选择适宜运动场地,合理布局,提高利用价值。针对体育场地有限的问题,可采取分班教学,并依据教学内容科学规划场地,使每位学生都能参与两项课后活动。针对所选项目,可将两类学生合并为一个群体,在此安排下既能锻炼体能,又能提升篮球技能。此外,还可通过班级间活动轮换及每周课程时间调整,最大化利用有限场地资源。这样,学生不仅能体验更丰富的项目,还能在多样化体育活动中实现全面发展。

(4) 拓宽资金来源渠道,助力课后体育服务的发展

课后体育服务在学校教育中占据着至关重要的地位,学校应该积极争取社会资源拓宽资金的来源渠道,可进行资金筹集活动,组织课后体育服务的筹款活动,如义卖、运动赛事、募捐活动等,吸引社会资源的关注和捐助,增加资金来源。也可寻找赞助商及合作伙伴,与当地企业、社会团体或体育俱乐部等寻求合作,寻找赞助机会,建立长期合作关系,获得额外的经费支持。现如今是流量媒体的时代,延边地区各个小学校可以充分借助互联网平台,如推送关于学生课后体育服务的抖音视频,吸引公众的关注和支持,增加资金来源。为学生提供良好的体育环境,确保学生的体育参与积极性不受场地资源的影响。

(5) 完善学校监督管理体制,加强安全保障措施

课后体育服务在学校教育中占据重要地位,学校应积极争取社会资源,拓宽资金来源渠道。可通过筹集资金、义卖、运动赛事或募捐活动等方式吸引社会关注与捐助,增加资金来源;也可寻求赞助商和合作伙伴,与当地企业、社会团体或体育俱乐部建立长期合作关系,获得经费支持。在流量媒体时代,延边地区各小学还可

借助互联网平台,如推送学生课后体育服务的抖音视频,吸引公众关注与支持,进一步拓展资金来源。通过多元筹资途径,可为学生提供良好的体育环境,确保其参与积极性不受场地限制。

3 小结

延边地区小学课后体育服务整体效果较好,多数家长和学生表示满意,但教师满意度一般。校领导、教师 and 学生的认知程度较高,家长认知稍低,却仍保持较高支持率。为提升效果,应增加项目多元性,引入新颖有趣、结合地方特色的体育活动,既传承文化,又满足学生多样兴趣。同时,丰富组织形式,除社团外,还可开展竞赛和主题活动,激发学生热情。通过宣传手册、公众号等途径提升家长认知度,并持续优化服务内容和质量。多方协力可推动课后体育服务持续健康发展。

参考文献

- [1] 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》[Z]. 2021-07-24.
- [2] 体育总局办公厅、教育部办公厅、发展改革委办公厅《关于提升学校体育课后服务水平促进中小学生健康成长的通知》[Z]. 2022-06-14.
- [3] 体育总局办公厅教育部办公厅《关于开展2022年全国青少年科学健身指导普及工作的通知》[Z]. 2022-08-10.
- [4] 郑秀敏. 义务教育服务质量学生满意度实证研究[J]. 上海教育科研, 2015, (06): 66-70.
- [5] 王影. 小学生家长对学校教育服务质量满意度的调查研究[D]. 石河子大学, 2021, 6.
- [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, 6.
- [7] 薛海平. “双减”政策实施的现实困境与优化路径[J]. 教育发展研究, 2022, 42(22): 14
- [8] 高欣. “双减”政策背景下北京市小学课后体育服务优化路径研究[D]. 首都体育学院, 2023, 6.

作者简介: 苗涛(1970.04-), 男, 吉林大安人, 副教授, 硕士生导师, 研究方向: 体育教育训练学。
基金项目: 吉林省教育科学“十四五”规划重点课题: “双减”政策背景下延边地区小学课后体育服务实施困境与优化路径研究(ZD23075)