

# 浅谈小学体育课后服务的优化开展策略

林万剑

温州市洞头区大门镇中心小学 温州 洞头 325701

**摘要:**为全面贯彻落实党的十九大精神,以新时代中国特色社会主义思想为指导,以服务学生、家长为宗旨,开展中小学课后服务工作作为一项重要民生工程,它可以有效地整合政府、学校、家庭三方面资源,着力破解学校放学后、家长下班前学生无人看管的社会性难题,保障学生健康安全,不断强化担当意识和责任意识,切实增强教育服务能力,增强人民群众的获得感和幸福感。课后服务本身是学校课堂教学的延伸性活动,是进一步深化教育教学改革,全面实施、推进素质教育的一个重要体现,它既可以丰富学生的课余生活,也可以为学生提供一个自主发展的时间与空间。本文基于此,对小学体育课后服务的优化开展策略展开研究。

**关键词:**小学体育;体育教学;体育锻炼;课后服务

校外辅导班有的时候本末倒置,使得辅导班失去了本身的意义。所以校内课后服务应运而生,它可以解决学校放学后、家长下班前学生无人看管的社会性难题,保障学生健康安全,切实增强教育服务能力,而体育课后服务可以引导学生通过参加体育活动,发展个性特长,促进学生身心健康发展,培养参与体育活动的积极性,促进体教融合,激发学生参与体育活动的兴趣,树立“健康第一”的理念,把体育真正的落实到学生的成长中去,从而更好地培养出德智体美劳全面发展的一代新人,提高国家的软实力,为终身体育奠定基础。

## 一、课外体育锻炼及课后服务概念界定

### (一) 课外体育锻炼

范新鹏在《重庆市主城区小学生课外体育锻炼家庭影响因素研究》一文中,通过查阅相关文献,结合研究所需,对“课外体育锻炼”定义为:课余时间学生进行的一切体育活动,用于促进学生身心发展,丰富其课外业余生活的身体锻炼活动。王琳在《北京市房山区良乡地区小学生课外体育锻炼现状及对策研究》一文中,将“课外体育锻炼”定义为:在课余时间学生运用各种体育手段和方法,以增强学生体质、促进身体健康、丰富课余文化生活等为目的的身体活动。包括校内体育锻炼和校外体育锻炼。综上所述,“课外体育锻炼”就是学生利用课余时间在校内或校外参与的,以锻炼身体、增强体质、愉悦身心为目的的体育活动。

### (二) 课后服务

“课后服务”一词,包括两个部分,即“课后”和“服务”。“课后”即指学校规定的课堂教学之后的时间;“服务”即指履行职务,为别人做事,满足别人的需要。而学校的基本任务是教育教学,“课后服务”就是学校在课堂教学之后进行的教学服务。在《关于开展中小学生学习服务工作实施意见》中指出,对于要实施的课后服务,要遵循教育规律和学生成长规律,有利于促进学生全面发展,与“每天锻炼一小时”等要求有机结合。课后服务以“自愿参加”为原则、以“丰富生活、发展个性、培养兴趣、拓宽知识、开发潜能”为宗旨,尽可能发挥每个学生的聪明才智,挖掘每个学生的潜能,并通过建立政府、学校、家庭三位一体经费保障机制,以确保课后服务工作顺利开展。在一些学者的研究中,对“课后服务”有不同的称谓。国内如“课后辅导”“课后看护”“弹性离校”“课后托管”等称谓;国外如美国的“课后教育”、英国的“课后托管”、韩国的“影子教育”等称谓。本研究中采用“课后服务”这一称谓,主要是根据教育局办公厅2017年2月24日提出《关于做好中小学生学习服务工作的指导意见》和本市区出台的相关实施意见而来。综上所

述,“课后服务”就是在课堂教学以外的时间,由学校主办、并有效整合政府和家庭三方面资源,为学生提供的校内课后教育延伸服务。体育课后服务是学校的显性课程,是有计划、有组织的按照预期教学目标设置的一些体育项目课程,让学生根据自己的爱好自由选择项目,老师按照教学目标进行教学,是学校教学的重要组成部分,也是课外体育锻炼的一种形式。而体育课外锻炼是体育课堂的延伸,是学校的隐性课程,是学生在课余时间根据自己的能力、特长和爱好进行的体育锻炼,目的是提高运动技能、丰富业余生活、锻炼身体素质等,课外体育在空间的灵活性和范围的广阔性上相较于体育课程都有更多的选择。

## 二、开展课后服务的重要意义

课后服务是学校课堂教学的延伸性活动。首先,它很好的解决了家长接孩子难的问题,大部分家长都是晚上五、六点半下班,而学生是15:30-16:00放学,课后服务很好的解决了家长的困扰;其次,学校放学后、家长下班前学生无人看管,存在安全问题,课后服务很好的保障了学生的人身安全,使家长上班无忧;此外,由于受到工作及学历因素等的影响,一些家长只能把孩子送到托管班,由托管班老师负责辅导孩子功课,但现在托管班教学、办学质量参差不齐,托管班的环境、安全及师资等条件也使得家长极其担忧,而学校课后服务在为学生创造了优越的学习环境的同时,校内教师也非常了解学生学习程度及教学进度,可以很好的对学生进行辅导,课后服务切实增强了学校的教育服务能力。

## 三、开展体育课后服务的重要意义

现如今,学生文化课成绩一旦落后,家长就会为其报辅导班,但是学生体育成绩差,家长却置之不理,自认为待孩子长大成人之时,体育成绩自然会提高。大部分家长都希望自己的子女将满门心思都用在文化课的学习上,为了“考高分”、“上名校”,占用学生的业余时间请家教、参加补习班,觉得参加体育锻炼“没有用”且浪费学习时间,导致学生的运动时间少之又少。这种情况下,学生很难有机会接触到体育活动,就是偶尔的体育锻炼也很难达到锻炼身体的强度,从而造成了学生“高分低能”的恶性结果。据第四次营养健康调查报告显示,我国儿童肥胖率呈逐年上升趋势,全国6-17岁儿童的肥胖率在10年间增长了2倍,达到5300万人。此外,近些年,多地进行中考体育改革,调整了中考体育的评分标准,一些学生为了获得好成绩,临时突击训练,导致身体无法负荷,造成安全问题。所以,体育锻炼也应该从娃娃抓起。小学阶段是学生健康发展的重要时期,更是学生体育锻炼习惯养成的关键时期。所以,开展体育课后服务工作势在必行。体育教师需深入了解本地区体育课后服务的

实施现状,分析现阶段存在的问题,并依托存在的问题提出对应的改进对策,使体育课后服务工作更好的开展下去,促进学生身体健康发展,为素质教育发挥杠杆作用,切实提高国家的软实力。

#### 四、小学体育课后服务的优化开展策略

##### (一) 丰富体育课后服务内容与形式

在学校条件允许的范围内,适当增加体育课后服务项目,丰富学生课余体育生活,给学生更多的选择空间。此外,学生建议的小球类项目,由于学校场地有限,考虑是否可以占用教室先进行室内基本动作教学,配合视频及教师示范教学,之后等学校建立球馆再进馆练习或再行选择练习场地。要充分体现学生在课堂的主体地位,授课教师可根据自身的教学特点,提供多项授课内容供学生选择,每个学期期末可对学生进行问卷调查,调查学生对本学期体育课后服务内容及授课教师的满意程度,学校根据调查问卷的结果,对课程及教师进行“末位淘汰制”或更换机制,所更换的学科按照学生意愿或学校实际条件进行更改,如现有教师资源无法满足学生要求,可考虑外聘教师。此外,进行体育课后服务的教师可尝试进行游戏类或竞赛类教学,激发学生兴趣,让学生更好的参与到体育课后服务中来。因需制宜,随时与学生及家长沟通,适当满足学生及家长需求,制定个性化体育课后服务方案(如可分夏冬两季的气候差异来确定体育课后服务进行的时长),增强学生体育锻炼意识,促进学生全面发展。

##### (二) 学校建立安全保障机制,加强校园安全管理

学校应加强安全管理,把安全放在首位,要建立组织机构,健全相关的管理制度,做到分工明确,责任到人。要明确课后服务人员责任,加强对师生安全意识教育。要加强安全检查和门卫登记管理制度,制定并落实严格的检查、考勤、监管、交接制度和应急预案措施。做到集中有人监护,活动有安全措施,保障工作安全有序,确保学生人身安全,让学生安心、家长放心。在此基础上,学校应多开展班会,在班级内部宣传安全知识,培养学生自身安全防护意识,教师通过视频或讲解的方式,让学生在户外运动期间注意安全防护。坚持“从细微处着眼,从最小处抓起”的原则,加大安全工作人力、物力的投入。此外,体育教师在进行体育课后服务时,应格外注重学生的安全问题。比如,在学生进行体育项目之前要做好热身运动,部分体育项目在进行中要佩戴好护具(例如轮滑、篮球等运动)等。教师要多与学生进行交流,帮助学生树立安全运动观念。

##### (三) 加强宣传力度,降低家长对体育课后服务的认知偏差

受应试教育的传统观念影响,大部分家长不重视学生的体育锻炼,一些家长也会鼓励孩子多锻炼身体,但是前提是不要累到、不要受伤、不要影响学习……在笔者的调查中,一位家长这样说:“语文不行补语文,数学不行补数学,体育不行,等孩子长大就好了,不用练。”现在科学发展了,社会进步了,人们对体育的科学认识反而让人感觉倒退……近些年,各地中考体育的分数所占比重逐年增加,家长有必要对此引起重视。北大校长、著名教育家蔡元培先生曾经说过:“完全人格,首在体育”。作为学校,应该加强课后服务宣传工作,要让家长意识到体育对学生发展的重要性,更要让家长以体育课后服务为契机,培养学生体育锻炼意识,为终身体育奠定基础。此外,可参照课外教学机构的教学模式,提高家长对体育课后服务的参与性,将“课堂监控”引入操场,引入体育课后服务中,“眼见为实”,让家长参与到孩子的体育成长当中,让家长对体育课后服务有更深一步的了解,降低家长对体育课后服务的认知偏差。

##### (四) 提升体育教师能力,重视课后延时锻炼方式

目前我市小学延时教学服务体育活动内容较多,教师能力较强,学校认真负责,同时很注重学生的安全,通过比赛提高学生对体育活动的积极性。通过笔者的调查得知,我市每两天进行一次体育活动的学校占多数,时间在下午四点到五点是普遍的情况,在组织学生进行活动时以班级群体进行上课为主要的方式,然后才是以兴趣爱好分班进行活动。在体育活动中,学生最喜欢足球和武术,我们可以知道足球受到大多数学生的喜爱。任课教师大多数都是本校教师学,但还是少量的兼职教师。因此我们应该继续提高教师的教学能力,达到一专多能,让学生得到更多的知识。学生认为开展延时教学服务体育活动的目的是促进身心健康,发展兴趣爱好和缓解学习压力。体育教师可以组织小学里每周都进行体育比赛,这样可以调动学生积极参与体育活动。我们要扩展更多的体育项目,使学生能够学习更多知识,学校要在学生掌握基本运动项目的基础上,既重普及又抓特色,立足学校特色,科学设置多样化的运动项目。在开展体育活动时要注意安全问题,提高教师应对体育风险的意识,组织培训或开设课程,提高学生安全意识,培养学生自我保护能力,使学生面对伤害时有一定的自我处理、自我救护能力。缓解学生文化课压力,提高学生积极性,培养学生的团队意识,增强学生的集体荣誉感……体育活动以其独特的教学形式和丰富多彩的活动内容激发了学生兴趣。

##### (五) 组建体育社团,让课后延时服务灵动起来

为保障运动健康,吸引学生参与体育运动,学校加强师资力量建设,主要是通过借助外力,在全县范围内,聘请校外辅导员,壮大校园体育运动指导力量。师资队伍坚持“师徒结对”,确保梯队建设。一名校内教师从一名校外专业体运辅导员,并且从教学计划、教案设计、课堂组织、课堂小结到器材收发等各个环节全程学习。按学生年龄特点及身体素质,兼顾学生兴趣爱好,体育教师可以按照年级或者班级统一组织“体运社团”社员,确保每一社团的社员的稳定性。结合“双减”,学校利用下午课后延时服务中的半个小时的时间,让学生放下书本,走出教室,在运动场上运动起来,让整个校园彻底的活起来。学校在课后延时服务中,除开展足球、篮球、羽毛球、乒乓球、跳绳、踢毽子等传统体运项目外,还引进了高段学生喜爱的“校园健身棍”项目,让习练者在“道具”的陪伴下,不断增强体运的兴趣。

#### 五、结束语

开展小学课后服务是促进学生健康成长、帮助家长解决“三点半难题”的重要举措,是进一步增强教育服务能力、使人民群众具有更多获得感和幸福感的民生工程。而体育课后服务可以引导学生通过参加体育活动,发展个性特长,促进学生身心健康发展,培养参与体育活动的积极性,促进体教融合,激发学生参与体育活动的兴趣,树立“健康第一”的理念,把体育真正的落实到学生的成长中去,从而更好地培养出德智体美劳全面发展的一代新人,提高国家的软实力,为终身体育奠定基础。

#### 参考文献:

- [1] 杨杰.小学生体育课余训练不积极的归因与对策[J].宁波教育学院学报.2021(02)
- [2] 张燕.小学生体育核心素养体系的培养策略分析[J].科学大众(科学教育).2019(12)
- [3] 屠森诚.培养小学生体育核心素养的路径探究[J].体育风尚.2021(03)
- [4] 张秀蓉.浅谈小学体育课安全问题的应对策略[J].新课程(中).2019(10)