

分类号: G80

密 级: GK

学校代码: 10363

学 号: 2211310119



安徽工程大学

Anhui Polytechnic University

硕士学位论文

题目 “双减”视域下芜湖市小学
体育服务发展研究

论文作者 刘骏

校内导师 胡万祥

校外导师 李贤跃

专业学位类别 体育硕士

研究方向(领域) 运动训练

论文提交日期: 2024 年 6 月 4 日

分类号: G80

单位代码: 10363

密 级: GK

学 号: 2211310119

题 目 “双减”视域下芜湖市小学体育服务发展
研究

英文并列

题 目 RESEARCH ON THE DEVELOPMENT OF PRIMARY
SCHOOL PHYSICAL EDUCATION SERVICES IN WUHU CITY
FROM THE PERSPCTIVE OF “DOUBLE REDUCTION”

学生姓名: 刘骏

校内导师: 胡万祥

校外导师: 李贤跃

专业学位类别: 体育硕士

研究方向(领域): 运动训练

论文答辩日期: 2024 年 6 月 4 日

安徽工程大学学位论文原创性声明

本人郑重声明：我恪守学术道德，崇尚严谨学风。所呈交的学位论文，是本人在导师的指导下，独立进行研究工作所取得的成果。除文中已明确注明和引用的内容外，本论文不包含任何其他个人或集体已经发表或撰写过的作品及成果的内容。论文为本人亲自撰写，我对所写的内容负责，并完全意识到本声明的法律后果由本人承担。

学位论文作者签名：

刘骏

日期：2024 年 6 月 4 日

安徽工程大学学位论文版权使用授权书

学位论文作者完全了解学校有关保留、使用学位论文的规定，同意学校保留并向国家有关部门或机构送交论文的复印件和电子版，允许论文被查阅或借阅。本人授权安徽工程大学可以将本学位论文的全部或部分内容编入有关数据库进行检索，可以采用影印、缩印或扫描等复制手段保存和汇编本学位论文。

保密 ☐，在 ____ 年解密后适用本版权书。

本学位论文属于

不保密 ☒。

学位论文作者签名：

刘骏

指导教师签名：

胡万祥

日期：2024 年 6 月 4 日

日期：2024 年 6 月 4 日

“双减”视域下芜湖市小学体育服务发展研究

摘 要

当前义务教育阶段小学生身心健康、课后体育服务开展情况、课外体育机构教学质量、学业负担等问题逐渐成为社会各界广泛关注的课题，随着社会竞争的加剧和教育压力的增加，“家、校、社”三方深刻认识到青少年身心健康与智力发展同样重要。为改善现有的教育环境，中共中央办公厅国务院办公厅于2021年7月印发《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》，提出学校要提高课后体育服务质量，有效实施各种课后育人活动，开展体育活动的同时促进中小学生身心健康发展。然而芜湖市小学体育服务在“双减”实施过程中依然面临许多问题，体育服务体系不完善，校外体育机构数量不断增多但教育功利性强，学生学业负担不断加重而身心健康颇为堪忧。随着“双减”政策的不断推进与落实，芜湖市小学体育服务唯有不断求变创新适应社会发展，满足学生多样化体育运动需求，才能深化教育改革促进教育高质量发展。

本文以“双减”政策为背景，以芜湖市7个市辖区（县、市）十四所小学体育服务为研究对象，运用文献资料法、问卷调查法、专家访谈法、数理统计法及实地考察法对芜湖市十四所小学的课后体育服务进行调查研究，得出以下结论：（1）芜湖市小学都能按照教育部相关文件要求开展学校体育服务工作，但各校在严格执行相关文件标准时存在差异。（2）芜湖市小学体育场地设施相对匮乏，场地资源

配置不足。（3）芜湖市小学体育教师资源短缺，男女教师比例失衡、教师培训次数不足。（4）芜湖市部分小学体育课课程设置不足，早操、大课间和课后体育服务的开展还存在形式单一，效果不佳等问题。

根据上述存在的问题，提出以下建议：（1）建立健全学校体育工作机制，构建学校体育工作评价体系，确保学校体育工作的高质量实施。（2）配齐配强体育教师，建立和完善体育教师培养和培训体系，确保高质量师资队伍建设。（3）加大学校体育设施资金投入，配齐体育场馆设施和器材，提高场馆利用率。（4）严格执行《义务教育课程方案和课程标准》，开齐开足体育课；开展丰富多彩的校园体育活动，切实保证学生每天一小时校园体育活动时间。

关键词：“双减”政策；小学体育服务；课后体育服务；发展策略

RESEARCH ON THE DEVELOPMENT OF PRIMARY SCHOOL PHYSICAL EDUCATION SERVICES IN WUHU CITY FROM THE PERSPCTIVE OF "DOUBLE REDUCTION"

ABSTRACT

At the current stage of compulsory education, the physical and mental health of primary school students, the development of after-school sports services, the quality of extracurricular sports institutions, and academic burden have gradually become topics of widespread concern in society. With the intensification of social competition and the increase of educational pressure, the three parties of "home, school, and society" deeply recognize that the physical and mental health of adolescents is equally important to their intellectual development. In order to improve the existing educational environment, the General Office of the Communist Party of China Central Committee and the General Office of the State Council issued the "Opinions on Further Reducing the Homework and Extracurricular Training Burden of Students in Compulsory Education" in July 2021, proposing that schools should improve the quality of after-school sports services, effectively implement various after-school education activities, carry out sports activities, and promote the physical and mental health development of primary and

secondary school students. However, primary school sports services in Wuhu City still face many problems during the implementation of the "double reduction" policy. The sports service system is not perfect, the number of extracurricular sports institutions continues to increase, but the utilitarian nature of education is strong. The academic burden of students continues to increase, and their physical and mental health is quite worrying. With the continuous promotion and implementation of the "double reduction" policy, primary school sports services in Wuhu City can only deepen education reform and promote high-quality development by constantly seeking change, innovating, adapting to social development, and meeting the diverse sports needs of students.

This article takes the "double reduction" policy as the background and takes 14 primary schools in 7 districts (counties, cities) of Wuhu City as the research object. Using literature review, questionnaire survey, expert interview, mathematical statistics, and field investigation methods, the after-school sports services of 14 primary schools in Wuhu City are investigated and studied. The following conclusions are drawn: (1) Primary schools in Wuhu City can carry out school sports services in accordance with the requirements of the relevant documents of the Ministry of Education, but there are differences in the strict implementation of relevant document standards among schools. (2) The sports facilities in primary schools in Wuhu City are relatively scarce, and

the allocation of venue resources is insufficient. (3) There is a shortage of primary school physical education teachers in Wuhu City, with an imbalanced ratio of male and female teachers and insufficient training frequency for teachers. (4) The physical education curriculum in some primary schools in Wuhu City is insufficient, and there are still problems with the implementation of morning exercises, large breaks, and after-school physical education services, such as a single form and poor results.

Based on the existing problems mentioned above, the following suggestions are proposed: (1) Establish a sound mechanism for school sports work, construct an evaluation system for school sports work, and ensure the high-quality implementation of school sports work. (2) Equip and strengthen physical education teachers, establish and improve a system for cultivating and training physical education teachers, and ensure the construction of a high-quality teaching staff. (3) Increase investment in school sports facilities, equip sports venues with facilities and equipment, and improve venue utilization. (4) Strictly implement the Compulsory Education Curriculum Plan and Curriculum Standards, and provide full physical education classes; Carry out a variety of campus sports activities, effectively ensuring that students have one hour of campus sports activity time every day.

KEY WORDS: The "double reduction" policy, Primary school sports services, Post class physical education services, development strategy

目 录

摘 要	I
ABSTRACT	III
目 录	VII
第 1 章 引 言	1
1.1 选题依据	1
1.1.1 “双减”政策适应社会发展需求	1
1.1.2 小学生体质健康问题不容忽视	1
1.1.3 小学学校体育服务发展要求	2
1.2 研究目的与意义	2
1.2.1 研究目的	2
1.2.2 研究意义	2
第 2 章 文献综述	4
2.1 相关概念的界定	4
2.1.1 “双减”政策	4
2.1.2 小学体育服务	4
2.1.3 课后服务	4
2.1.4 课后体育服务	4
2.2 国内研究现状	5
2.2.1 小学学校体育制度改革发展进程研究	5
2.2.2 小学学校体育与健康课程发展现状研究	6
2.2.3 小学课外体育活动开展现状研究	7
2.2.4 关于学校课后体育服务的价值研究	8
2.2.5 关于“双减”课后体育服务政策执行现状研究	9
2.3 国外研究现状	10
2.3.1 国外小学体育研究现状	10
2.3.2 国外小学体育课外服务研究现状	12
第 3 章 研究对象与方法	15
3.1 研究对象	15
3.2 研究方法	15
3.2.1 文献资料法	15
3.2.2 问卷调查法	15
3.2.3 专家访谈法	17
3.2.4 数理统计法	18
3.2.5 实地考察法	18
第 4 章 结果与分析	19
4.1 义务教育阶段小学体育服务	19
4.1.1 义务教育阶段小学体育服务的基本要求	19
4.1.2 国家教育部双减政策的出台和具体要求	19
4.1.3 芜湖市双减政策具体内容与要求	20
4.2 “双减”下芜湖市小学体育服务基本情况调查	21
4.2.1 体育课开展情况	21
4.2.2 早操及大课间开展情况	24

4.2.3 课后体育服务开展情况	27
4.3 “双减”下芜湖市小学体育服务保障调查研究	39
4.3.1 芜湖市小学硬件设施情况调查	39
4.3.2 芜湖市小学软件设施情况调查	41
4.4 “双减”下芜湖市小学学校体育服务实施效果	45
4.4.1 学生对学校体育服务效果评价	45
4.4.2 家长对学校体育服务效果评价	49
4.4.3 教师对学校体育服务效果评价	49
4.5 “双减”视域下芜湖市小学体育服务发展存在的问题	50
4.5.1 学校师资力量薄弱，教师队伍建设乏力	50
4.5.2 学校场地设施陈旧简陋，安全保障存在隐患	51
4.5.3 教学内容不够丰富，教学形式缺乏创新	51
4.5.4 学校竞赛体系分化，体育建设进程缓慢	51
4.5.5 课外体育服务形式单一，学生参与动力不足	52
4.6 “双减”视域下芜湖市小学学校体育服务高质量发展研究对策	53
4.6.1 配足师资、全面提升教学质量	53
4.6.2 整合资源、使场地设施优化升级	53
4.6.3 推进服务、让体育活动丰富多彩	54
4.6.4 增加赛事、体育竞赛多样开展	54
4.6.5 加强合作、三方协同共同参与	54
4.6.6 构建机制、评估体系完善优化	55
第5章 结论与建议	56
5.1 结论	56
5.2 建议	56
参考文献	58
附录1	62
教师问卷	62
附录2	65
学生问卷	65
附录3	68
家长问卷	68
附录四	70
访谈问卷	70
致 谢	72

第1章 引言

1.1 选题依据

1.1.1 “双减”政策适应社会发展需求

中共中央办公厅、国务院办公厅在 2021 年 7 月颁布《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》（以下简称“双减”政策），其中明确提出有效减轻义务教育阶段学生的作业负担和校外培训负担，学校课后服务满足学生多样化需要，学生回归校园，规范校外培训等内容^[1]。“双减”政策的实施，不仅有效减轻了学生的学业负担、缓解家长的压力，而且规范校外培训机构，为学生争取更多课外时间，利用更多的时间和精力进行多形式的课后体育活动，这对推动小学生德智体美劳全面发展有着不可替代的作用。

安徽省为积极贯彻落实“双减”政策精神，在 2021 年 8 月颁布了《安徽省教育厅、安徽省发展改革委员会、安徽省财政厅、安徽省人力资源和社会保障厅关于进一步规范中小学课后服务工作的通知》（以下简称为《通知》）^[2]。《通知》对课后服务从宏观层面上做出规划，具体包括时间、质量、渠道、资源等方面，明确提出一周五天学生每天下午放学都要参加课后服务，时长不少于 2 小时，这种模式也被称作“5+2”。

1.1.2 小学生体质健康问题不容忽视

少年强则国强，小学生作为国家未来发展的主力军，小学生的身心健康就是祖国可持续发展的根基，因此，小学生体质健康也受到国家和社会广泛的关注。国家教育部从二十世纪末就对学生进行体质健康测试，但呈现的是学生测试成绩每年持续不断下降，这种现象一直到 2010 年才有所好转。虽然数据显示小学生体质健康测试成绩有所提高，但是近视与肥胖是青少年身体健康普遍存在的问题。与以往相比，中小學生超重、肥胖率还在缓慢上升，虽然低年级小学生超重问题有所好转，但总体上小学生体质健康仍需要继续改善^[3]。“双减”政策的实施不仅对改善小学生体质健康问题有所帮助，并且对培养小学生终身体育意识具有重要意义。

[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》[J]. 教育发展研究,2021,41(Z2):33.

[2] 安徽省委教育工作委安徽省教育厅[EB/OL].<http://jyt.ah.gov.cn/>

[3] 孙玉. “双减”政策下成都市小学课后体育服务的优化路径研究[D].成都大学,2023.DOI:10.27917/d.cnki.gcxxy.2023.000183.

1.1.3 小学学校体育服务发展要求

体育教育作为五育之一，在教育中所发挥作用是无法替代的。2020年10月，教育部颁发《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》和《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》^[4]中指出，教育改革要继续深入，配足配齐教师，开齐开足体育课，完善体育评价体系等措施无一不体现对体育教育质量的要求不断提高。这不仅是社会要求也是学生家长的诉求，以此推动学校体育工作的开展^[5]。

随着“双减”工作不断深入，在小学生培养方案上也提出了更高的要求。因此，体育教育也在教育中得到应有的重视，体育在教育中的功能也被渐渐得到充分地发挥和运用。2021年全国两会期间，强调体育在教育中培养人的重要角色，本指导原则主张以“树立品德”和“通过体育来育人”作为核心理念，恪守以“健康为本”的教育观念，并利用体育教育的潜力来促进学生在多方面的成长。为了提高学校体育的质量，必须将课后体育活动与学校体育课程有效结合，共同发挥作用。目前，针对课后体育活动的教学质量评价体系尚不完善，而现有的传统课后服务模式和方法也需要根据当代社会的需求进行相应的革新^[6]。

1.2 研究目的与意义

1.2.1 研究目的

本文在“双减”政策实施的背景下，针对芜湖市小学学校体育服务现状进行调查，了解芜湖市小学落实“双减”政策开展情况。研究“双减”政策下芜湖市小学学校体育服务存在的问题，并根据不足之处给予改进的策略与建议。学校体育服务不仅是实现“双减”目标不可或缺的途径，也是改善小学生体质健康水平的重要途径之一，旨在更好的贯彻落实“双减”政策，切实为学生减重减负，满足学生的多样化需求。

1.2.2 研究意义

1.2.2.1 理论意义

在党的第二十届代表大会中习近平提出“青年强，则国强”，这表达习总书记

[4] 中共中央办公厅国务院办公厅. 关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见

[5] 徐雪芹,袁凤梅,徐宏远.从“量”到“质”:新时代乡村中小学体育教师队伍建设路径研究[J].牡丹江教育学院学报,2021,(12):51-55+101.

[6] 孙玉.“双减”政策下成都市小学课后体育服务的优化路径研究[D].成都大学,2023.DOI:10.27917/d.cnki.gcxdy.2023.000183.

记对青少年的期望。青少年的身心健康不断受到国家和社会的关注，只有青少年拥有强健的体魄，才是使国家长期持续充满活力的保障。然而通过在知网、维普网等数据库中搜索关于安徽省和芜湖小学体育服务的研究相对较少。本文分析芜湖市小学体育服务发展研究，便于增强相关理论研究的不足，也有助于丰富芜湖市小学学校体育方面的相关研究，为进一步推进芜湖市小学学校体育发展提供理论基础。

1.2.2.2 实践意义

学校体育服务不仅是实现“双减”目标不可或缺的途径，在一定程度上体现了“双减”的落实情况及效果。检验其是否对小学生过重的学习负担做到“双减”，是否满足小学生课后多样化需求，是否对小学生体质健康起到一定积极作用。通过实地研究与调研，考察“双减”政策后芜湖市小学学校体育服务开展情况，了解并分析在开展过程中遇到的问题，针对性的给出可行性建议，从而为贯彻落实“双减”政策，优化教育生态环境，提高学校体育服务质量做出贡献。

第 2 章 文献综述

2.1 相关概念的界定

2.1.1 “双减”政策

“双减政策”是中共中央、国务院于 2021 年 7 月联合发布的文件，名为《关于减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》，简称“双减”政策^[7]。“双减”政策是国家针对义务教育阶段学生作业负担、校外培训负担过重问题提出的解决方案，力求缓解学生学业压力，净化教育环境，完成立德树人根本任务。

2.1.2 小学体育服务

“小学体育服务”是全面的概念，它包括学校内一切与体育相关的活动和组织管理。这些主要涉及学生日常的晨练、课间操、正式的体育课堂教学、课后提供的体育活动、各类体育俱乐部的训练，以及学校举办的体育比赛等多种形式。本文的“小学体育服务”是对早操、大课间、体育课、体育竞赛、课后体育服务的总称^[8]。

2.1.3 课后服务

课后服务是指国家为解决双职工家庭面临无法按时接送孩子上下学而提出的措施，课后服务以学校为阵地，教师为主导，学生为主体，家长自愿选择原则，充分利用学校资源，以遵循学生身心发展规律为依据。本文的“课后服务”是指学生放学后自行参加以学生为主体，教师为主导的教育性活动。

2.1.4 课后体育服务

课后体育服务是学校课后活动的一个组成部分，其定义可概括为：以学校为主要场所，利用学校现有的体育设施、教师资源和管理体系等，通过学校组织、

[7] 刘芮辰.昆明市小学课后体育服务开展的现状分析与保障机制研究[D].云南农业大学,2022.DOI:10.27458/d.cnki.gynyu.2022.000047.

[8] 徐胜凯.洛阳市小学阶段课外体育活动时间保证的影响因素与对策研究[D].河南大学,2022.DOI:10.27114/d.cnki.ghnau.2022.000096.

政府资助和社会参与等多方合作^[9]；以学生为中心，基于他们的自愿参与，提供符合学生兴趣、满足个性化需求且遵循学生身体和心理发展规律的体育活动项目，旨在增进学生体质健康的教育实践。本文的“课后体育服务”是指学生放学后自行参加以学生为主体，教师为主导，充分培养学生兴趣、遵循个性化教学原则、发展学生身心规律的体育性活动。

2.2 国内研究现状

2.2.1 小学学校体育制度改革发展进程研究

彭泽平在《新中国 70 年中小学体育课程改革的历史经验》中提出：在新中国初期的中小学体育改革中，就需要注重且立足于我国国情。根据我国国情阶段的不同，1929 年南京国民政府对体育课程制定暂行标准，其中包括《小学体育课程暂行标准》《初中体育课程暂行标准》等，对学校各个年级的体育课程制定不同教学目标。《中小学体育教学大纲（草案）》中将中学体育材料根据不同地区、不同发展情况进行编订，针对地方学校地域性差异，开展灵活且具有地方特色的体育运动，该材料根据各地、学校具体使用进行相应的调整^[10]。从 1966 年至 1976 年，文革十年运动将体育课程推上了短期的困境，部分体育课被“军训”及“劳动课”代替。1978 年至今，体育课程改革实现了从以竞技体育为核心的培养转向以人为本的素质教育，从传统的体育课程内容转向多样化的体育教学，从单一的课程评估转向全面的课程评估。

王佳慧在《体教融合背景下榆林市小学体育课程改革研究》指出，自新中国成立以来，我国基础教育改革经历了三次变革，由于体育课程的变革，进一步促进了体育课程体系的完善，一方面加强了学生对于体育课程的兴趣，另一方面增强了自身的体魄及身心健康的发展^[11]。

张正民在《论我国学校体育发展方式转变》中提出：学校体育制度的发展需要对学校发展的总体情况，特别是发展现状进行清晰了解与认知，避免资源配置和运行机制的不足，合理运用定性、定量的方法对资源、结构、制度进行合理的

[9] 孙玉.“双减”政策下成都市小学课后体育服务的优化路径研究[D].成都大学,2023.DOI:10.27917/d.cnki.gcxdy.2023.000183.

[10] 彭泽平,李礼,罗珣.新中国 70 年中小学体育课程改革的历史经验[J].天津体育学院学报,2019,34(05):373-380.DOI:10.13297/j.cnki.issn1005-0000.2019.05.002.

[11] 王佳慧.体教融合背景下榆林市小学体育课程改革研究[D].武汉体育学院,2022.DOI:10.27384/d.cnki.gwhwc.2022.000021.

转变。

代永翠^[12]在《“教会、勤练、常赛”视角下云南省文山市小学校园足球开展境况及路径研究》中提出：学校领导首先要转变“重文轻体”的思想观念，改善以往校园体育的观念，其次，至于与新时代学校体育的发展与“教会、勤练、常赛”的教育理念^[13]。

综上所述，从新中国初期至今对于体育课程的发展、转变都需要顺应社会、经济的发展，课后体育服务发展的前提是对当前国情具有充分的了解与认知，顺应学生身心发展规律、以及国家、社会发展的前提，唯有二者有效的融合，学校体育制度的目标才会更加清晰，学生的全面发展才能得到提高。

2.2.2 小学学校体育与健康课程发展现状研究

王玲在《中小学体育教学存在的问题及对策研究》中提出：现阶段学校体育课程开展过程中，培养目标单一、评价缺乏多元化、难以注重课程与健康课程共同发展，应针对课程内容的不同，在教学方法上与目标上进行区别上教学^[14]。

朱永刚在《分析小学体育教育在青少年体质健康发展中的作用》中提出：想通过小学体育课程促进青少年体质健康全面发展是远远不够的，在健康课程发展的过程中，一方面让学生的学习压力得到缓解的同时激发体育兴趣、另一方面在传授体育技能的过程中，锻炼学生们强健的体魄^[15]。

杨清轩，王毅在《“健康中国”视阈下学校终身体育改革与发展研究》中提出：学校体育应培养学生主动参与体育运动及锻炼运动技术的能力，采取动态与静态相结合的评价方式，打破传统的单一教学方式，教师教学与学生学习相反馈，才能切实的做到促进学校体育和学生健康的全面发展^[16]。

彭代斌在《武汉市小学实施《体育课程标准》现状与分析》中表明：在对武汉市小学体育教师调查中发现依然存在许多不足之处，其中包括大部分教师年龄偏大、非体育教师转型数量较多、部分教师学历较低等问题。小学体育课程开展及课外体育活动开展情况，城区小学普遍比乡镇学校的开展情况更好、开展质量

[12] 代永翠. “教会、勤练、常赛”视角下云南省文山市小学校园足球开展困境及路径研究[D]. 云南师范大学, 2024. DOI:10.27459/d.cnki.gynfc.2023.000673.

[13] 张正民, 陈宁. 我国学校体育发展方式转变的现实诉求与理论导向[J]. 北京体育大学学报, 2015, 38(12): 88-94. DOI:10.19582/j.cnki.11-3785/g8.2015.12.014.

[14] 王玲, 王新国. 中小学体育教学存在的问题及对策研究[J]. 体育师友, 2004, (01): 8-9.

[15] 朱永刚. 分析小学体育教育在青少年体质健康发展中的作用[J]. 当代体育科技, 2020, 10(15): 85+87. DOI:10.16655/j.cnki.2095-2813.2020.15.085.

[16] 杨清轩, 王毅. “健康中国”视阈下学校终身体育改革与发展研究[J]. 西安体育学院学报, 2019, 36(01): 117-120. DOI:10.16063/j.cnki.issn1001-747x.2019.01.017.

也更优于乡镇小学^[17]。

综上所述,目前学校体育与健康课程在开展过程中,二者难以融合,目前部分小学学校体育以培养学生体育兴趣为目的,缺少进行系统的体育教学,没有充分发挥学生主体的作用,缺乏学生自主性,而健康课程在于激发学生兴趣的同时培养良好强健的体魄,但在目标与方法上还需加强和融合。

2.2.3 小学课外体育活动开展现状研究

申明明在《武汉市中、小学生课外体育活动开展现状及对策研究》一文中提出:学校为了提高其升学率不断地给学生补课、施压,以至于部分学校的课外体育活动不能按时按量地交给学生。此外在活动内容及组织形式上都未能达到体育课外活动的预期效果^[18]。

袁本飞在《北京市小学课外体育活动开展现状与对策研究》中指出:课外体育活动在丰富学生课外生活方面有着十分重要的地位,并且有助于学生的健康成长和校园文化的建设。学校对体育活动的支持力度是影响学校体育健康发展的主要原因之一,学生有了专业的体育知识、技能培养,有了良好的身体素质、心理素质,并且提高了对体育的认知程度,有助于学生与课外体育活动的双向发展^[19]。

吴小华在《苏州市高新区小学校内课外体育活动开展现状与对策研究》文中表明:部分体育教师专业知识、能力欠缺,缺乏系统的培训;以及学生的课外活动受阻比较严重,其中包括:学校的重视程度、作业量的多少、家长的态度等^[20]。

王亚男在《“阳光体育”背景下长株潭中小学课外体育活动开展现状与对策研究》一文中提出:阳光体育在发展过程中主要受以及几点因素影响:学校不重视、场地设施匮乏、学生学习负担较重且个体缺乏主体性、体育教师参与度不足等,这些问题直接影响到课外体育活动的开展程度^[21]。

综上所述,体育活动的重要性及地位在不断上升,但是依旧存在一些重难点问题,其中包括:学校体育发展的重视程度、体育教师专业培养程度、学生及家长对于体育的认知程度,学校场地设施的设置程度、校外机构的引入程度,因此,

[17] 彭代斌.武汉市小学实施《体育课程标准》现状与分析[D].华中师范大学,2007.

[18] 申明明.武汉市中、小学生课外体育活动开展现状及对策研究[D].武汉体育学院,2015.

[19] 袁本飞.北京市小学课外体育活动开展现状与对策研究[D].北京体育大学,2017.

[20] 吴小华.苏州市高新区小学校内课外体育活动开展现状与对策研究[D].苏州大学,2020.DOI:10.27351/d.cnki.gszhu.2020.001540.

[21] 王亚男.“阳光体育”背景下长株潭中小学课外体育活动开展现状与对策研究[D].北京体育大学,2002.

为了促进课外体育发展，应主要从学校、家庭、教师、校外机构层面逐个指导，才能更好的促进课外体育的全面发展。

2.2.4 关于学校课后体育服务的价值研究

吴礼剑在《“双减”政策背景下课后体育服务价值与路径》中指出：课后体育服务是减负政策历史演进的重要内容、是实现“减负增效”的实践需要，通过“双减”政策对于课后体育服务质量、学生发展的需求、教师教学的质量都有助于提高^[22]。

范鸿宇在《“双减”政策背景下南京市小学课后体育服务开展现状与对策研究》一文中提出：课后体育服务通过创建锻炼平台，一方面，促进学生积极参与体育活动，从而增进学生身心健康发展，另一方面，满足学生和家长需求^[23]。

徐鹏飞《南昌市东湖区三点半体育课堂的效果研究》中指出：整合与利用现有课程资源、充分发挥教师专业能力，结合学校实际情况及学生运动需求和兴趣爱好，在课后体育服务内容选择上也应遵循学生发展规律与特点，不仅要培养学生体育锻炼意识，还要达到提高学生体育素质的目标^[24]。

陈叶婷在《“双减”背景下中小学课后服务的价值意蕴与实践路径》中指出：课后服务具有服务性与教育性，有效融合常规课程，实现本体价值、工具价值、衍生价值，深化素质教育，促进“双减”落地。其中本体价值包括：服务性与教育性统一，基础性与专业性并存。工具价值包括：与常规课程融通，实现育人目标。衍生价值包括：与减负联动，促进“双减”落地^[25]。

综上所述，课后体育服务对学生的学习和成长具有多方面的积极影响。首先，它能显著提升学生的体质，帮助缓解学业上的压力，从而达到提高学习效率的目的。参与体育活动还有助于培养学生的团队合作能力和竞争意识，对其个人品格的形成有着正面作用。此外，课后体育服务还能增加学校的教育资源，提升教育水平，进而提高学校的社会声誉和形象。不仅对学生和学校有益，对社会也有着重要的价值有助于提高社会的体育参与率，促进社会的健康发展。但是，尽管课后体育服务的价值得到了广泛的认可，但在实际操作中还存在一些问题。例如，

[22] 吴礼剑. “双减”政策背景下课后体育服务价值与路径[J]. 体育文化导刊, 2022, (07): 98-103.

[23] 范鸿宇. “双减”政策背景下南京市小学课后体育服务开展现状与对策研究[D]. 南京体育学院, 2022. DOI: 10.27247/d.cnki.gnjtc.2022.000004.

[24] 徐鹏飞. 南昌市东湖区三点半体育课堂的效果研究[D]. 江西科技师范大学, 2021. DOI: 10.27751/d.cnki.gjxkj.2021.000254.

[25] 陈叶婷. “双减”背景下中小学课后服务的价值意蕴与实践路径[J]. 现代中小学教育, 2023, 39(11): 63-67. DOI: 10.16165/j.cnki.22-1096/g4.2023.11.013.

服务资源分配不均,服务质量参差不齐等。因此,需要进一步探讨如何优化课后体育服务,使其更好地发挥价值。

2.2.5 关于“双减”课后体育服务政策执行现状研究

李艳茹,党许诺在《“双减”背景下课后体育服务的现状、问题及优化研究》一文中提到:由于学段、地区间差异较大、各年级间衔接不流畅、政策规定的模糊性及滞后性、管理制度的不健全,即便课后体育服务开展时间和频次相对稳定,对于课后体育服务的实施依旧有阻碍,限制了课后体育服务政策的发展^[26]。

杨曼丽,张吾龙在《“双减”政策下我国中小学课后延时体育服务的演进历程、机遇挑战及实现路径》中表明:随着“双减”的不断落实课后体育延时服务也迎来了前所未有的发展机遇,社会关注度不断提高,政府支持力度也不断加深,体育运动也被更多的家长所重视,为了打造良好的教育环境,创造更健康的学习氛围,政府加大对校外不法培训机构的惩治力度,使学生回归健康的生活学习环境。同时课后体育服务的发展也面临了许多困难,学校资源不足不利于课后体育服务的发展,奖惩机制不完善打击了教师的积极性,资金投入有限不利于课后与体育服务的开展,校外培训机构影响了教育的公平性^[27]。

梁婷婷,谢萍,沙抒音《“双减”背景下基于学生需求分析的课后服务优化策略——以北京市M学校为例》一文中研究表明:尽管在大力落实‘双减’政策背景下,依然有学生在学业压力中没有到达实质性减少,教师与家长的压力反而更重了。根本原因还在于课堂与课后服务联系过于密切,出现两者同时增加的情况^[28]。

李京泽《“双减”背景下小学课后体育服务开展现状及对策研究——以沁源县实验小学为个案》一文中指出:课后体育服务工作机制还不健全,经费的保障和监管机制还未得到有效的完善、课后体育服务师资力量不足、课后体育服务场地器材设施有限,学校现有的运动场地少,场地器材设施比较陈旧、课后体育服务宣传力比较小,并且学校对课后体育服务的宣传方式比较单调、后体育服务活动

[26] 李艳茹,党许诺.“双减”背景下课后体育服务的现状、问题及优化研究[J].成都体育学院学报,2022,48(06):51-56.DOI:10.15942/j.jcsu.2022.06.008.

[27] 杨曼丽,张吾龙,胡德刚等.“双减”政策下我国中小学课后延时体育服务的演进历程、机遇挑战及实现路径[J].体育学研究,2022,36(02):21-32.DOI:10.15877/j.cnki.nsic.20220126.001.

[28] 梁婷婷,谢萍,沙抒音.“双减”背景下基于学生需求分析的课后服务优化策略——以北京市 M 学校为例[J].教师教育论坛,2022,35(04):15-17.

存在安全隐患等问题^[29]。

综上所述,课后体育服务作为减轻学生课业负担和减少校外培训的重要举措,但是课后体育服务工作机制的不成熟、课后体育服务政策方面的滞后与模糊、学校及教师层面执行力不足,都将对“双减”下课后体育服务的实施造成影响。鉴于双减政策背景下,推行课后体育服务显得尤为重要。从政府角度来看,应当增强对课后体育服务的资金支持和服务品质提升;而学校方面则应充分尊重学生选择自己喜爱的体育活动的自由,以此激发学生参与的热情,进而推动课后体育服务的进一步发展。

2.3 国外研究现状

2.3.1 国外小学体育研究现状

Chengrun Zhang 在文章中提出,美国在体育人才培养的过程中注重阶段性,根据不同年龄段学生具有不同的生长发育特点,不仅包含了生理特点还包含了心理发育特征,认清并掌握这些青少年阶段运动发展规律,有助于更科学的制定相应培养模式^[30]。

Lee Byungchan, Joung Kihong, Jeon Wonjae 在文章中提出,韩国在学校实施“第0期体育课”,旨在充分利用早操时间增加学生的体育锻炼时间。在早操锻炼过程中多使用游戏法提高学生的参与度,注重学生在运动过程中所产生的幸福感及自我效能感,从而达到培养学生体育锻炼兴趣^[31]。

Cho Kyuil, Tsuda Emi, Oh Daekyun 在文章指出,韩国已经将学校体育俱乐部纳入学校课程。学校体育俱乐部不仅在正常上课时间开展,而且作为必修课程每位学生必须参与。这一措施提供了学生更多体育锻炼的机会,增强人文关怀教育,有效防止校园霸凌,使学生拥有良好积极的学习态度。在学校体育俱乐部中,学生可以自由选择热爱的体育项目,教师也可以根据学生特点选择符合学生需求的教学内容。学校体育俱乐部现已成为韩国支持学生体育锻炼和培养情感学习的重要途径之一^[32]。

[29] 李京泽. “双减”背景下小学课后体育服务开展现状及对策研究[D].西南大学,2023.DOI:10.27684/d.cnki.gxndx.2023.001739.

[30] Zhang C .Study of Sports Talent Development Model in America[J].Frontiers in Sport Research,2023,5(10):

[31] Byungchan L ,Kihong J ,Wonjae J .A study on the relationships between playfulness, physical self-efficacy, and school happiness among middle school students participating in “0th-period physical education class” in South Korea#13;[J].Frontiers in Public Health,2023,111232508-1232508.

[32] Kyuil C ,Emi T ,Daekyun O .School Sports Club in South Korea: Supporting Middle School Students'

朱桂鸣,殷荣宾在日本《小学体育学习指导要领(2017版)》课程内容解析及启示中分析发现,在对日本学校体育教学体系调查后总结一下几个明显特点:第一,课程主要根据学生具体身体素质和能力去设计;第二,在对运动技能方面教学过程中注重细节与各环节之间的紧密协同配合;第三,课程设计在体育与健康教育结合程度较高;第四,把体育道德教育融入到体育教学的各个方面。在日本修订版《体育要领》中,对运动技能课程在不同阶段做出具体的分类,主要包括身体锻炼、器械练习、田径、游泳、球类、舞蹈以及冰雪运动等七大类。除此之外,还强调了健康知识课程的重要性。在学生教育中特别注重体育科学所发挥的育人功能,并且将这一理念贯穿整个体育课程内容与评价方式^[33]。

刘芳在《中美学校体育“放羊式”与“放任式”现状原因分析》中表明:美国在学校体育教育中注重从小对学生体育意识的培养,同时在不同阶段对学生体育教育目标也有不同定位,在小学阶段注重学生对体育的基本技能学习与兴趣培养,中学阶段主要培养学生竞技意识,大学阶段则为国家培养优秀运动员。中高等教育机构构成了美国体育架构的核心,并为职业体育的进展奠定了坚实的基础。在竞技体育领域,美国一直强调自由发挥与体育思想的培育,这与中国的举国体制下的竞技体育发展模式形成鲜明对比。美国的教学方式倾向于较为“放任”的模式,这主要体现在国民的思维习惯上,从小就培养了一种全面的体育观念,这种“放任”是有序而非混乱的。美国注重从小对孩子关于体育兴趣的培养,参与体育运动人数较大,体育文化氛围好,对美国学校体育特点进行总结:教学理念独特性、课程实施独特性、教师培养独特性^[34]。

任可心在《中英小学阶段体育课程标准的比较研究》提出:作为世界体育强国的英国,历来高度重视学生的体育和重视学校体育的发展。英国小学的体育课程占据学校整体课程极大的比重,课程设置具有科学性和专业性,规划性和落地性强。同时,校际集群发展、社会体育协会参与等举措为英国小学生提供了更优质的课程和更多的运动机会^[35]。

陈星在《英国小学阶段体育教育政策建设与启示》中提到:自20世纪90

Physical Activity Engagement and Social-Emotional Development in Schools[J].Journal of Physical Education, Recreation Dance,2023,94(4):9-13.

[33]朱桂鸣,殷荣宾.日本《小学体育学习指导要领(2017版)》课程内容解析及启示[J].体育科技,2022,43(04):113-116+120.DOI:10.14038/j.cnki.tykj.2022.04.033.

[34]刘芳.中美学校体育“放羊式”与“放任式”现状原因分析[J].文体用品与科技,2019(19):18-19.

[35]任可心.中英小学阶段体育课程标准的比较研究[D].哈尔滨师范大学,2023.DOI:10.27064/d.cnki.ghasu.2023.001237.

年代以来,英国政府着手在体育资源的扩充和立法基础的修订方面进行了全方位的策划,涵盖了小学体育教育和运动的安排、管理、操作及财政支持等相关细节,使得政策逐渐变得更加完备。具体措施包括:(1)增加儿童在学校体育活动中的参与机会,通过在小学体育课程中加入舞蹈、瑜伽和健身等项目,从而为学生提供更多的选课可能性,并激励他们积极参加学校内部或者区域性的体育比赛;(2)强化学校与体育俱乐部之间的联系,英国政府推动学校与广泛的社会组织建立多元化合作伙伴关系,以便延长学生参与体育运动的时间,激发他们对竞技体育的热情;(3)改进学校体育教育的管理架构,明确小学体育教学的目标,持续提供资金支持,增强教师在体育教学方面的信心、知识和技巧,以协助他们更有效地指导学生进行学校体育活动^[36]。

综上所述,在全球范围内,健康教育受到日益增加的关注,国外针对小学体育教育的研究领域主要聚焦于几个核心方面:第一是体育课程的构建与内容研究,这涉及到如何基于学生的年龄特性及兴趣设计恰当的体育教学大纲;第二是探索多样化的教学技巧与策略,旨在通过不同的教学工具和方法提升学生在体育课堂上的学习成效。三是评价体系与标准的研究,包括如何建立科学的评价体系和标准来评估学生的体育水平和能力;四是教师培训与发展的研究,包括如何提高小学体育教师的专业素养和教学能力。因此,在体育课程设置方面,一应该注重培养学生的兴趣和爱好,让他们在愉悦的氛围中学习体育知识和技能;在教学方法与策略方面,提倡采用多元化的教学手段和方法;在评价体系与标准方面,主张建立全面、客观的评价体系和标准,不仅要考察学生的体能水平,还要关注他们的心理素质和社会适应能力;在教师培训与发展方面,强调要加强对小学体育教师的专业培训和支持,提高他们的教学水平和能力。

2.3.2 国外小学体育课外服务研究现状

McMullen Jaimie, Brooks Collin, Iannucci Cassandra 在文章提出,芬兰、爱尔兰和美国根据国家体育活动提倡,实施全校性的方法促进体育活动的开展,主要包含了体育课程及学校体育活动的前、中、后三个阶段。研究结果也表明,这种模式下会给学生提供更多参与体育锻炼的机会,有利于活跃学校体育文化氛围^[37]。

[36] 陈星. 英国小学阶段体育教育政策建设与启示[J]. 教学与管理, 2021, (11): 74-76.

[37] Jaimie M ,Collin B ,Cassandra I , et al.A Day in the Life: Secondary School Students' Experiences

Krochmal Patrick, Cooper Dan M, RadomAizik Shlomit 在文章中提出,通过美国各州对 SB-PFT 的数据的分析,儿童期的体适能数值偏低,已经影响到其身体健康,患心血管疾病的风险也随之增加。各州虽然都制定了体育标准,但尚未形成系统化、可重复性的评价标准^[38]。

Veliz Philip,Zdroik Jennifer 在文章中提出,根据 2009-2010 学年和 2017-2018 学年所收集美国公立学校的信息分析后发现,学校在提供给女生的参与体育锻炼途径明显低于男生,尽管相同数量的运动队或训练队,女生的参与率也是低于男生^[39]。

李冰,周爱光在《二战后日本青少年课外体育活动的政策及启示》中提到:日本在二战后,中小学参加课外体育活动的主要途径有学校运动俱乐部、青少年团和综合性的地区体育俱乐部,这些途径在青少年参与体育锻炼中起到了关键作用。其中,中学生参与课外体育活动主要通过学校体育俱乐部。随着学校体育俱乐部不断地发展,其在教育中的意义也渐渐被加强、在教育中所扮演的角色也不断明确,预示着它在学校教育体系中的地位将得到进一步的提升^[40]。

钱轶青,邱祖建在《浅析日本自由俱乐部的成功经验对我国开展课外体育活动的启示》中提到:在日本,学校俱乐部的活动分为体育和文化两大类。体育俱乐部涵盖的项目包括田径、棒球、篮球、排球、足球、羽毛球、乒乓球、射箭、剑道、柔道等;而文化俱乐部则包括科学与文化、美术、戏剧、音乐、书法、茶道、插花和生活文化等领域。这两种类型的俱乐部活动相辅相成,不仅能够帮助学生扩宽知识面,还能使他们的知识结构更为均衡。日本学校俱乐部具有一个明显特征:学生可以根据自身爱好和特长选择运动项目,并不受年龄、班级、性别等条件限制。俱乐部通常由成员自发组织管理,负责日常运作,这种自愿参与和自主管理的模式使得俱乐部的活动更加充满活力,并有助于提升学生的组织和管理能力。日本文部省规定,学校俱乐部的活动需要有专业教师的指导^[41]。

of School-Based Physical Activity in Ireland, Finland, and the United States[J].International Journal of Environmental Research and Public Health,2022,19(3):1214-1214.

[38] Patrick K ,M D C ,Shlomit R , et al.US School-Based Physical Fitness Assessments and Data Dissemination.[J].The Journal of school health,2021,91(9):722-729.

[39] Philip V ,Jennifer Z .Examining the Provision of School-Based Athletics in Public High Schools Among Girls in the United States.[J].The Journal of school health,2022,92(9):831-840.

[40] 李冰,周爱光. 二战后日本青少年课外体育活动的政策及启示[J]. 体育与科学, 2012, 33 (06): 106-112.

[41] 钱轶青,邱祖建.浅析日本自由俱乐部的成功经验对我国开展课外体育活动的启示[J].中国校外教育(理论),2008(12):144.

孙勇在《日本中小学课外体育活动开展现状》中提到：日本中小学学生主要通过两个组织参与课外体育活动，分别为学校附属的运动部和体育少年团。鉴于学校运动部的活动范围相对狭窄，方式欠灵活，且可选项目有限，导致一些学生选择从事更具魅力的社区体育俱乐部活动。日本政府为了更有效加强青少年体育锻炼以及充分整合利用社会资源，积极促使学校运动部与社区体育结合，最终达到学校体育社区化的目标^[42]。

俞皓天，汪晓赞在《中美基础教育课外体育活动的比较研究》中提到：青少年体育健康问题不单单局限于体育课堂教学中解决，更多的需要课外体育服务协同治理，共同培养学生体育运动能力、品德修养；此外在课后体育活动发展的过程中应结合我国实践情况、取其精华去其糟粕，制定出符合我国小学体育课后服务的活动模式^[43]。

原青林在《英国寄宿公学的课外活动》中提起：该校的课外体育服务活动模式采取半军事化野外活动，在此活动中学生不得不接受丛林冒险的训练。第一学年或第二学年结束，学生可以自愿进入陆军及空军训练队，一方面培养了学生生存的方法、社会技能的手段，增强了学生的领导与管理能力，另一方面丰富了学生课外活动的丰富性，改变了以往单调、死气沉沉的教学模式。在我国青少年课外体育活动建设中是值得学习、借鉴的^[44]。

综上所述，国外对于小学体育课后服务的研究主要集中于其对学生身体健康、心理健康和社会技能的影响。其一，体育课后服务可以显著提高学生的身体健康水平。其二，体育课后服务可以降低学生的肥胖率和慢性病发病率。其三，体育课后服务对学生的心理健康也有积极影响，参与体育课后服务的学生比未参与的学生有更低的抑郁和焦虑水平。此外，体育课后服务还可以提高学生的自尊心和自信心，对学生的社会技能发展也有重要作用，参与体育课后服务的学生在团队合作、领导力和冲突解决等方面的能力更强。因此，在课后体育服务的过程中，我们应主动学习借鉴国外优秀案例，积极主动探索“双减”下课后体育发展的道路。

[42] 孙勇. 日本中小学课外体育活动开展现状[J]. 体育教学, 2006, (03): 44.

[43] 俞皓天,汪晓赞,中美基础教育课外体育活动的比较研究[J].武汉体育学院学报,2019,53(04):71-74.DOI:10.15930/j.cnki.wtxb.2019.04.011.

[44]原青林.英国寄宿公学的课外活动[J].外国教育研究,2005(09):26-29.

第3章 研究对象与方法

3.1 研究对象

本研究以芜湖市小学体育服务为研究对象，选取了该市7个市辖区（包括县级市）的14所小学为调查对象。

表1 被调查的芜湖市小学的区域和名称

区域	学校	学校性质
镜湖区	育红小学	公办
	方村小学	公办
弋江区	利民路小学	公办
	鲁港小学	公办
鸠江区	北城实验学校	民办
	鸠兹小学	公办
湾沚区	东湖小学	公办
	南湖学校	公办
繁昌区	繁阳镇城关一小	公办
	恒杰双语学校	民办
南陵区	城东实验学校	公办
	开园外国语学校	民办
无为市	安徽华星学校	民办
	杏花泉中心小学城东分校	公办

3.2 研究方法

3.2.1 文献资料法

在中国知网对“双减”政策、课后服务、课后体育服务等关键词进行搜索查阅，通过知网查询“双减政策”相关文献8230篇，其中硕士论文905篇，查询“课后服务”相关期刊1124篇，硕士论文545篇，“双减政策课后服务”为关键词查阅相关期刊74篇，硕士论文85篇，并在教育部官方网站、安徽省政府、教育厅、芜湖市各政府官网等查阅课后体育服务政策，并与本研究相关的有效信息进行解读，为本论文的编写提供理论支撑。

3.2.2 问卷调查法

（1）问卷的设计

问卷基于本研究的内容和目标，借鉴了相关研究人员同类问卷的设计，在吸

纳了专家和指导教师的反馈之后,定制出了针对教师、家长以及学生的调查问卷。

(2) 问卷效度检验

为保证问卷的真实性和有效性,本研究诚邀了长期从事教育领域的六位专家(详见表2)针对教师、家长和学生的问卷设计进行了审查与评估。通过专家们的反馈,问卷得以进一步修订。根据专家们对问卷效度的评价(如表3所示),效度检验结果显示,专家们认为这些问卷满足了研究调查的标准(详见表4)。

表2 专家基本情况统计表(N=6)

职称	讲师	副教授	教授	合计
频数	0	4	2	6

表3 问卷效度评价专家一览表(N=6)

姓名	职务或职称	研究方向	工作单位
谢*	教授	全民健身与公共体育服务	****大学
王*	副教授	运动训练理论与实践	****大学
胡*	副教授	学校体育学	****大学
闫*	副教授	竞技能力评定与体质健康 监控	****大学
胡*	教授	运动训练理论与实践	****大学
张*	副教授	民族传统体育与运动健康 促进	****大学

表4 问卷效度检验表

	非常合理	合理	一般	不合理	非常不合理
家长问卷	2	3	1	0	0
百分比/%	33.33	50	16.67		
学生问卷	3	2	1	0	0
百分比/%	50	33.33	16.67		
家长问卷	2	3	1	0	0
百分比/%	33.33	50	16.67		

(3) 问卷信度检验

为确保问卷结果的有效性,采用重测法对问卷信度进行检验。在第一次问卷测试三周后,将20份教师问卷、70份学生问卷、55份家长问卷对同一批测试者进行第二次测试。利用SPSS统计软件来分析两次调查结果的相似性。根据表5可知,《教师问卷》、《学生问卷》、《家长问卷》的信度分别为0.812、0.833、0.833,表明三份问卷的调查结果信度较高。

表 5 问卷调查信度检验表

问卷类型	重测人数	间隔时间(天)	相关系数(R)
教师	20	21	0.812
学生	70	21	0.833
家长	55	21	0.833

(4) 问卷的发放与回收

问卷发放与回收的时间在 2023 年 6 月至 2023 年 12 月间,对育红小学、方村小学、利民路小学、鲁港小学、北城实验学校、鸠兹小学、东湖小学、南湖学校、繁昌区繁阳镇城关一小、恒杰双语学校、城东实验学校、开元外国语学校、安徽华星学校、无为市杏花泉中心小学城东分校进行了问卷的发放。其中家长问卷 261 份、学生问卷 438 份,教师问卷 53 份,具体发放与收回见表 6。

表 6 问卷的发放与回收情况表

问卷类型	问卷对象	发放数量	回收数量	有效问卷	无效问卷	有效率(%)
教师问卷	教师	53	53	53	0	100%
学生问卷	学生	438	438	431	7	98.4%
家长问卷	家长	261	261	256	5	98.08%

3.2.3 专家访谈法

本研究通过线上和线下的访谈方法,对学校分管体育的领导和相关体育部门的负责人进行了访谈,了解他们学校体育工作的开展情况以及他们对学校体育服务的支持情况。此外,本研究还与参与学校体育服务的教师进行了交流,了解他们学校有关体育服务在基础设施、组织流程以及执行状况方面的现状,并了解在实施过程中遇到的问题并给予的意见与建议,旨在为本研究提供实证支持。

表 7 专家访谈(N=14)

序号	姓名	职务	单位
1	常*	体育教师	育红小学
2	王*	体育教师	方村小学
3	王**	校长	利民路小学
4	吕*	体育负责人	鲁港小学
5	王**	校长	北城实验学校
6	周*	体育教师	鸠兹小学
7	宦*	校长	东湖小学
8	汪**	体育负责人	南湖学校
9	江*	体育教师	繁阳镇城关一小
10	杨**	校长	恒杰双语学校

续表 7 专家访谈 (N=14)

序号	姓名	职务	单位
11	吴**	校长	城东实验学校
12	詹**	体育负责人	开元外国语学校
13	奚**	校长	无为市实验小学城南校区
14	张*	体育教师	无为市杏花泉中心小学城东分校

3.2.4 数理统计法

本研究运用了 Excel 和 SPSS22.0 工具对收集到的问卷数据进行了详细的统计分析。依据研究需求,通过 SPSS22.0 执行了相关性分析,同时利用 Excel 创建了数据的图表和表格,对学校体育服务在基本保障、组织管理、执行落实、需求满足程度以及服务质量评价等方面进行了深入探讨。这些分析结果为本文提供了重要的数据支撑。

3.2.5 实地考察法

根据研究需要,对芜湖市 14 所小学进行实地考察,并记录“双减”政策后学校体育服务开展的真实情况,收集“双减”政策下芜湖市小学课后体育服务出现的问题与不足,并进行归纳整理,为本研究提供参考。

第4章 结果与分析

4.1 义务教育阶段小学体育服务

4.1.1 义务教育阶段小学体育服务的基本要求

2022 年国家教育部颁布《义务教育体育与健康课程标准》中提到义务教育阶段小学体育服务的基本要求主要围绕确保学生掌握基本的运动技能、树立正确的健康观念，以及鼓励学生积极参与体育活动。

具体要求如下：第一，在课程设置上，各中小学校应根据师资、设备条件及学校特色确定体育项目，供学生学习和选择。体育课后服务活动应包括基本体能练习及多种专项运动项目学练，并鼓励设置中华传统体育项目。第二，为确保学生参与度，要通过组织对抗赛、才艺展演等活动，充分发挥体育竞赛和艺术展演的激励作用，确保每个学生都有参与和展示才艺的机会。第三，保障学生参与体育锻炼时间，合理安排学生校内、校外体育活动时间，确保每天校内、校外各有 1 小时体育活动时间。全面落实大课间体育活动制度，每天统一安排 30 分钟的大课间体育活动。第四，提高体育教学质量，帮助学生掌握 1 至 2 项运动技能，并引导他们树立正确的健康观和养成健康生活方式。第五，加强家校密切合作，大力推广家庭体育锻炼活动，对家庭体育作业提供指导，并与家长保持沟通，共同促进学生的健康发展。第六，科学规划活动课程内容，结合体育文化讲座等活动传授科学锻炼和健康知识，培养体育精神和积淀体育文化。第七，完善评价体系，将学生参加体育项目活动的情况和取得的成绩记录到学生综合素质评价体系中，作为考核的一部分。

这些要求旨在通过多样化的体育活动和充分的活动时间，激发学生对体育的兴趣，培养他们的运动技能和健康习惯，同时注重与家庭教育的结合，共同促进学生的全面发展。

4.1.2 国家教育部双减政策的出台和具体要求

学生的教育问题一直受国家政府关注，作业作为学校教育的重要环节，起初的目的是为了在教学工作过程中促进学生学习效果的手段，但目前存在的学校作业繁重、效果不佳、功能异化，从而降低了学生的学习效率，增加了学生的学习负担。中共中央办公厅、国务院办公厅于 2021 年 7 月 24 日印发《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》^[45]要求切实提升校内、校外育人水平，有方式、有目的的减少义务教育阶段学生校内作业及校外培训的负担。

2021年11月1日，安徽省下发《中共安徽省委办公厅、安徽省人民政府办公厅关于印发〈安徽省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实施方案〉的通知》，安徽省正式文件的出台针对校内、外一系列问题作出明确的规定与要求。其中包括：禁止教师校补课，严格要求教师教学水平的同时，减轻了学生进行校外辅导的学习压力与经济负担；学科类校外培训收费纳入政府指导参与，一方面严格监管校外机构参差不齐的价格战的同时，也对市场经济的管控有了清晰的掌控，提高学生课后教育的同时，规范了课后培训机构的开展。

在国家、政府政策的指引下，明确了双减政策的目的，学习本就是一个竞争、拼搏的长久战，合理的压力反而能促进学生们快速发展，因此，在对于“减”要有清晰的认知，把足够的时间、精力、经济尽可能合理利用，减少学生教学阶段压力的同时，充分利用课后服务满足学生的多元化需要，促进学生多元化发展。

4.1.3 芜湖市双减政策具体内容与要求

为落实国家“双减”政策，进一步减轻中小学生课业负担，督促学校规范办学，促进学生身心健康成长。自2022年2月起，芜湖市教育局为推进“双减”政策的落实制定了“芜湖市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实施方案”。

分别从五个方面进行重点实施。一，全面减少作业布置数量，提高作业设计品质。其中包括：减少作业数量、注重作业效能、加强校内作业指导、创新作业考核管理办法。二，提高学校课后服务水平，满足学生多样化需求。其中包括：拓宽课后服务覆盖广度与深度、健全完善课后服务管理制度、提高课后服务满意度、整合各方资源为课后服务高质量发展提供保障。三，提高教育教学质量，确保学生在校内学足学好。其中包括：推进义务教育优质均衡发展、提高课堂教学质量、规范课程教学管理、严禁教师有偿补课、深化质量评价改革。四，从严审批校外培训机构，规范校外培训机构资质准入。其中包括：严格审批学科类校外培训机构、落实学科类校外培训机构营改非、分类审批非学科类校外培训机构。

[45] 周浩.“双减”政策下铜陵市小学课后体育服务开展现状及对策研究[D].南京体育学院,2022.DOI:10.27247/d.cnki.gnjtc.2022.000024.

五, 严格规范校外培训机构行为, 减轻学生校外培训负担。其中包括: 规范培训内容、规范培训行为、强化培训收费管理、强化培训广告管控、强化日常监管、规范信息公示^[46]。

芜湖市教育局通过五个维度对“双减”政策的具体实施作出了明确的指引, 合理安排课前课后的方向、加强的课上课下的规范与准则, 确保“双减”政策的有效且安全的实施, 努力实现学生全覆盖。

2023年7月20日教育部部务会议审议对《校外培训行政处罚暂行办法》审核通过, 自2023年10月15日起实施, 在实施的过程中, 明确了校外培训行政处罚的种类与要求, 在相关执法部门的监管下, 根据违反相应规定行为给予相关的惩罚。《校外培训行政处罚暂行办法》的出台, 将芜湖市中小学课后服务推上了新的高度、落实了“双减”政策对于中小学生学习发展的重要性。

4.2 “双减”下芜湖市小学体育服务基本情况调查

4.2.1 体育课开展情况

体育课程是学校体育服务发展的中流砥柱, 是学校体育服务发展最重要的部分, 也是教师传授体育知识技能进行体育教学活动的主要途径之一。2020年10月国务院办公厅印发《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》。其中再次明确强调: 不断深化教学改革, 开足开好体育课堂。严格按照国家学校体育刚性要求开设体育课程, 不局限于传统课程教学领域, 打破传统教学观念增加体育课时, 创新教学方法丰富课堂内容。

4.2.1.1 体育课程内容调查研究分析

(一) 体育课程开设情况

表8 学校每周体育课开设情况调查 (N=14)

每周体育课节数	1-2 年级		3-6 年级	
	N	%	N	%
1 节课	0	0	0	0
2 节课	0	0	3	22
3 节课	3	22	10	71
4 节课	10	71	1	7
5 节课	1	7	0	0

[46] 周浩.“双减”政策下铜陵市小学课后体育服务开展现状及对策研究[D].南京体育学院,2022.DOI:10.27247/d.cnki.gnjtc.2022.000024.

2021年教育部办公厅关于印发《〈体育与健康〉教学改革指导纲要（试行）》的通知，要求学校1-2年级每周开设不少于4节体育课，3-6年级原则上每周开设不少于3个体育课时，使体育课不再是“边缘性”学科，提出坚持以学生身心健康为第一位的教育理念^[47]。根据表8可知，调查小学中有3所小学1-2年级每周开设3节体育课，有10所小学每周开设4节体育课，有1所小学每周开设5节体育课；有3所小学3-6年级每周开设2节体育课，10所小学每周开设3节；有1所小学3-6年级每周开设4节体育课。在对调查数据分析后发现，有3所学校没有达到国家规定课程标准。

（二）教学内容开设情况

根据国家教育部颁布《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》的要求体育课程内容不仅包含基本运动技能、体能、健康教育、专项运动技能、跨学科主题学习^[48]。

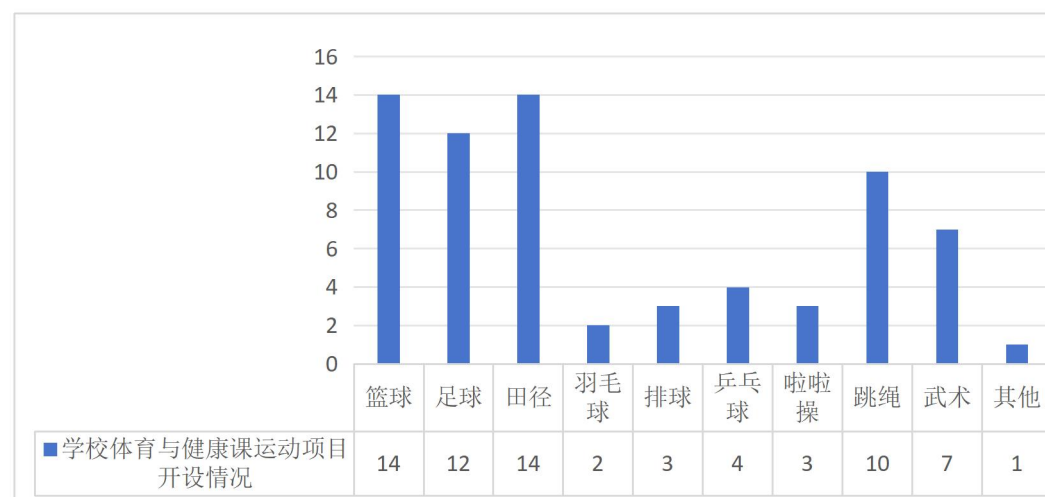


图1 学校体育课项目开设情况（N=14）

[47]教育部办公厅关于印发《〈体育与健康〉教学改革指导纲要（试行）》的通知 - 中华人民共和国教育部政府门户网站 (moe.gov.cn)

[48] 王嘉瞳.“双减”政策背景下太原市中小学体育教育现状与发展路径研究[D].天津体育学院,2023.DOI:10.27364/d.cnki.gttyy.2023.000190.

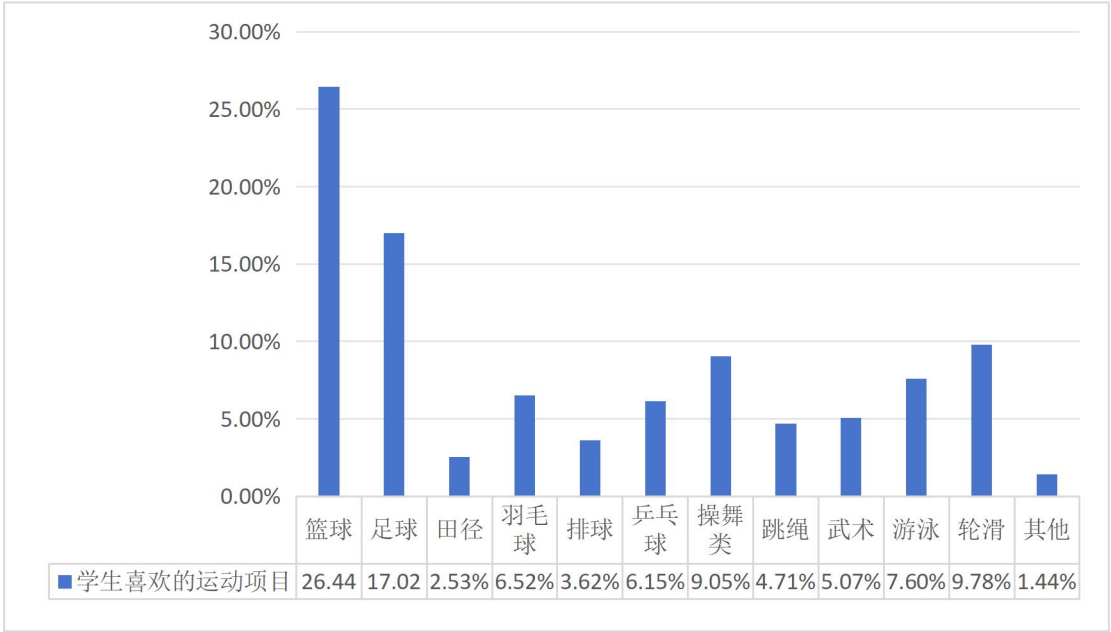


图 2 学生喜欢的运动项目情况柱状图（N=431）

根据图 1 数据显示说明，学校开展最多的运动项目是篮球与田径达到 100%，其次是足球、跳绳、武术和乒乓球，其分别占比 86%、71%、50%和 29%，排球、羽毛球、体操等运动项目开设的较少。从以上数据可以看出，大部分学校在教学内容的选择上以传统的运动项目为主，例如，篮球、足球、田径等；然而在对学生喜爱的运动项目调查（图 2）显示，学生则更偏向于新兴的体育类项目，例如，操舞类、轮滑、游泳等。但这些项目往往由于学校场地及安全等因素限制，并没有被学校所开设，严重影响学生对体育运动的兴趣，不利于学生对体育技能的学习与掌握，也在一定程度上影响教学任务的完成质量。

（三）体育课教学内容选择依据

表 9 体育与健康课程内容选择依据情况 (N=53)

内容选择依据	学校场地器材	教师专项特长	学生身心特点	学生运动兴趣	教师改编自创	学校内容安排
N	51	49	33	17	5	26
百分比	96.22%	92.45%	62.26%	32.07%	9.4%	49.05%

由表 9 可知，在对一线体育教师关于体育课程教学内容选择调查中发现，96%的教师在选择教学内容时会优先考虑学校场地器材的影响，其次 92%的教师会根据自身专项特长选择课程教学内容，再次 62%的教师会根据不同阶段小学生身心特点选择课程内容，最后只有 32%和 9%的教师在选择教学内容时会注重学生运动兴趣以及教师改编自创内容。因此，学校体育课程的选择主要基于教师的专项

优势和现有的体育设施资源。同时，数据表明体育教师在课程内容的调整和创新上存在不足，需要提升他们开发体育课程资源的能力，加强对教材的本土化改编和研究。

4.2.1.2 体育课程教学方法应用分析

体育教学方法在教学过程中扮演着重要角色，不同年龄、不同阶段的学生适用的教学方法也有所不同，恰当而有效的教学手段不仅能够激发学生的学习热情，让他们更迅速、更深刻地理解课堂知识，同时也能帮助教师节省授课时间，并增加学生的实践机会，从而实现高效的教学成果。

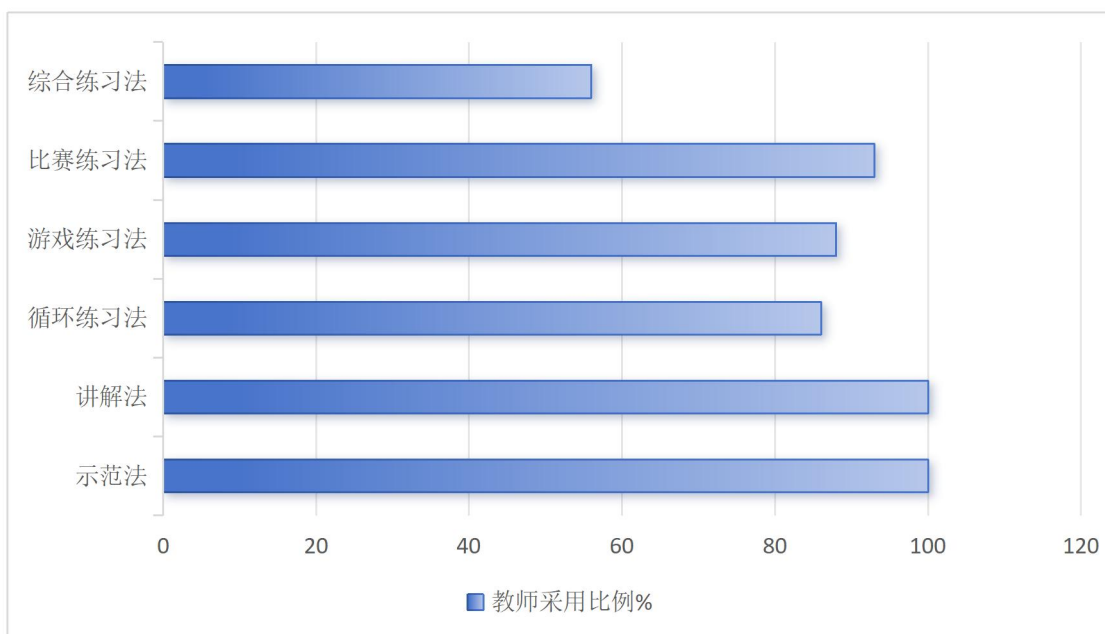


图3 教师采用的各类教学方法统计图 (N=53)

如图3所示，在芜湖市小学体育课上，讲解法和示范法被所有教师采用，93%的教师使用比赛练习法，88%的教师和86%教师分别采用游戏和循环练习法，而只有56%的教师使用综合练习法。这反映了大多数教师依赖传统教学方式，忽略了学生个体差异，方法单一，导致学生被动学习。建议学校加强教师培训，鼓励教学方法创新和多样化。

4.2.2 早操及大课间开展情况

4.2.2.1 早操开展情况

小学的课外体育项目通常指的是学校在学生放学后提供的以提升运动技能、增强体能、培养对运动的热爱以及丰富校园生活为目的的各类体育练习和活动。

这些活动范围涵盖晨练、课间操、体育俱乐部活动及校内体育比赛等。课外体育是学校体育教育中不可或缺的一部分,通过不断扩充课外活动的内容和建立一个完善的服务体系,对促进学校体育服务的整体发展至关重要。有效的课外体育活动不仅有助于学生放松学业紧张的心情,还促进其全面健康成长。同时,对学生个性心理的培养也有正面作用,它们能有效减轻压力和负面情绪,如焦虑与失落,激发竞争精神,增强团队合作意识,进而提高运动热情和积极性。

表 10 芜湖市小学早课间开展情况调查表 (N=14)

早课间开展情况	是	否
N	14	0
占比	100%	0

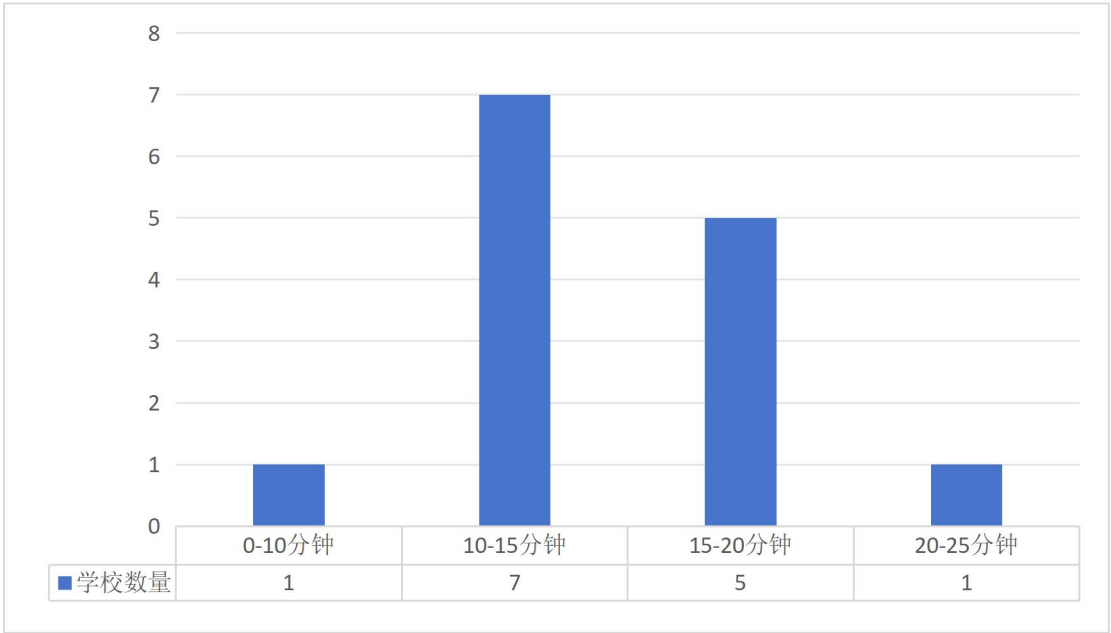


图 4 芜湖市小学早操时长调查

表 11 芜湖市小学早操组织形式调查表

组织形式	学校统一安排	自由活动	两者都有
N	9	2	3
占比	64.28%	14.28%	21.42%

根据对芜湖市 14 所小学调查结果显示所有小学皆开设早操活动,但在早操时长安排与组织形式上略显差异,其中 7 所小学时长安排在 10-15 分钟,5 所小学早操时长为 15-20 分钟,另外时长 0-10 分钟和 20-25 分钟的小学各 1 所。在组织形式上主要以学校统一安排为主共有 7 所小学占比 64.28%,安排学生自由活

动的小学有 2 所占比 14.28%，两种组织形式都具备的小学为 3 所占比 21.42%。从上述数据可以看出早操时长主要集中在 10-15 分钟和 15-20 分钟，大部分学校早操时长安排比较合理，但仍有 1 所学校早操时长安排较短，存在学生锻炼时间太短身体活动不充分等问题。结合在对学校教师的访谈中发现，在组织形式大部分学校采用统一安排的组织形式，而内容也多以广播体操、眼保健操为主，有 2 所小学选择早操时间让学生自由活动，教师并不会布置活动任务导致学生自由散漫、锻炼程度参差不齐等问题，只有 3 所小学采用了两种组织形式相结合的方法，整体看芜湖市小学早课间组织形式过于单一。

4.2.2.2 大课间情况调查

表 12 芜湖市小学早课间开展情况调查表 (N=14)

大课间开展情况	是	否
N	14	0
占比	100%	0

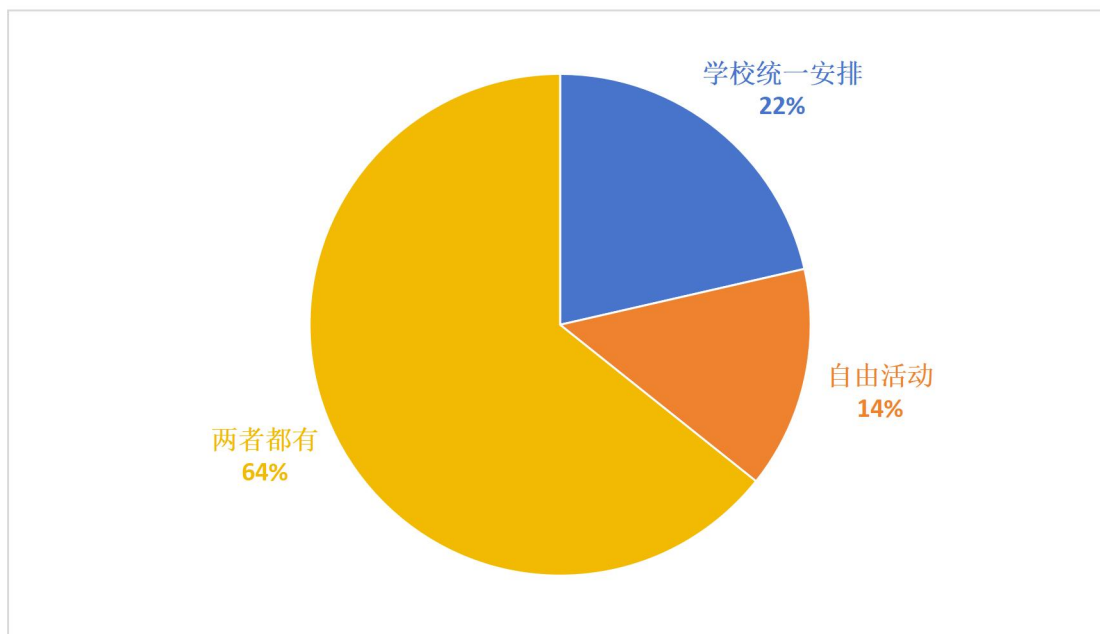


图 5 芜湖市小学大课间组织形式调查表

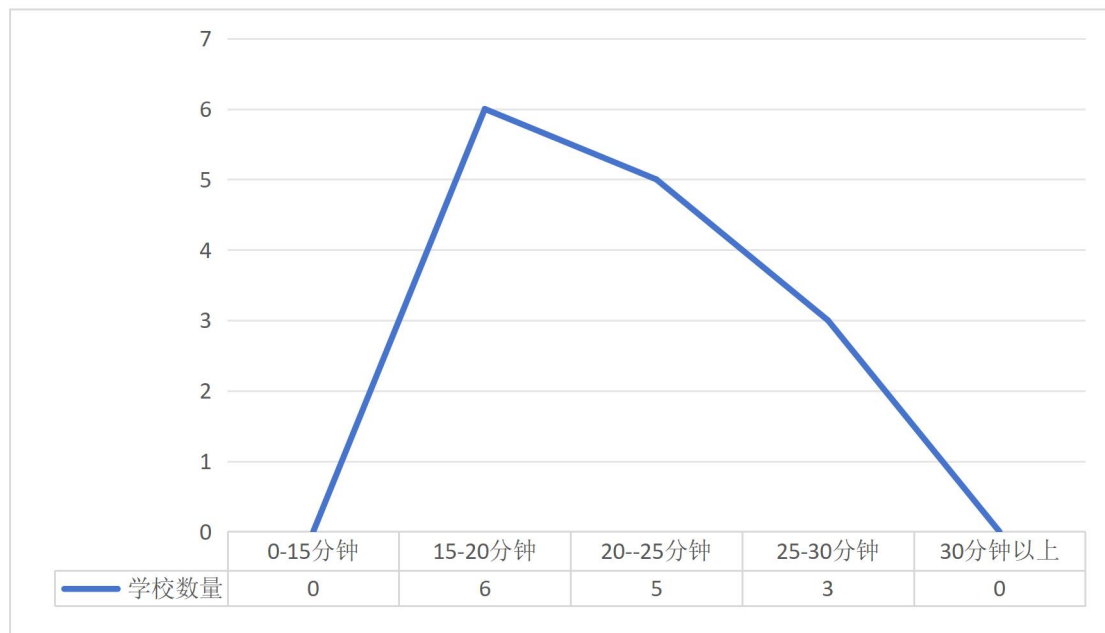


图6 芜湖市小学大课间时长调查 (N=14)

结合表 12、图 5 和图 6 调查数据显示 14 所小学开展大课间体育活动率达到 100%，在选择组织形式上 64% 的小学选择学校统一安排和学生自由活动相结合，22% 的小学选择学校统一安排，14% 的小学选择让学生自由活动。开展大课间体育活动时长在 30 分钟以上的小学共 0 所，时长在 25-30 分钟的小学有 3 所，时长为 20-25 分钟的小学有 5 所，6 所小学大课间体育活动时长为 15-20 分钟。根据 2021 年，教育部印发《关于进一步加强中小学体质健康管理工作的通知》中，明确要求小学每日大课间时长在 30 分钟最佳，不得以任何理由占用或削减大课间时长，并组织学生开展有一定强度的体育活动。据上述数据显示绝大多数学校在时间安排上达到了国家要求，并且在调研过程了解，部分学校仍存在下午大课间体育活动偶尔被占用的情况，使学生锻炼质量得不到应有的保障。

4.2.3 课后体育服务开展情况

4.2.3.1 关于“双减”政策的认知度及支持度调查

(一) 校领导对“双减”政策了解度调查

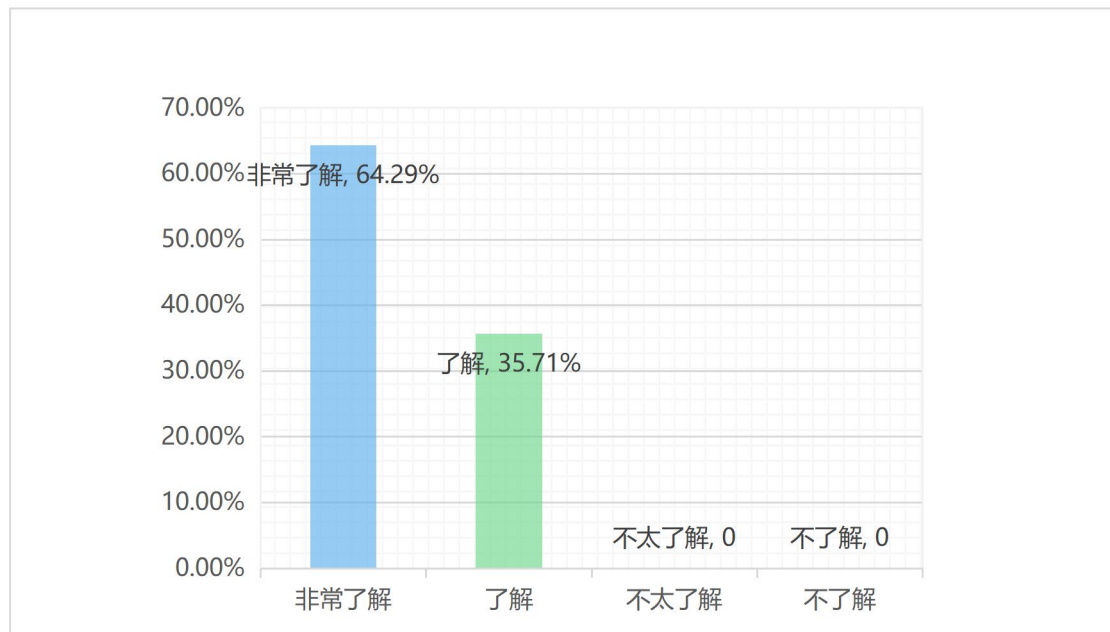


图 7 校领导对双减政策了解程度

根据图 7 可知，再对关于双减政策校领导的了解程度中，有 9 位校领导持非常了解占比 64%；其中持了解态度的校领导占 29%；没有校领导表示对双减政策不太了解和不了解，说明自国家教育部颁布双减政策后，芜湖市教育局对双减政策的大力宣传与积极落实，双减政策也得到了校领导的重视。

表 13 校领导对双减支持度调查

领导对“双减”态度	支持	不支持
N	14	0
百分比	100%	0

在对校领导的访谈中，14 位校领导全部表示出对双减政策的大力支持。校领导 M 说“双减政策的实施不仅可以对学生学业上的减负，另外可以使学生多一些活动时间培养兴趣爱好和锻炼身体，其次体育的功能是不可替代的，学生的身心健康是一切的基础，促进学生的全面发展才是我们的目标。”

（二）教师对“双减”政策了解程度调查

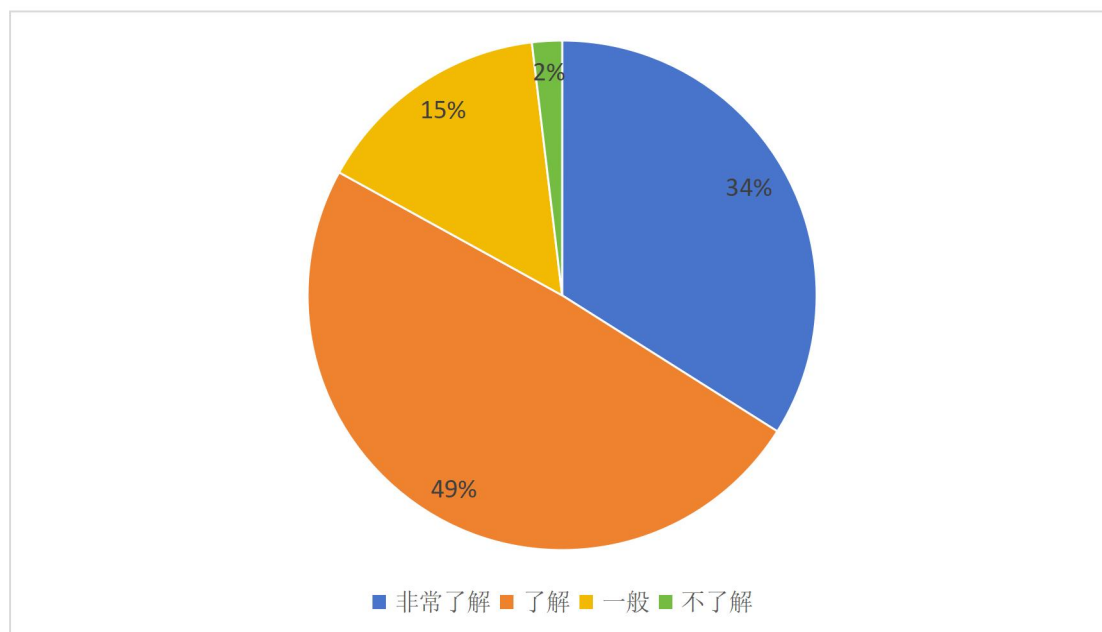


图 8 教师对“双减”政策了解程度 (N=53)

对教师调查中有 18 人表示对“双减”政策非常了解，占比 34%，表示了解的有 26 位，占比 49%，表示一般的教师有 8 位，占比 15%，有 1 位教师表示对“双减”政策不了解。有接近百分之五十的教师对“双减”有一定的了解，表示非常了解的教师数量较少，仍有教师对“双减”政策了解不多，说明学校在贯彻落实的“双减”政策时对教师培训学习的力度不足。

表 14 教师支持度统计表 (N=53)

态度	支持	比较支持	不太支持	不支持
人数	7	10	21	15
百分比	13.21%	18.87%	39.62%	28.3%

调查结果表明，在对于“双减”政策的态度上，有 7 名教师表示支持，10 名教师较为支持，而不太支持的教师达到 21 名，明确不支持的有 15 名。总体上，持反对意见的教师数量超过了持赞成意见的教师。

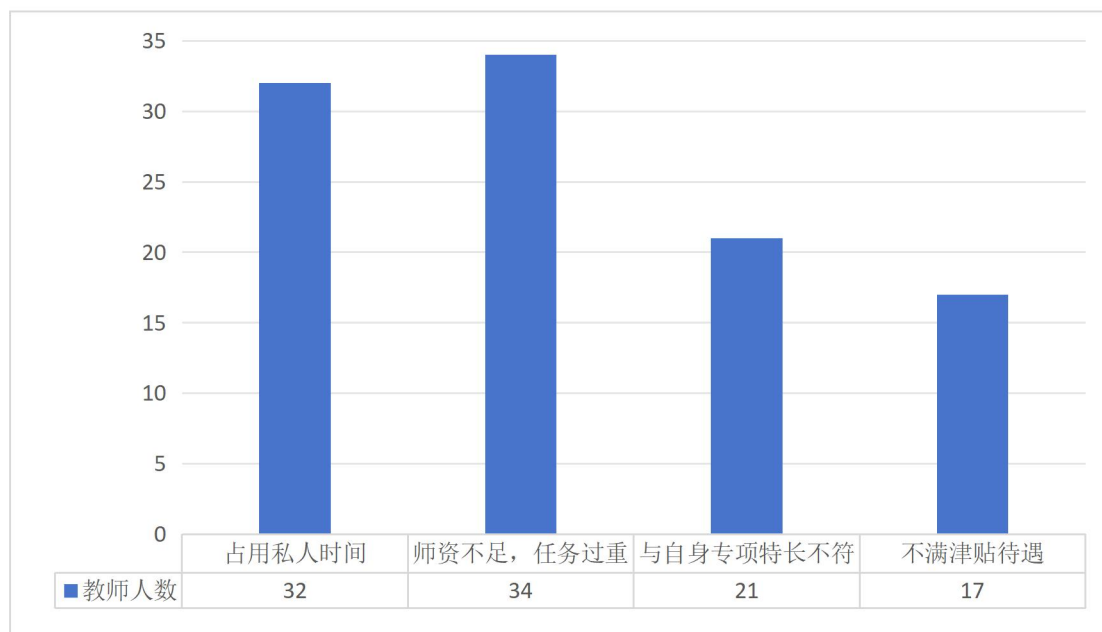


图 9 教师持“不支持”态度的原因（N=36）

如图 9 所示，对于教师持不支持态度进行调查，其原因主要为：占用私人时间及师资不足，任务过重。说明在“双减”实施后，课后体育服务虽然得到重视，但是教师的工总量增加，师资力量不足，导致教师负担过重不愿积极主动的参与到课后体育服务中。

（三）“双减”后第三方介入课后体育延时服务情况调查

表 15 “双减”后课后延时体育服务中第三方介入情况（N=14）

介入现状	学校数量（N=14）	百分比%
是	11	78.57%
否	3	21.43%

如表 15 所示，在芜湖市“双减”后课后延时体育服务中第三方介入情况显示有 78.57% 的学校被第三方介入，而有 21.43% 的学校没有被第三方介入。调查表明，一些体育教师不支持课后体育服务，且教师短缺问题日益严重。在人手不足的情况下，难以保证课后服务的高质量，显示了第三方参与提供该服务的重要性。

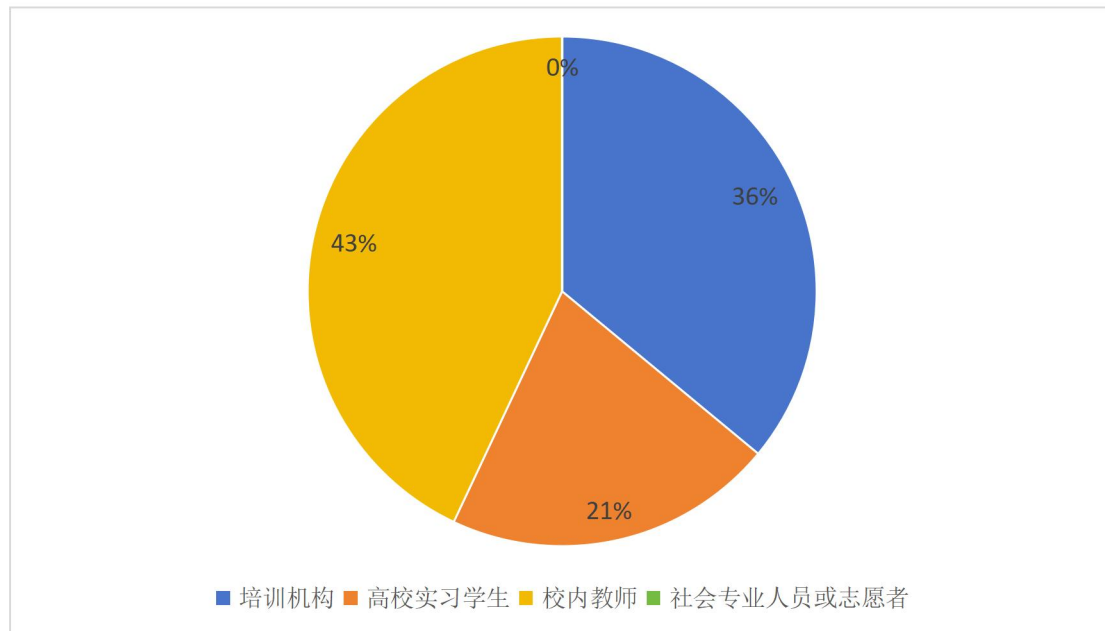


图 10 课后体育服务第三方参与者情况

根据调查数据显示，参与课后体育服务教学任务主要由校内教师承担占比 43%，其次是第三方培训机构教师占比 36%，再次是高校实习学生占比 21%，无社会专业人员和志愿者参与其中。由数据显示，教师是课后体育服务的主力军，但繁重的课程、有限的精力都将影响学生的综合发展。因此，在政府主导下引入第三方培训机构，参与课后体育服务是必要的。不仅可以有效缓解师资不足、校内教师教学压力等问题，同时可根据课后体育服务内容需要选择专项符合的教练员，满足学生运动需求的同时可兼顾服务质量。

（四）家长对“双减”政策下课后体育服务认知调查

表 16 家长对“双减”政策了解程度统计表（N=256）

家长认知度	了解	不是很了解	不了解
N	143	71	42
百分比%	55.86%	27.73%	16.41%

在对家长关于“双减”政策了解程度的调查中，有 143 位家长表示了解，有 71 位家长表示不是很了解，有 42 位家长表示不了解。在访谈中，家长关于“双减”相关政策的了解主要通过学生口述以及教师在家长会上的阐述，还有部分家长缺乏对“双减”政策的认知，容易缺乏家长配合不利于课后体育服务发展。

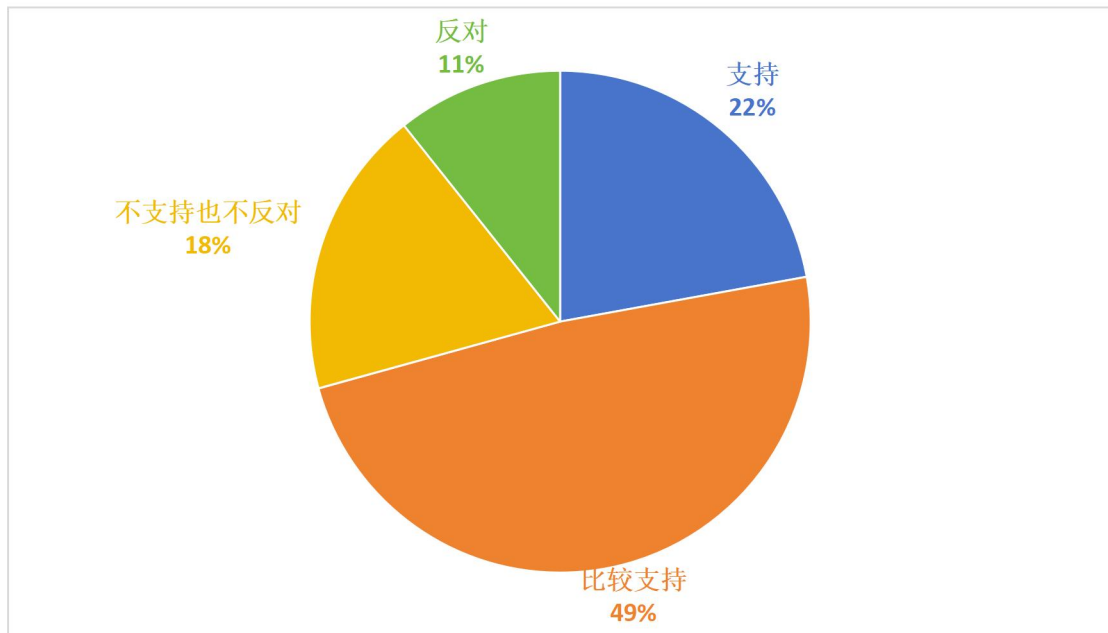


图 11 家长支持度统计表 (N=256)

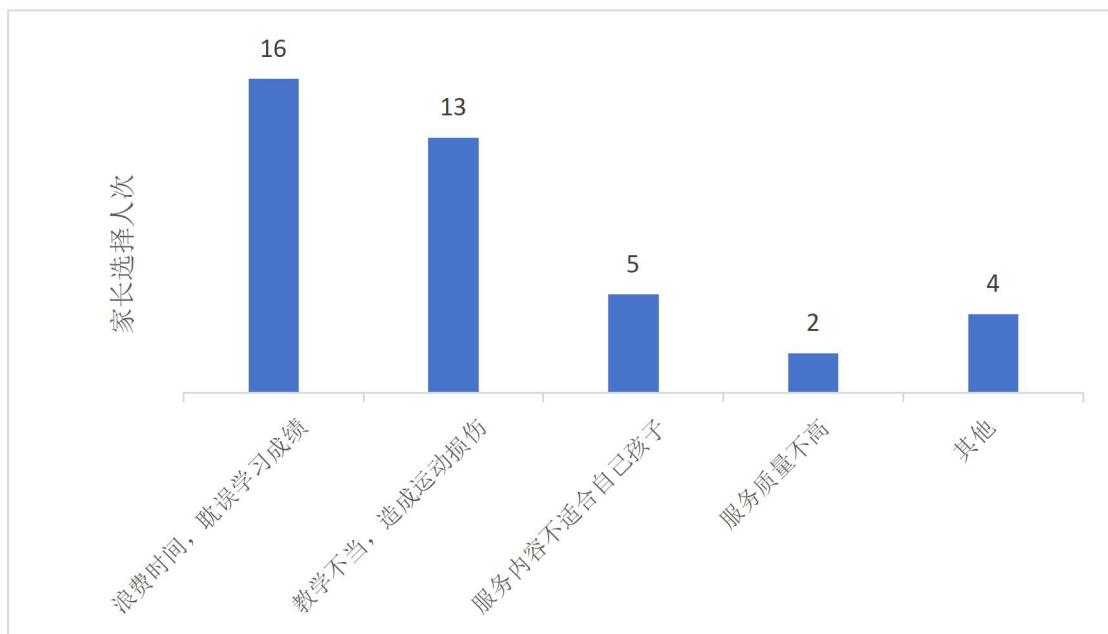


图 12 家长不支持孩子参与课后体育服务原因(N=28)

据图 11 的调查数据, 22%的家长对学生参加课后体育服务表示支持, 49%的家长倾向于支持, 而 18%的家长对此持中立态度, 既不支持也不反对, 还有 11%的家长对此持反对立场。根据数据分析结合和家长的谈话中, 大部分家长是非常支持学生多参与体育活动, 对学生身体健康状况也非常重视。根据图 12 数据显示, 小部分家长不支持的主要原因在于觉得浪费时间, 耽误学习成绩和担心

教学不当造成运动损伤，除此之外，也会有不满意服务内容、担心服务质量等原因。

（五）学生关于“双减”态度调查

表 17 学生课后体育服务参与的意愿度（N=431）

态度	非常喜欢	喜欢	一般	不喜欢
人数	324	92	15	0
百分比	75.17%	21.35%	3.48%	0

通过表 17 可以清晰的看出，对于学校开展课后体育服务绝大多数学生表示出非常喜欢，没有学生表示表示不喜欢参加课后体育服务。说明学生对于课后体育服务抱有极大的期待，也持有较强的积极性，有助于开展高质量的课后体育服务。

4.2.3.2 “双减”下课后体育服务组织现状及内容

（一）课后体育服务的组织形式

课后体育服务质量的高低与其组织形式具有较大的相关性。通过调查芜湖市十四所小学课后体育服务的组织形式及实施过程，选择适合的课后体育服务组织形式不仅可以提高教学效率和教学质量，还可以充分调动学生学习兴趣。

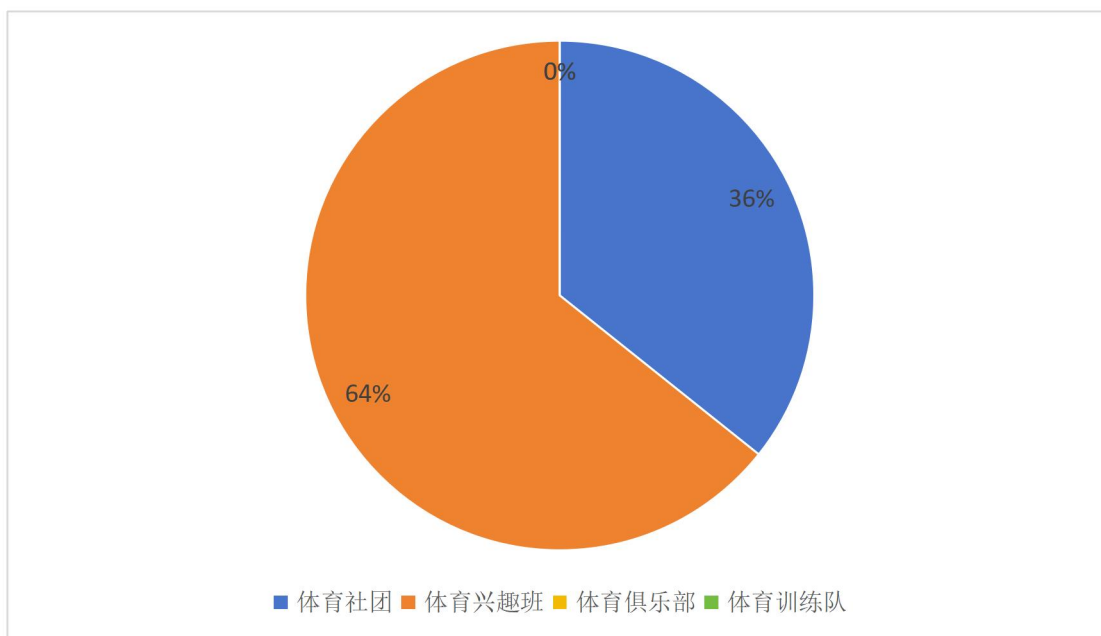


图 13 芜湖市小学课后体育服务组织形式（N=14）

由上图可知，在对十四所学校进行调查中，体育兴趣班的组织形式占比 64%，其次是以体育社团的形式，占比 36%，而体育俱乐部和体育训练队的占比为 0%。

通过访谈中发现,校领导对体育社团及体育兴趣班概念模糊,并表示以体育兴趣班形式开展,但在课表中却写着体育社团,此外“双减”前后组织形式并无特别改动,由此可见部分学校的组织形式还有待于完善。

(二) 课后体育服务的组织教学方式

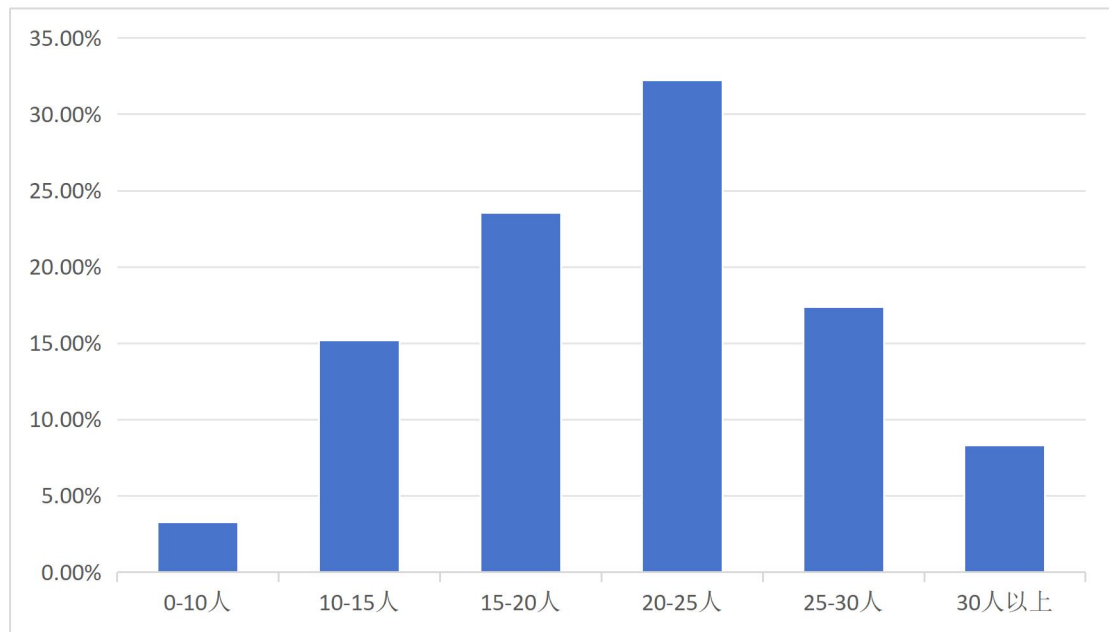


图 14 每次课后体育服务参与人数 (N=431)

根据图 14 数据可知,每次课后体育服务参与人数 10 人以下占比 3.26%, 10-15 人占比 15.22%, 15-20 人占比 23.55%, 20-25 人占比 32.25%, 25-30 人占比 17.39%, 而 30 人以上占比 8.33%。根据以上数据可知,每次课后体育服务学生数量主要集中在 15-25 人之间。通过实地调查,参与同一节课后体育服务的学生来自不同年级,不同班级,忽视了学生个体身心发展的阶段性,不同年龄阶段都有不同特点,由于学生处于不同阶段难以确保课后体育服务质量,无形中也给教师指导的过程加大了难度,不仅如此,在调查中发现部分教师身兼数职承担多个运动服务项目。由上可知,教师资源的短缺、师生比例失衡以及教师工作量过大的问题都将难以提高课后体育服务的质量与成效。

(三) 课后体育服务内容调查

表 18 学生参与的课后体育服务项目 (N=431)

变量	选项	人数	比例
	篮球	131	30.39%

参加的体育项目	足球	87	20.19%
	排球	0	0
	乒乓球	37	8.58%
	羽毛球	19	4.41%
	网球	0	0
	啦啦操	81	18.79%
	拉丁舞	56	12.99%
	武术	14	3.26%
	学校特色项目	6	1.39%

学生群体是课后体育服务的核心参与者，通过分析他们参与的体育项目，我们可以对课后体育的实施现状有一个清晰的认识。在参与调查的学生中，有 131 人选择篮球占比 30.39%，87 人选择足球占比 20.19%，37 人选择乒乓球占比 8.58%，19 人选择羽毛球占比 4.41%，81 人选择啦啦操占比 18.79%，56 人选择拉丁舞占比 12.99%，14 人选择武术占比 3.26%，6 人选择了学校其他特色项目占比 1.39%。参与篮球、足球、啦啦操和拉丁舞课后体育服务的人数较多。其中参与人数最多的两个项目是篮球和足球，追其原因是因为在国家政策支持下教师对篮球与足球更加重视，其次篮球与足球项目更受男同学们的喜爱，因此参与篮球与足球项目的多以男学生为主。其次受欢迎的项目是啦啦操与拉丁舞，操舞类项目更偏向女同学，所以参与此类项目的学生多以女生为主。学校在开设课后体育服务项目时应充分考虑到学生身心发展特点以及兴趣爱好，开广服务项目使学生有更多可选性，帮助学生掌握更多运动技能从而促进学生全面健康发展。

（四）课后体育服务开展时长和频率调查

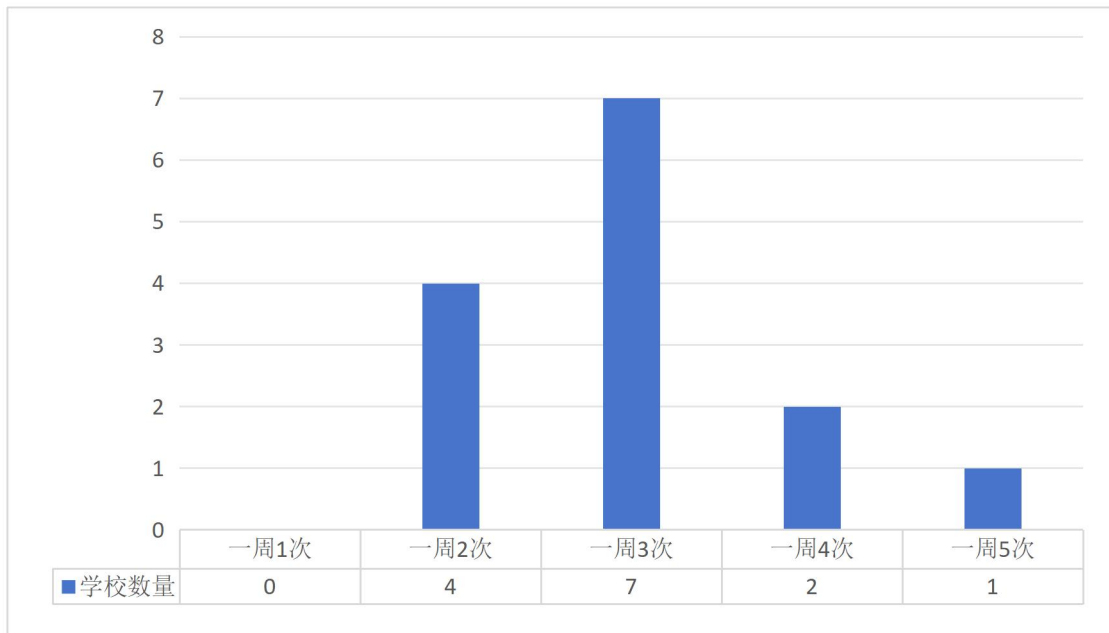


图 15 芜湖市小学课后体育服务时间安排 (N=14)

如图 15 所示，50%的学校每周提供 3 次课后体育服务，28.57%提供 2 次，14.29%提供 4 次，而 7.14%的学校提供 5 次。校领导访谈显示，随着“双减”政策实施，课后体育服务频次有所增加。根据以上数据统计，芜湖市超过 70%小学每周开展 3 次以上课后体育服务，虽然没有完全达到理想水平，但学生每周的基础运动量得到了保障。

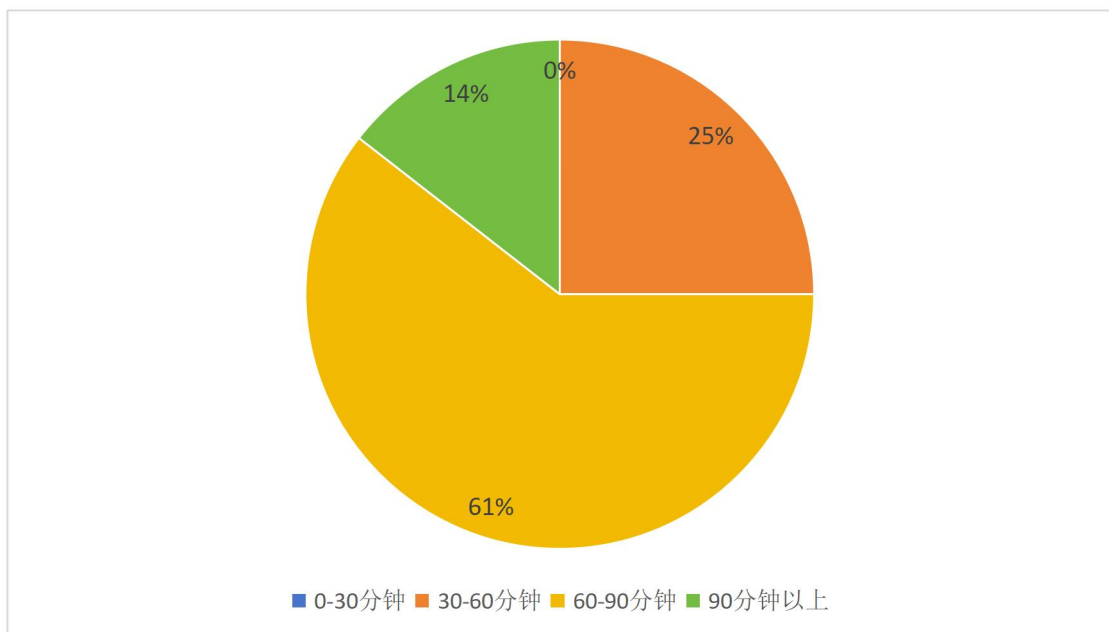


图 16 芜湖市小学课后体育服务时长(N=431)

学生在小学阶段身心发展具有较强的好奇心和积极性、自我意识高涨、注意水平有限、情绪不稳定等特点。所以在开展课后体育服务时间安排上显得尤为重要，如果开展时间过短，导致运动量较小难以满足学生的运动需求以及练习频次不足无法掌握运动技能；如果开展服务的时间过长，由于小学生自控能力较差会出现注意力不集中、运动疲劳等问题，会直接影响学生参与课后体育服务的体验感以及课后体育服务的开展效果。所以合理的安排课后体育服务时长是每所学校不可忽视的问题。如图 16 可知，没有学生参与课后体育服务时间在 30 分钟以下，参与课后体育服务时长 30-60 分钟的学生占比 25%，参与时长 60-90 分钟比例最大，占比 61%，90 分钟以上的占比 14%，在访谈中校领导表示在“双减”政策实施后，开展课后体育服务时长有了明显增加。根据调查可知，芜湖市小学课后体育服务时长安排主要集中在 60-90 分钟之间，时长安排比较合理不仅符合小学生阶段锻炼特点，同时兼顾课后体育服务开展质量与效果。

4.2.3.3 “双减”实施后体育竞赛情况调查

表 19 “双减”后各校每年举办校级体育竞赛次数现状（N=14）

举办次数	学校数量（N=14）	百分比%
1 次	10	71.43%
2 次	3	21.43%
3 次及以上	1	7.14%

在此次调研中，每年举办 1 次校级体育竞赛的学校数量最多共 10 所，举办 2 次校级体育竞赛的学校有 3 所，而每年举办 3 次及以上校级体育竞赛的学校仅 1 所小学。在访谈中，有 90%的教师表示“双减”政策前后学校举办校级体育竞赛的次数并没有增加。

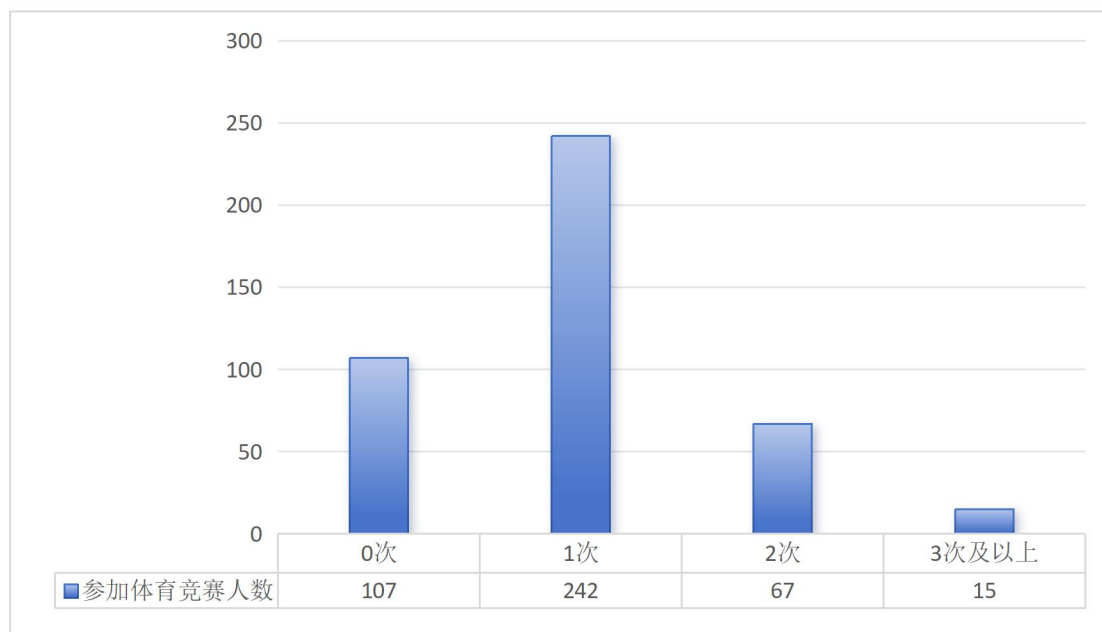


图 17 学生每年参加体育竞赛次数调查 (N=431)

学生是参加学校体育竞赛的主体, 进行问卷调查以了解学生的参与情况, 图 17 结果显示: 所调研的 431 名学生中仅仅有 3.48 % 的学生每年参与校级体育竞赛的次数在 3 次及以上, 参与 2 次体育竞赛的学生占比 15.55%, 每年参与 1 次校级体育竞赛的学生占比 56.15%, 仍有 24.82% 的学生没有参与校级体育竞赛。调查还揭示了一个现象: 在实际参与这些体育比赛的过程中, 仍有大约三分之一的学生没有机会实际上场参赛, 这表明并未实现全面参与和普遍上场的理念。一个显著的问题是, 学生的实际比赛参与率偏低。如果能够鼓励更多的学生直接参与到体育竞赛中, 不仅有助于提升教学的互动性和热情, 还能帮助学生发现适合自己的运动项目, 从而激发和培养他们对体育运动的兴趣。

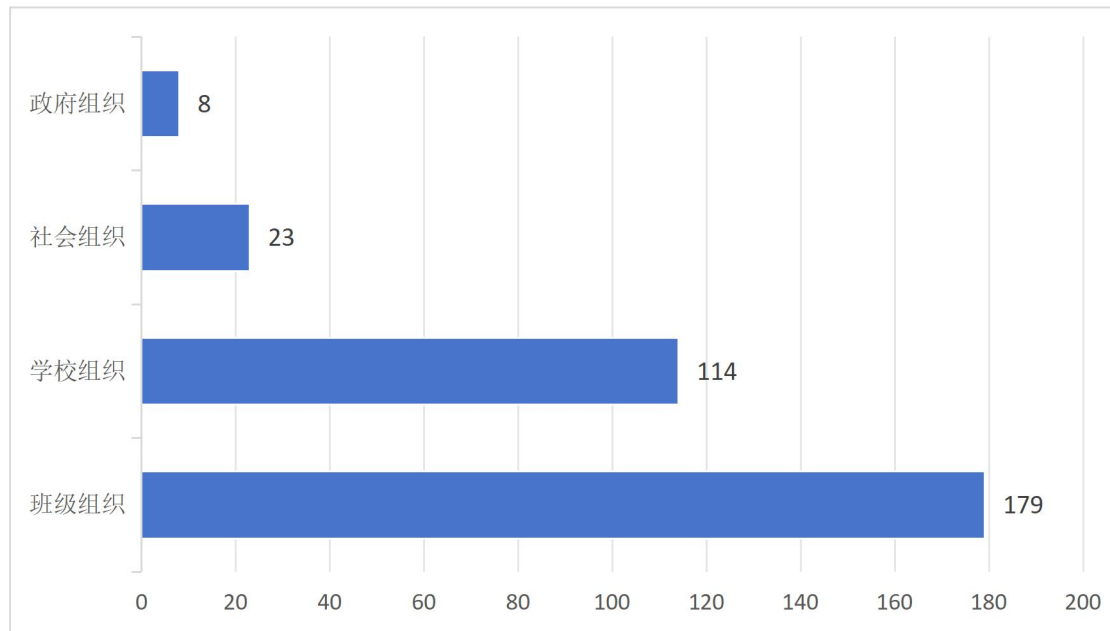


图 18 学生参加体育竞赛途径 (N=324)

根据对学生参加体育竞赛的调查显示: 学生通过班级组织竞赛的学生有 179 人占比 55.25%, 通过学校组织参与体育竞赛的学生有 114 人占比 35.19%, 然而通过社会和政府组织参与体育竞赛的学生分别为 23 人和 8 人, 占比 7.1% 和 2.46%。学生参与体育竞赛的方式比较单一, 大部分学生参与体育竞赛的途径主要源于班级组织, 班级组织的体育竞赛一般规模较小, 运动项目较少, 规则性较弱, 不利于激发学生在体育竞赛中的竞技精神。

4.3 “双减”下芜湖市小学体育服务保障调查研究

4.3.1 芜湖市小学硬件设施情况调查

(一) 学校体育场地基础设施情况

学校是实施体育教学活动的主要阵地, 学校体育服务的发展不仅需要提高学校软实力, 还要强化硬实力加大学校场地基础设施建设。完善的运动场地与器械为开展体育服务提供了物质条件。在教学过程中对体育场地设施合理规划安排, 可以使教学结果达到出其不意的效果, 让学校体育服务得开展更加有效、生动。

表 20 芜湖市小学体育场地调查表 (N=14)

运动场地	数量	百分比
------	----	-----

篮球场	14	100%
足球场	11	78.57%
田径场	14	100%
乒乓球场	5	35.71%
羽毛球场	2	14.29%
室内体育场	5	35.71%
排球场	3	21.29%
游泳馆	1	7.14%
舞蹈室	3	35.71%
其他	2	14.29%

通过实地调查，芜湖市小学基础设施种类比较丰富，其中篮球场和田径场占比都达到了 100%，足球场占比 78.57%，乒乓球场占比 35.71%，羽毛球场地占比 14.29%，室内体育馆占比 35.71%，排球场占比 21.29%，有些学校还拥有游泳馆、舞蹈室、击剑室和跆拳道室等。通过对各校领导及一线体育教师访问中可知“双减”前后学校场地和基础设施并没有明显变化。很多学校的场地设施并没有达到标准，主要受地域差异、政策因素出现资源分布不均匀，市区学校的场地设施明显比乡镇学校的场地设施更加完善，种类更加丰富。

（二）教师对学校场地器材是否满足体育教学活动调查

表 21 教师对学校场地器材满意度调查（N=53）

选项	数量	占比
完全满足	6	11.32%
基本满足	10	18.87%
一般	23	43.4%
不满足	14	26.41%

由表 21 可知，教师认为学校体育服务场地和器材完全满足的占比 11.32%，认为基本满足和一般的占 18.87%和 43.4%，认为不满足的占 26.41%，在对参与体育服务教师访谈中表示，许多场地器材出现不标准、年久失修等问题，运动场地空间狭小，严重影响体育服务开展效果。在进行教师访谈时，一位教师表示：“场地非常不满意，不仅场地数量不足且羽毛球场地没有羽毛球网，学生练习质

量及频率严重受限”。在实地调查中发现部分学校在同一片运动场地开展多个运动项目，很多没有室内体育馆学校，受天气影响经常在班级上体育课，这说明芜湖市小学大部分存在场地设施不标准、使用不规范的现象，不利于开展高质量学校体育服务。

（三）教师对学校每年用于体育服务经费的态度

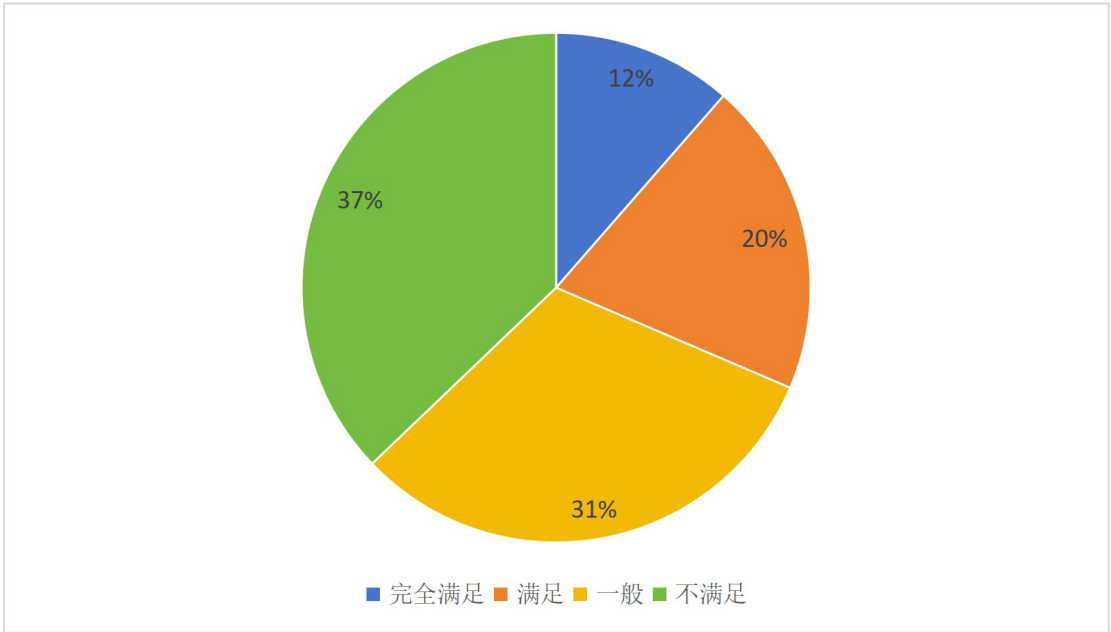


图 19 教师对学校体育服务支出经费态度调查表（N=53）

根据教师对学校体育服务支出经费态度调查表中显示，有 37%的教师认为每年学校对体育服务支出经费表示是“不满足”，其次是认为“一般”的教师占 37%，再次是有 20%的教师认为体育服务经费“满足”，最后仅仅有 12%的教师认为每年的经费支出“完全满足”需求。体育经费是开展校内所有体育活动的保障，体育经费的多少直接影响了体育活动开展的质量和后勤保障效度。场地和基础器材是学生日常体育活动的重要物质条件，包括相关项目的拓展都需要特殊拨款，这些都需要充足的经费供给才能实现。

4.3.2 芜湖市小学软件设施情况调查

（一）芜湖市小学学校领导对学校体育服务支持情况

表 22 校领导态度统计表（N=14）

态度	支持	不支持
人数	14	0
占比	100%	0

学校的工作开展与校领导密切相关，领导的决策往往决定了学校发展的方向和目标。学校领导对体育服务的态度和价值认知直接影响其发展前景。在对芜湖市 14 所小学的校领导访谈中 14 位领导都表示非常支持学校体育服务的发展，其中一位领导表示：学生的全面健康是教育的根本出发点。学校提供的体育服务不但有助于增强学生的体质，还能有效减轻他们的学业负担，进而推动学生在德育、智育、体育、美育和劳动教育等方面均衡成长。

（二）芜湖市小学体育教师性别及工作龄情况调查

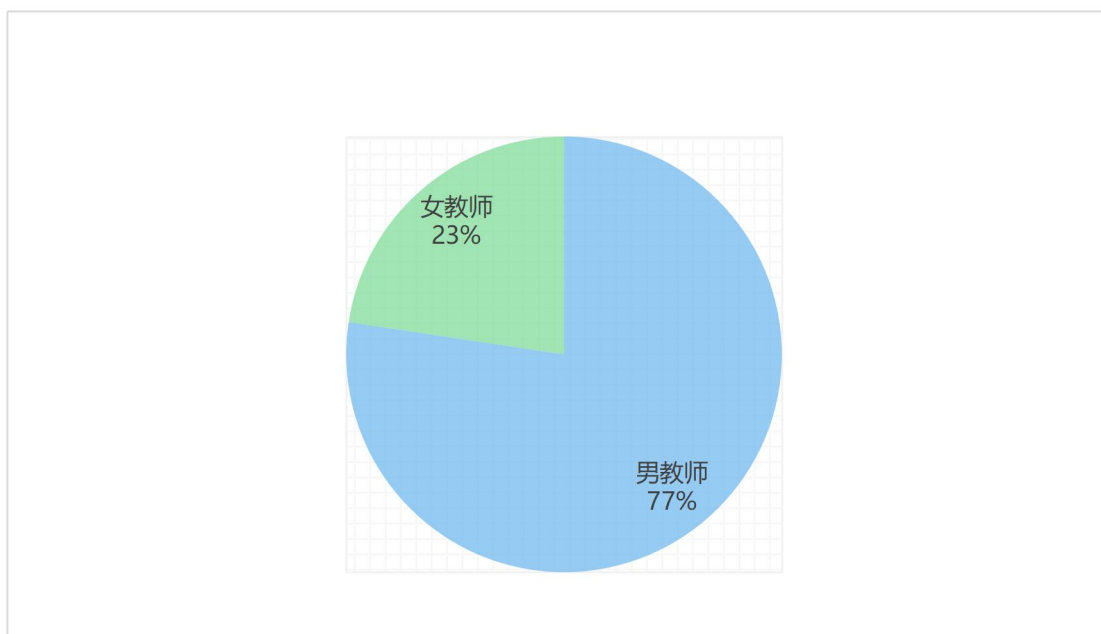


图 20 教师性别分布图 (N=53)

在调查的 53 教师中，男性教师有 41 人，占 77%，女教师有 12 人，占 23%。从以上数据可以看出学校体育服务中男性教师数量居多，女性教师数量较少，教师性别结构不合理，应该适当做出调整。相比于男教师而言女教师更具有亲和力，对待学生更细心、更耐心，对学生情绪的捕捉也相对敏感，更有利于为学生提供情绪价值，从而在课堂上吸引学生的注意力，完成教学活动。男教师的形象一般更具有威严性，从而给人距离感和敬畏感，但是男教师的课堂纪律性较强。

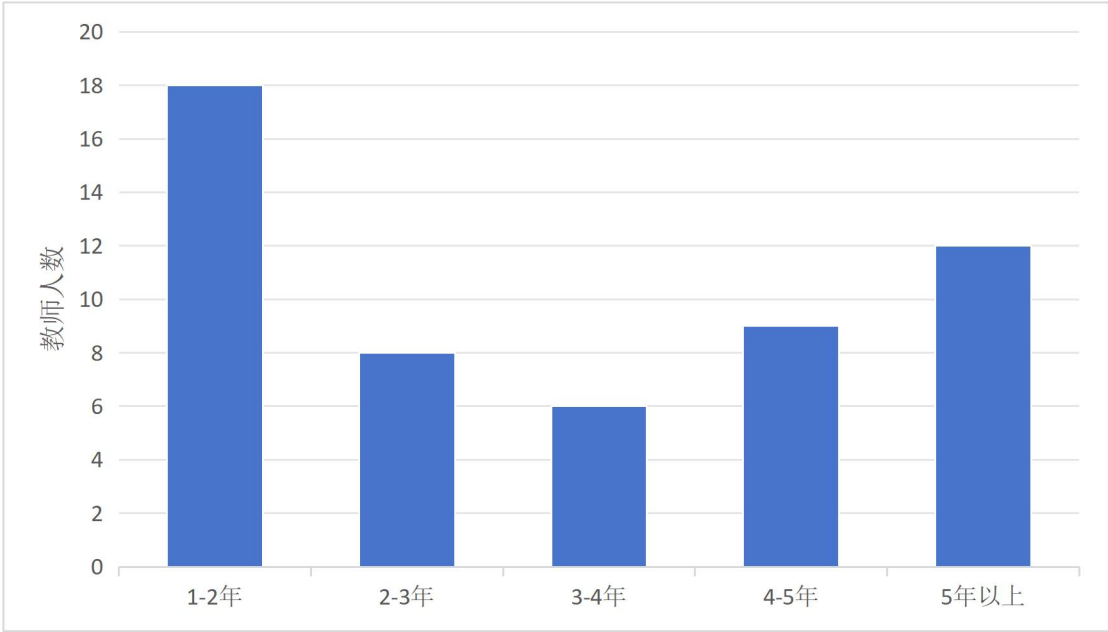


图 21 教师从事体育教育事业时长（N=53）

根据调查显示，从事体育教育工作 1-2 年的教师为 18 人，占比 33.96%，工作时长 2-3 年的教师为 8 人，占比 15.09%，工作时长 3-4 年的教师为 6 人，占比 11.32%，工作时长 4-5 年的教师为 9 人，占比 16.98%，工作时长在 5 年以上的教师为 12 人，占比 22.64%。从调查数据可以看出工作时长最多人数占比是 1-2 年的教师，其次是工作 5 年以上的教师，再次是工作 4-5 年的教师。部分新任职老教师在教学方式更敢于尝试、教学方法上勇于创新，使课堂更具有趣味性和吸引力，从有更好的教学效果。一些资深教师因其丰富的教学经验，能提供更高质量的教学，并在课程中展现出更强的安全意识。

（三）教师职称调查

表 23 教师职称分布图（N=53）

职称	教师数量（N=53）	百分比
高级教师	6	11.32%
中级教师	9	16.98%
初级教师	14	26.42%
无职称教师	24	45.28%

根据表 23 调查数据，拥有高级职称的教师有 6 人占比 11.32%，中级职称的教师有 9 人占比 16.98%，初级职称的教师有 14 人占比 26.42%，无职称的教师有

24 人占比 45.28%。通过上述数据可知，初级职称的教师和无职称的教师占比最重，他们也是承担学校体育服务发展的主要力量，初级职称和无职称的教师一般是刚进入教学工作不久的年轻教师，尤其是无职称的教师更是大学刚毕业就进入工作，不仅缺乏教学经验而且在专业技能上也有所不足。因此校方应该更加注重提高教师专业技能以及教学能力，从而使学校体育服务高质量发展。

（四）教师学历调查

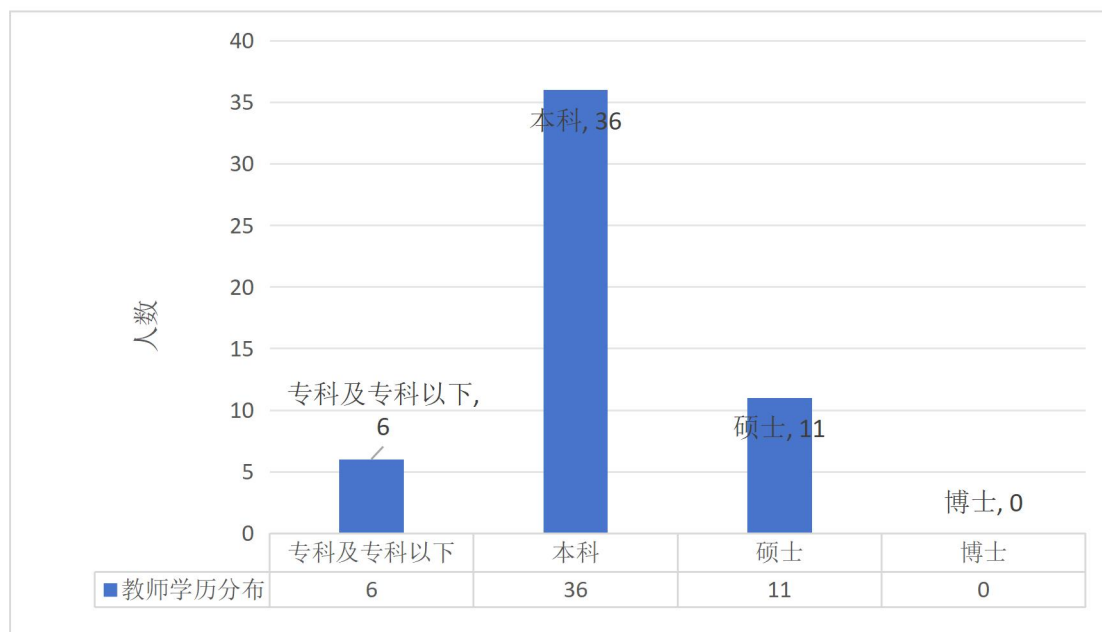


图 22 教师的学历分布情况 (N=53)

由图 22 数据可知，教师学历占比最多的是本科学历的老师，有 36 人，占 67.92%，依次是硕士 11 人占比 20.75%、专科学历 6 人占比 11.32%、博士 0 人。以上数据表明，教师队伍中以持有本科学位的教师为主体，具有硕士学位和专科学历及专科以下学历的教师同样存在一定的比例，说明芜湖市部分学校教师专业能力水平以往年相比较不断增高。

（五）每年教师外出学习频率调查

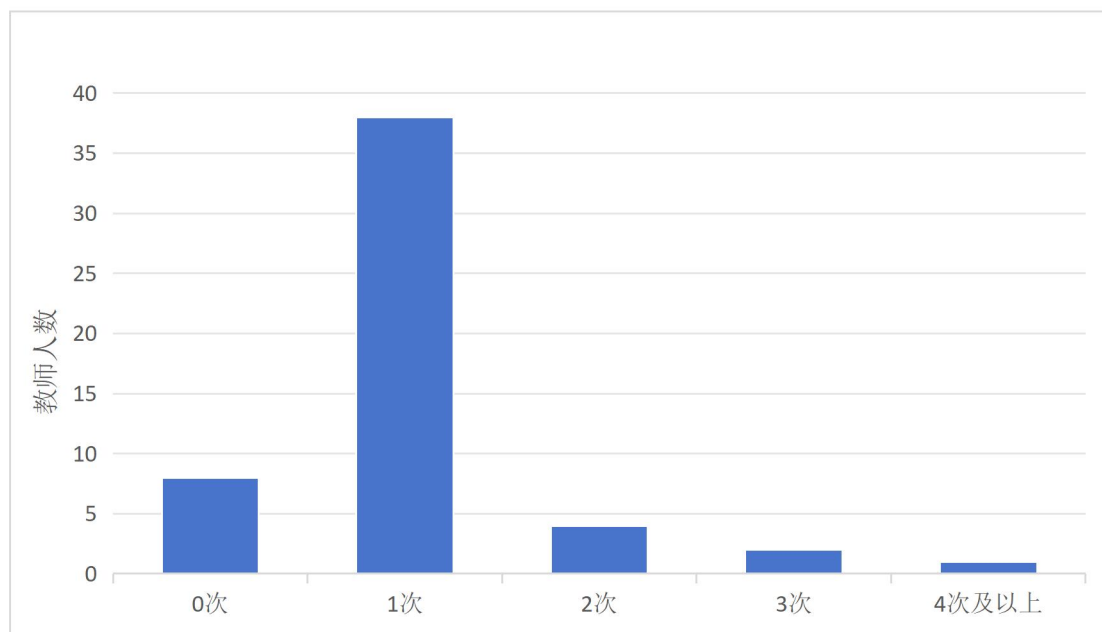


图 23 教师每年外出学习频率调查表

依据教师年度参与外出培训的次数统计表可知，有 8 名教师一年中没有参加任何外部培训，38 名教师参加了一次外部培训，4 名教师参加了两次，2 名教师参加了三次，仅有 1 名教师参加了四次或更多次的外部学习。根据调查显示每年出去学习 1-2 次的教师占比过半，极少部分教师每年外出学习 3 次及以上，并且在调查中发现 3 次及以上学习的教师中有 50%是自主在外学习，实际学校派遣学习次数并不满足教师需求，并且数据显示仍有 15%的教师每年没有外出学习。

4.4 “双减”下芜湖市小学学校体育服务实施效果

4.4.1 学生对学校体育服务效果评价

（一）学生对体育课程内容满意度调查

学生是教育活动的核心参与者，学生的参与度直接决定了教学质量及教学成果的高低。在当前“双减”政策和新课标的背景下，提高学生兴趣对于体育学习的成效显得尤为迫切。学生满意程度可直接映射出学校体育课程的内容设置、组织流程和教学方法的有效性与连贯性。

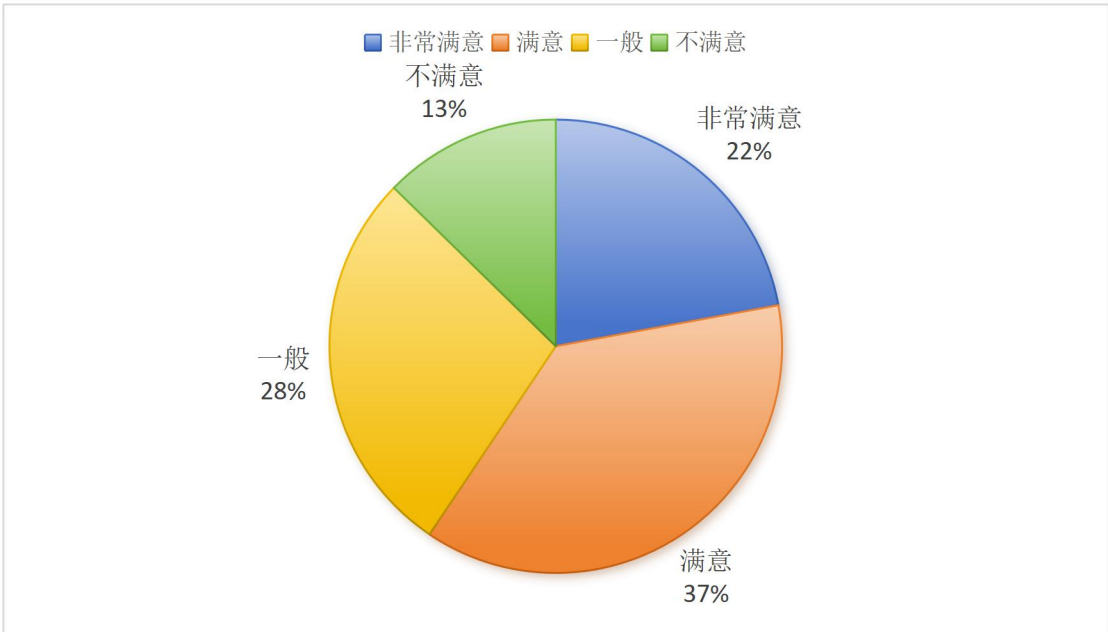


图 24 学生体育课内容态度调查 (N=431)

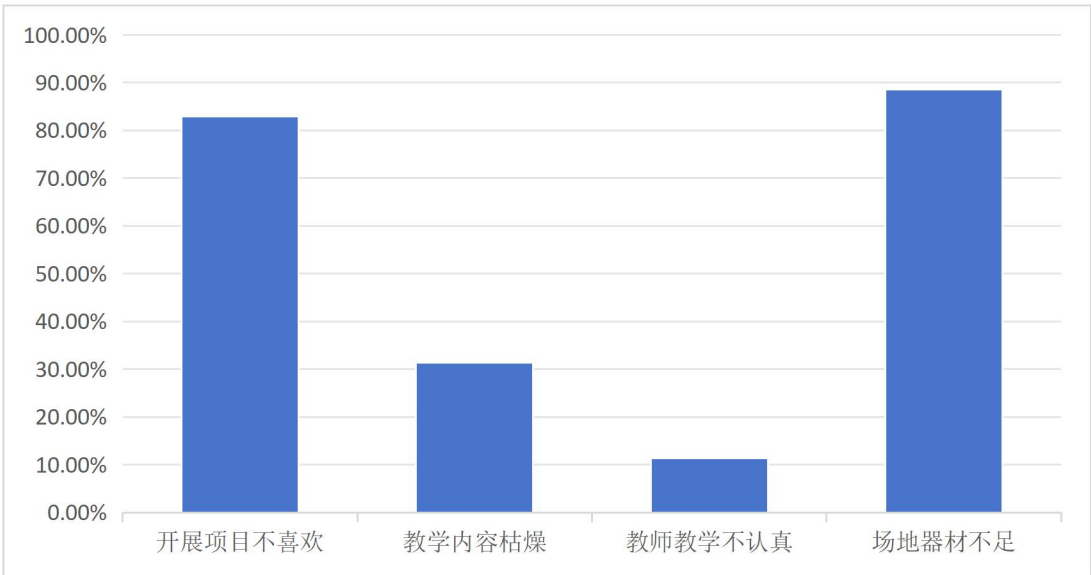


图 25 学生不满意体育课的原因 (N=56)

结合图 24 和图 25 中数据，有 95 位同学表示对体育课程内容非常满意占比 22%，有 159 位同学表示对体育课内容表示满意占比 37%，有 121 位同学表示对课程内容一般占比 28%，还有小部分同学表示对课程不满意占比 13%。超过一半的学生对体育课表示满意，导致一些学生对体育课不满的主要因素是他们对所提供的体育项目不感兴趣，以及运动设施和器材的缺乏。此外，有少数学生感觉体育教学内容单调无趣，这让他们产生了对体育课的反感情绪。

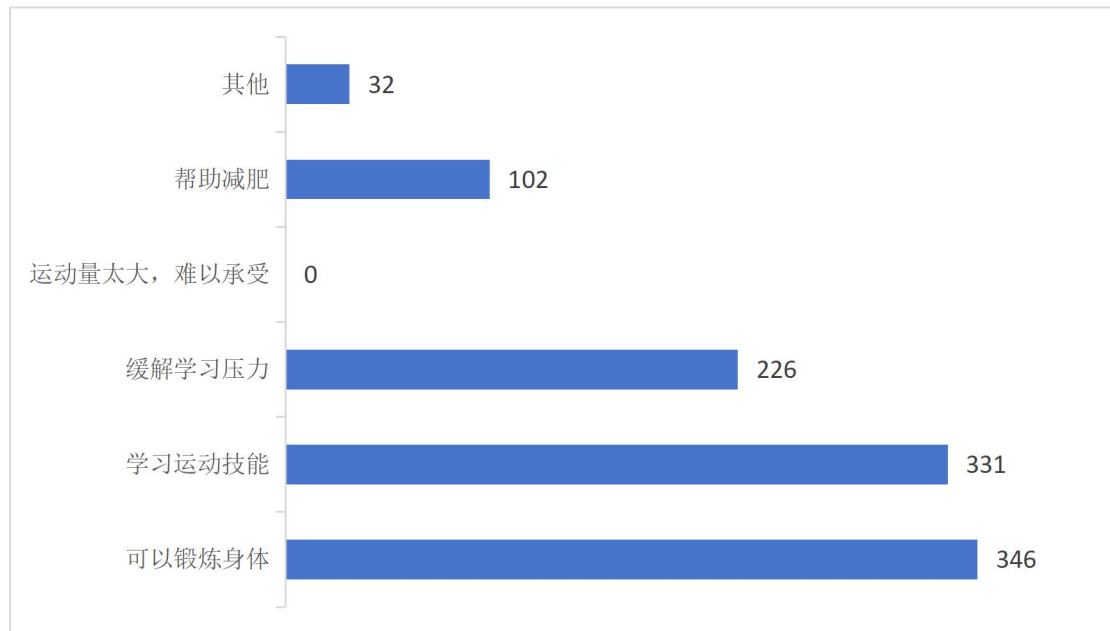


图 26 学生对体育课的影响 (N=431)

图 26 的数据显示, 绝大多数学生认为通过体育课可以学习运动技能和锻炼身体的目的, 近一半的同学认为体育课可以起到缓解学习压力、放松心情的作用, 还有一小部分同学认为体育课帮助自己减肥保持身体健康, 根据此次调查并没有学生因为运动量大、运动负荷过强而对体育课有抵触心理。通过体育课绝大多数的学生在不同程度上受到了积极地影响, 并且体育课教学能够满足学生身心发展需求。

(二) 学生对课后体育服务效果评价

学生不仅是课后体育服务的接受者, 也是亲身参与该服务的主体。在参与过程中, 他们能够直接且真切地体验到服务质量, 从而在一定程度上体现出教师的表现以及课后体育服务的实际水平。因此, 学生的反馈成为评估课后体育服务成效的一个关键因素。

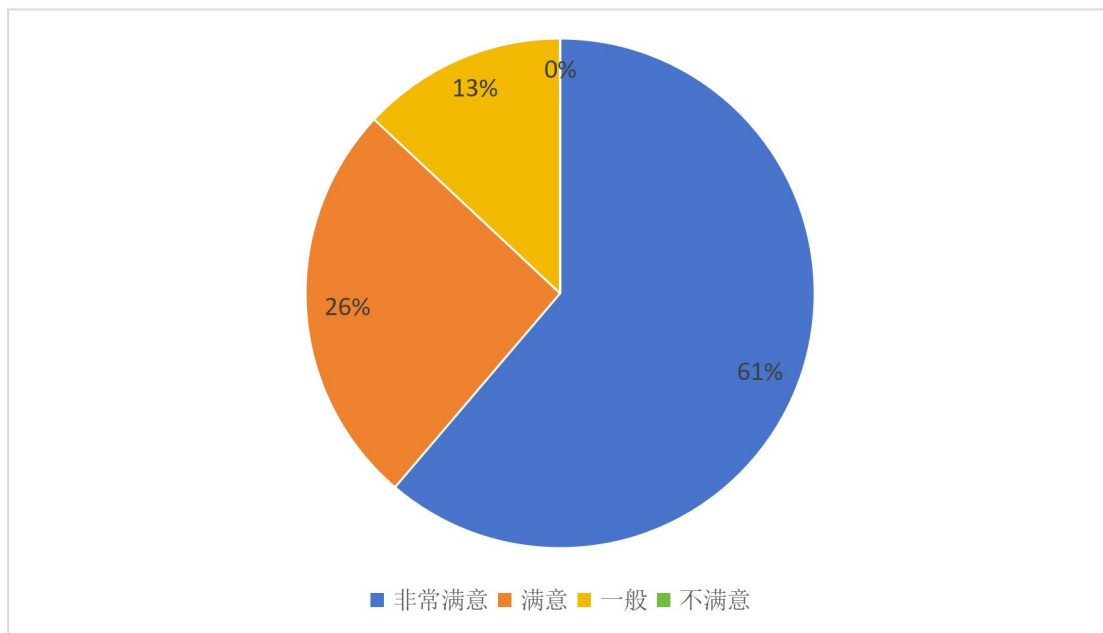


图 27 小学生对课后体育服务的满意度（N=431）

根据图 27 可知，参与课后体育服务的 431 名学生中有 61%持非常满意态度，持满意态度的学生有 26%，有 13%的学生持一般态度，从所提供的数据来看，绝大多数小学生对课后体育服务表现出了积极和满意的反应，这表明他们对“双减”政策下减轻学业压力并增加体育活动措施给予了高度认可。

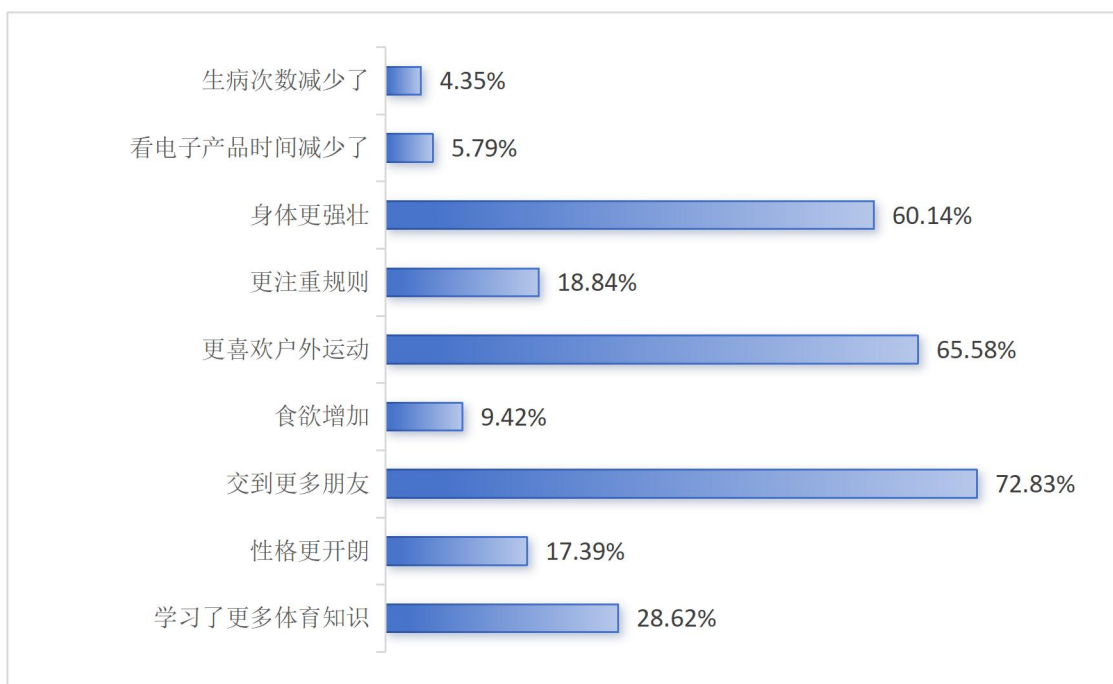


图 28 小学生认为参与课后体育服务的改变（N=431）

根据图 28 调查数据显示,有 72.83%的小学生表示在课后体育服务中交到更多朋友,65.58%的小学生表示更喜欢户外运动,60.14%的小学生感觉身体变得更强壮,28.62%学到了更多体育知识,而 18.84%和 17.39%的学生分别认为他们更重视规则且性格变得开朗。学生们根据个人标准评价课后体育服务,从中意识到其对身体健康和全面成长的重要性。

4.4.2 家长对学校体育服务效果评价

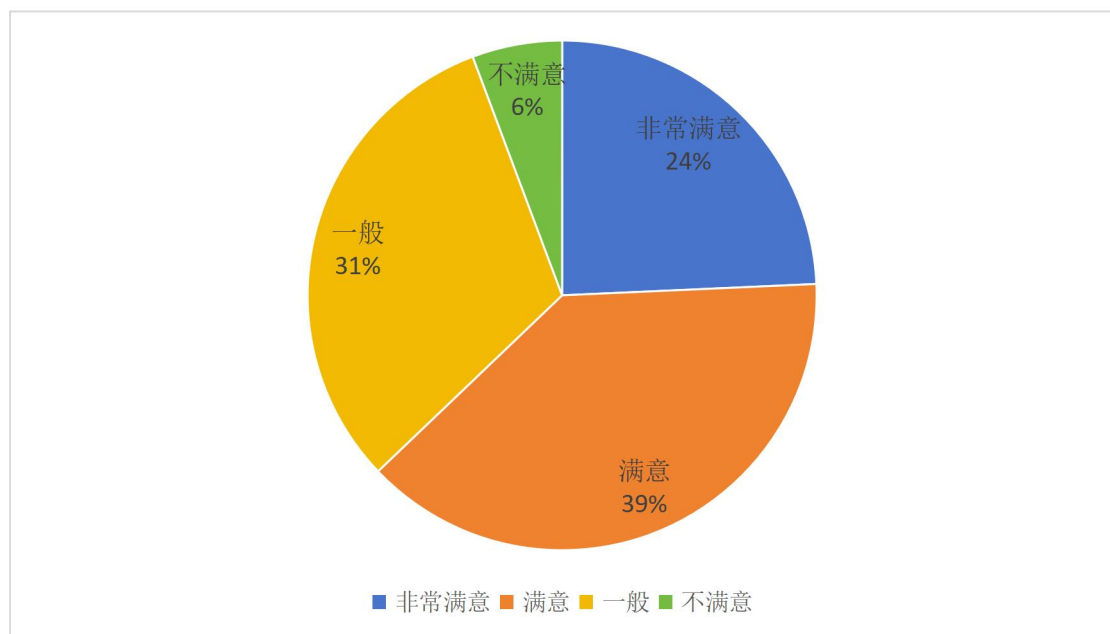


图 29 家长对学校体育服务的满意度(N=256)

在对 256 位家长的调查中,24%的家长表示对学校体育服务非常满意,39%的家长表示满意,这些家长对活动的安排、内容及孩子的安全感到安心。31%的家长持一般态度,而 6%的家长表示不满意。一些家长原本希望减轻孩子学业压力、放松心情并锻炼体魄,但受限于师资、项目和设施短缺,服务品质受影响,这拉低了整体满意度。尽管如此,多数家长仍对课后体育服务持乐观态度。

4.4.3 教师对学校体育服务效果评价

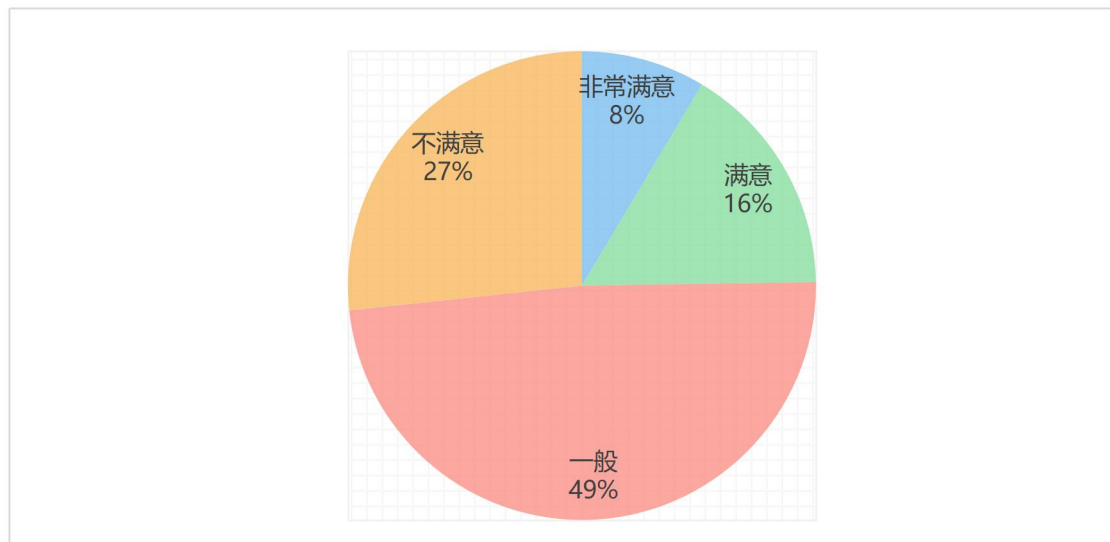


图 30 教师对学校体育服务的满意度(N=53)

通过图 30 可知，49%的教师持一般态度，27%的教师持不满意态度，16%的教师持满意态度，8%的教师持非常满意的态度。通过访谈可知，部分学校的校领导并不重视体育课后服务，与对校领导访谈时得到的重视课后体育服务的话术不符，教师反映相关的资金拨放不及时，导致学校场地器材等不到更新，出现场地器材紧张，几个同学共有一个器材的现象频频出现。另外，部分教师所授项目与自身专项不符，难以保证服务质量。总体而言，教师对课后体育服务的整体满意度一般，学校需积极听取反馈并提高服务质量。

4.5 “双减”视域下芜湖市小学体育服务发展存在的问题

4.5.1 学校师资力量薄弱，教师队伍建设乏力

“双减”政策下芜湖市小学体育教师资源整体呈现短缺现象，随着“双减”工作不断推进，开设课外体育和课后体育服务的时长、频率和内容的不断增加，大量学生加入体育服务之中，致使教师的工作量急剧增加。除此之外，在教师队伍当中还存在严重的男女比例失衡现象，在接受调查的 53 位教师中，女教师仅占全部教师的 23%；教师队伍在年龄与职称上也层次不齐，拥有高级职称的教师仅 6 位，专业水平普遍偏低，教师每年外出学习次数有限，不利于教学能力与专业水平的提高。大部分教师在参与体育服务时，与自身专业特长并不相符，严重影响学校体育服务开展质量。部分学校在“双减”后引入第三方参与课后体育服务弥补教师资源不足这一现象，而对第三方教练员的资格审查并不严谨，其次从

长远来看，长时间引进第三方入校不利于教师质量提高。

4.5.2 学校场地设施陈旧简陋，安全保障存在隐患

体育设施是提供课后体育服务的基本要素和必备条件，它们对于改善学生的心理健康状况、增强身体强度以及培育对运动的热情至关重要。通过实地调研发现，有些学校的体育设施并不符合规定的标准，尤其是位于市中心的小学，拥有规范田径场的比例较低。小学生正处于充满好奇心、精力充沛的时期，但由于运动场地狭小且拥挤，他们在活动中很难保持必要的安全间隔，这无疑增加了潜在的安全风险。同时通过问卷调查与访谈可知，芜湖市小学在开展课后体育服务时，出现多个项目共用同一片场地，器材不够分配，运动场地破旧失修的状态，校方并未对场地器材及时更新，这造成课后体育服务开展效果差，影响了学生对参与体育运动的兴趣。

4.5.3 教学内容不够丰富，教学形式缺乏创新

受多方面因素影响，芜湖市小学提供体育课程与课后体育服务的运动项目选择性较小，无论是教学方式上还是教学内容，多数教师依然采用传统教学方法、内容，教学方式、内容相对单一。随着时代变迁，许多传统体育项目已无法满足新一代学生对多样化的需求，导致他们参与体育运动的热情大幅下降。由此可见学校体育服务需根据学生兴趣、教师主动挖掘学生特长从而因材施教。

多样化的组织形式不仅可以丰富体育课堂，而且可以有效的激发学生乐趣，更好地完成教学目标。在对芜湖市小学课外与课后体育服务组织形式调查中，基本采用以体育兴趣班、体育社团两种形式开展。调查发现，单一的组织形式是影响学生积极参加课后体育服务的一个重要因素。

4.5.4 学校竞赛体系分化，体育建设进程缓慢

体育竞赛是学校体育不可或缺的一部分，也是评估学校体育服务成效的关键方式之一。参加体育比赛能够锻炼学生的决心和竞争意识，同时帮助他们扩展社交圈。此外，它还能营造积极的校园体育文化，吸引更多学生加入体育活动，推动学校体育事业的进步，进而实现“双减”政策的落实。通过问卷调查与访谈可知，“双减”政策前后芜湖市小举办体育竞赛的次数并没有增加，整体开展体育

竞赛的次数较少，严重影响学生参与体育运动的积极性。另外，学生参加体育竞赛的途径单一，学生参与体育竞赛的主要途径为学校运动会，极少同学参与到社会和政府组织的体育竞赛之中，并且参与体育竞赛广度不足，达不到人人参与、人人竞赛，不利于培养学生的规则性与竞技性。

4.5.5 课外体育服务形式单一，学生参与动力不足

学校课外体育服务是学校体育教育中的重要组成部分之一，课外体育活动能够大幅度提升学生的运动兴趣，是学生在校期间锻炼身体与强化体质的一个重要途径。在“双减”政策的背景下，虽然对体育教育边缘化的现象有所改善，但芜湖市小学课外体育活动的开展现状仍不容乐观。

芜湖市小学在“双减”过后的课外体育活动服务中依然存在开展时长不足，开展频率低，缺乏创新性。根据调查各小学在早操、大课间举办项目及举办形式与次数都与政策前无太大差别。“双减”进一步要求增加学生课外活动时间，在“双减”的同时也要做好“双增”，即增加学生户外活动与体育锻炼的时长。学校在课外体育活动仍是固有的活动设计章程，缺乏勇于创新的精神和积极求变的态度。

4.5.6 多方因素交织制约，体育服务发展受阻

课后体育服务的开展情况直接反映了“双减”政策落实程度与质量。根据对调查结果的综合分析以及对教师、家长与学生的，“双减”后芜湖市小学课后体育服务存在认知度不足、领导不重视、开展频次低、开展质量不高、教师参与意愿低和形式化等现象。

在对课后体育服务态度调查中，芜湖市小学校领导与教师访谈时所表示的结果有出入，领导对课后体育服务的重视不高，因此学校每周开展的频次较少，时间较短，基本上在每周开展一次或两次，很少有学校能够达到三次以上，不能满足学生的运动需求。开设课后体育服务质量整体不高，主要由于服务内容缺少新意，甚至挂体育名，做其他事情，这其中也少不了教师参与意愿低的原因，大部分学校没有设立课后服务专项经费，也未向学生收取费用，只依靠政府补贴，使教师经费补贴不合理，加上任务繁重，教师渐渐对于参与课后体育服务的意愿消磨殆尽，最终产生消极抗拒情绪。

4.6 “双减”视域下芜湖市小学学校体育服务高质量发展研究对策

4.6.1 配足师资、全面提升教学质量

针对师资力量短缺、教师专业能力不足的现象。首先要按照相关规定配足体育教师，一方面，增设更多教师岗位，另一方面，采取多方式引进优秀人才，聘用高水平退役运动员或教练员到校做兼职体育教师^[49]。要充分利用区域内社会及高校资源，加强高校与小学教育之间的合作，制定相关高校实习或志愿者政策，增加引入指标，使高校体育专业学生有更多实践的机会，既可以帮助填补教师不足的现象，又可以帮助培养国家体育教师后备力量做贡献。其次要配强体育教师，第一要采用多标准聘用高学历、高水平体育教师。第二要提供给教师更多外出培训学习的机会，加强教师继续教育，制定奖励机制，鼓励教师自主学习，提高教师思想认知，打造扎实的专业能力与过硬的业务能力，体育教师达到一专多能，灵活运用各种教学方法。第三要明确教师任务，根据实际情况实施弹性上下班与轮岗制度，有效缓解教师的工作疲劳，调动体育教师参与课后体育服务的积极性，推动体育教师专业和教学能力发展。第四要提高体育教师的工资待遇水平，加强完善体育教师参与组织活动及课后服务的待遇指标体系。

4.6.2 整合资源、使场地设施优化升级

面对学校运动场地不足、器材设施缺失及老旧失修的问题，需要采取积极的措施来改善现状，以确保体育教学的顺利进行。首先，学校应当加大财政资金的投入，合理规划场地建设，扩建或优化现有的运动场地，以解决场地不足导致的体育活动难以正常开展的问题。同时，这也有助于减少因场地限制带来的安全隐患，确保学生在安全的环境中进行体育活动。其次，学校应合理利用社会资源，与优秀的体育俱乐部建立合作关系，引进第三方资源。这样不仅可以充分利用第三方的场地和器材，缓解学校场地不足的问题，还能为学生提供更多样化的体育活动和更专业的指导。学校可以创新教学组织形式，如实施小班教学，提高教学服务质量，确保每位学生都能得到充分的关注和指导，从而提高他们的参与度和学习效果。通过这些措施，学校将能够有效地解决运动场地和器材不足的问题，

[49] 王铭福.基于“双减”政策背景下北京市海淀区小学学校体育途径实施的调查研究[D].首都体育学院,2022. DOI:10.27340/d.cnki.gstxy.2022.000125.

为学生提供一个更加完善和安全的体育学习环境，进而提高体育教学质量，激发学生参与体育运动的热情，促进他们的全面发展。

4.6.3 推进服务、让体育活动丰富多彩

为了实现学校体育服务的快速突破性发展，必须采取一系列创新和全面的措施，以促进学生身心发展。首先，学校需要确保体育服务的时长和频次得到充分保障，满足学生进行体育锻炼所需的时间，从而达到有效锻炼身体的目的。促进学生身体素质提高，培养纪律性和毅力，乃是体育教育的重要目标。其次，创新教学方法是激发学生参与体育活动的关键。引入“游戏化”教学，能使传统体育活动变得富有趣味性，激发学生的主动性和学习兴趣，提高参与度，达到教育目的。这种教学方式不仅增加了课堂的趣味性，还能有效提升学生的学习效果。第三，为了丰富课堂内容，学校应该开设多种运动项目，为学生提供更多的选择机会。这样的做法能够满足不同学生的兴趣和需求，帮助他们找到自己喜欢的运动项目，并在此基础上培养持续的运动兴趣。多样化的体育课程设置有助于学生发现自我潜力，增强自信心。第四，拓宽体育服务的广度，鼓励更多的学生参与体育运动，是实现体育教育普及化的重要一步。学校可以通过布置体育家庭作业，让学生在家庭环境中也能够进行适当的体育锻炼，这不仅能够加强家庭教育的作用，还能够培养学生的自主锻炼习惯和终身体育意识。

4.6.4 增加赛事、体育竞赛多样开展

为进一步提升芜湖市小学体育服务的高质量发展，首要任务是积极举办各类体育赛事。通过整合学校、家庭、社会等各方资源，形成协同效应，定期举行多样化的体育比赛和活动，以满足不同学生的兴趣和需求。学校领导需发挥关键作用，积极策划和组织体育活动，营造一个充满活力的校园体育文化氛围。通过打造学校独特的体育特色，可以增强学生的归属感和参与感，还能够吸引学生“回归”到校园生活中，远离过度的学业压力和电子产品的诱惑。这种教育和体育的深度融合，有助于持续提升学生的综合素养，包括身体素质、团队合作、竞争意识和公平精神。通过这些措施，可以确保学生在参与体育活动中获得愉悦的体验，家长对子女的身心健康发展感到放心，学校对提供高质量体育服务的成果感到满意。最终，这将促进芜湖市小学体育服务的整体提升，为学生的全面发展打下坚实的基础。

4.6.5 加强合作、三方协同共同参与

为了实现学校体育教育的有效推进和学生身心健康的全面发展，加强家庭、学校和社会三方的协同合作显得尤为重要。首先，学校作为教育的主导方，应当积极发挥其专业优势，定期举办家长会和体育教育讲座，增强家长对于体育重要性的认识，引导家长正确看待体育在孩子成长中的作用，并鼓励家长积极参与孩子的体育锻炼，形成良好的家庭教育氛围。其次，学校应与社区建立紧密联系，共同开发和利用社区体育资源。例如，学校可以与社区体育中心合作，组织学生在课余时间参与社区举办的体育活动，或邀请社区体育俱乐部的专业人士来校进行指导，为学生提供更多样化的体育体验。此外，学校还可以利用社区空间举办体育节、运动会等活动，增进学生与社区居民之间的互动，促进体育活动的社会化。同时，社会各方也应积极参与到学校体育教育中来。企业可以通过赞助体育器材、设立奖学金等方式支持学校体育发展；媒体则可以通过宣传报道学校体育活动，提高公众对学校体育教育的关注度和支持度。通过家庭、学校和社会的共同努力，形成一个多元参与、资源共享、相互支持的体育教育生态系统。

4.6.6 构建机制、评估体系完善优化

为了确保学校体育服务的质量和效果，构建完善的评估与反馈机制至关重要。首先，学校需要建立一个全面的评估体系，定期对学生的体育学习成果进行评价。其中包括体质测试、技能考核、参与度评价以及学生对体育课的满意度调查等多个维度，以全面了解学生的体育学习情况。其次，学校应该定期收集学生、家长和教师的反馈意见，收集并整理反馈信息，对于教师改进教学方法、调整课程内容、提高教学质量具有重要意义。此外，学校还应该建立一个开放的反馈平台，鼓励学生和家长积极提出意见。这个平台可以是一个在线论坛、一个意见箱或者一个专门的电子邮件地址，旨在为学生和家长提供一个方便、快捷的反馈渠道。最后，学校应该定期发布体育服务质量反馈报告，向全校师生和家长公开体育教学的进展和成果。这不仅有助于提高体育教学的透明度，还能够增强学生和家长对学校体育服务的信心和支持。通过这样一个完善的评估与反馈机制，学校体育服务将能够不断优化和提升，更好地满足学生的需求，促进他们的身心健康发展。

第5章 结论与建议

5.1 结论

(1) “双减”政策实施后，芜湖市小学都能按照教育部相关文件要求开展学校体育服务工作，但由于学校资源、教师专业水平、学生需求及校园文化等多种因素的综合影响，导致了各校在严格执行相关文件标准时存在差异。

(2) 芜湖市小学体育场地设施相对匮乏，场地资源配置不足。随着“双减”政策的推行，芜湖市小学体育基础设施建设并未得到优化，个别学校存在多个体育项目共有一个运动场地的现象，表明对于体育场地设施缺乏合理的利用。

(3) 芜湖市小学体育教师资源整体呈现短缺现象，随着“双减”工作的推进，教师教学任务增多，教学难度提升，并且男女教师比例存在严重失衡、教师外出学习次数不足，严重影响学校体育教学质量的提升。

(4) 芜湖市部分小学体育课课程设置不足，早操、大课间和课后体育服务的开展还存在形式单一，效果不佳等问题，从而缺乏吸引力，难以激发学生的参与热情，导致这些活动的实际效果并不理想。

5.2 建议

(1) 为提升学校体育工作的质量与效果，关键在于建立健全的工作机制，并构建一套科学的评价体系。这样的机制和体系能够确保学校体育活动得以规范化、系统化地开展，从而促进学生体质健康水平的全面提升。通过明确评价标准，不仅可以对体育课堂教学质量进行有效监督，还能对课外体育活动等进行全面评估，确保每一项体育服务工作都能达到预期目标，促进学生的全面发展。

(2) 配齐配强体育教师，建立和完善体育教师培养和培训体系，确保高质量师资队伍建设。定期增加教师外出学习培训次数，多层次、多方面对教师教学能力进行评估，让教师及时反思与进步，革新教师教学思维，打破传统落后的教学形式与目标，提高教师专业素养，提高教学质量。

(3) 加大学校体育设施资金投入，配齐体育场馆设施和器材，提高场馆利用率。大力落实学校基础设施建设，建设符合当前多元化培养学生主体的需求，促进“双减”政策的实施与教育资源的均衡发展。

(4) 严格执行《义务教育课程方案和课程标准》，开齐开足体育课；开展丰富多彩的校园体育活动，切实保证学生每天一小时校园体育活动时间。

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》[J]. 教育发展研究, 2021, 41 (Z2): 33.
- [2] 安徽省委教育工作委安徽省教育厅[EB/OL]. <http://jyt.ah.gov.cn/>
- [3] 孙玉. “双减”政策下成都市小学课后体育服务的优化路径研究[D]. 成都大学, 2023. DOI:10.27917/d.cnki.gcxdy.2023.000183.
- [4] 中共中央办公厅 国务院办公厅. 关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见
- [5] 徐雪芹, 袁凤梅, 徐宏远. 从“量”到“质”: 新时代乡村中小学体育教师队伍建设路径研究[J]. 牡丹江教育学院学报, 2021, (12): 51-55+101.
- [6] 孙玉. “双减”政策下成都市小学课后体育服务的优化路径研究[D]. 成都大学, 2023. DOI:10.27917/d.cnki.gcxdy.2023.000183.
- [7] 刘芮辰. 昆明市小学课后体育服务开展现状分析与保障机制研究[D]. 云南农业大学, 2022. DOI:10.27458/d.cnki.gyny.2022.000047.
- [8] 徐胜凯. 洛阳市小学阶段课外体育活动时间保证的影响因素与对策研究[D]. 河南大学, 2022. DOI:10.27114/d.cnki.ghnau.2022.000096.
- [9] 孙玉. “双减”政策下成都市小学课后体育服务的优化路径研究[D]. 成都大学, 2023. DOI:10.27917/d.cnki.gcxdy.2023.000183.
- [10] 彭泽平, 李礼, 罗珣. 新中国 70 年中小学体育课程改革的历史经验[J]. 天津体育学院学报, 2019, 34 (05): 373-380. DOI:10.13297/j.cnki.issn1005-0000.2019.05.002.
- [11] 王佳慧. 体教融合背景下榆林市小学体育课程改革研究[D]. 武汉体育学院, 2022. DOI:10.27384/d.cnki.gwhtc.2022.000021.
- [12] 代永翠. “教会、勤练、常赛”视角下云南省文山市小学校园足球开展困境及路径研究[D]. 云南师范大学, 2024. DOI:10.27459/d.cnki.gynfc.2023.000673.
- [13] 张正民, 陈宁. 我国学校体育发展方式转变的现实诉求与理论导向[J]. 北京体育大学学报, 2015, 38 (12): 88-94. DOI:10.19582/j.cnki.11-3785/g8.2015.12.014.

- [14] 王玲, 王新国. 中小学体育教学存在的问题及对策研究[J]. 体育师友, 2004, (01): 8-9.
- [15] 朱永刚. 分析小学体育教育在青少年体质健康发展中的作用[J]. 当代体育科技, 2020, 10(15): 85+87. DOI:10.16655/j.cnki.2095-2813.2020.15.085.
- [16] 杨清轩, 王毅. “健康中国”视阈下学校终身体育改革与发展研究[J]. 西安体育学院学报, 2019, 36(01): 117-120. DOI:10.16063/j.cnki.issn1001-747x.2019.01.017.
- [17] 彭代斌. 武汉市小学实施《体育课程标准》现状与分析[D]. 华中师范大学, 2007.
- [18] 申明明. 武汉市中、小学生课外体育活动开展现状及对策研究[D]. 武汉体育学院, 2015.
- [19] 袁本飞. 北京市小学课外体育活动开展现状与对策研究[D]. 北京体育大学, 2017.
- [20] 吴小华. 苏州市高新区小学校内课外体育活动开展现状与对策研究[D]. 苏州大学, 2020. DOI:10.27351/d.cnki.gszhu.2020.001540.
- [21] 王亚男. “阳光体育”背景下长株潭中小学课外体育活动开展现状与对策研究[D]. 北京体育大学, 2002.
- [22] 吴礼剑. “双减”政策背景下课后体育服务价值与路径[J]. 体育文化导刊, 2022, (07): 98-103.
- [23] 范鸿宇. “双减”政策背景下南京市小学课后体育服务开展现状与对策研究[D]. 南京体育学院, 2022. DOI:10.27247/d.cnki.gnjtc.2022.000004.
- [24] 徐鹏飞. 南昌市东湖区三点半体育课堂的效果研究[D]. 江西科技师范大学, 2021. DOI:10.27751/d.cnki.gjxkj.2021.000254.
- [25] 陈叶婷. “双减”背景下中小学课后服务的价值意蕴与实践路径[J]. 现代中小学教育, 2023, 39(11): 63-67. DOI:10.16165/j.cnki.22-1096/g4.2023.11.013.
- [26] 李艳茹, 党许诺. “双减”背景下课后体育服务的现状、问题及优化研究[J]. 成都体育学院学报, 2022, 48(06): 51-56. DOI:10.15942/j.jcsu.2022.06.008.
- [27] 杨曼丽, 张吾龙, 胡德刚等. “双减”政策下我国中小学课后延时体育服务的

演进历程、机遇挑战及实现路径[J]. 体育学研究, 2022, 36(02):21-32. DOI:10.15877/j.cnki.nsic.20220126.001.

[28]梁婷婷, 谢萍, 沙抒音. “双减”背景下基于学生需求分析的课后服务优化策略——以北京市 M 学校为例[J]. 教师教育论坛, 2022, 35(04):15-17.

[29]李京泽. “双减”背景下小学课后体育服务开展现状及对策研究[D]. 西南大学, 2023. DOI:10.27684/d.cnki.gxndx.2023.001739.

[30]Zhang C .Study of Sports Talent Development Model in America[J].Frontiers in Sport Research, 2023, 5(10):

[31]Byungchan L ,Kihong J ,Wonjae J .A study on the relationships between playfulness, physical self-efficacy, and school happiness among middle school students participating in “Oth-period physical education class” in South Korea#13;[J].Frontiers in Public Health, 2023, 111232508-1232508.

[32]Kyuil C ,Emi T ,Daekyun O .School Sports Club in South Korea: Supporting Middle School Students’ Physical Activity Engagement and Social-Emotional Development in Schools[J]. Journal of Physical Education, Recreation Dance, 2023, 94(4):9-13.

[33]朱桂鸣, 殷荣宾. 日本《小学体育学习指导要领（2017 版）》课程内容解析及启示[J]. 体育科技, 2022, 43(04):113-116+120. DOI:10.14038/j.cnki.tykj.2022.04.033.

[34]刘芳. 中美学校体育“放羊式”与“放任式”现状原因分析[J]. 文体用品与科技, 2019(19):18-19.

[35]任可心. 中英小学阶段体育课程标准的比较研究[D]. 哈尔滨师范大学, 2023. DOI:10.27064/d.cnki.ghasu.2023.001237.

[36]陈星. 英国小学阶段体育教育政策建设与启示[J]. 教学与管理, 2021, (11): 74-76.

[37]Jaimie M ,Collin B ,Cassandra I , et al.A Day in the Life: Secondary School Students’ Experiences of School-Based Physical Activity in Ireland, Finland, and the United States[J].International Journal of

- Environmental Research and Public Health, 2022, 19(3):1214-1214.
- [38]Patrick K ,M D C ,Shlomit R , et al.US School-Based Physical Fitness Assessments and Data Dissemination. [J].The Journal of school health, 2021, 91(9):722-729.
- [39]Philip V ,Jennifer Z .Examining the Provision of School-Based Athletics in Public High Schools Among Girls in the United States. [J].The Journal of school health, 2022, 92(9):831-840.
- [40]李冰, 周爱光. 二战后日本青少年课外体育活动的政策及启示[J]. 体育与科学, 2012, 33 (06): 106-112.
- [41]钱轶青, 邱祖建. 浅析日本自由俱乐部的成功经验对我国开展课外体育活动的启示[J]. 中国校外教育(理论), 2008(12):144.
- [42]孙勇. 日本中小学课外体育活动开展现状[J]. 体育教学, 2006, (03): 44.
- [43]俞皓天, 汪晓赞. 中美基础教育课外体育活动的比较研究[J]. 武汉体育学院学报, 2019, 53(04):71-74. DOI:10.15930/j.cnki.wtxb.2019.04.011.
- [44]原青林. 英国寄宿公学的课外活动[J]. 外国教育研究, 2005(09):26-29.
- [45]周浩. “双减”政策下铜陵市小学课后体育服务开展现状及对策研究[D]. 南京体育学院, 2022. DOI:10.27247/d.cnki.gnjtc.2022.000024.
- [46]周浩. “双减”政策下铜陵市小学课后体育服务开展现状及对策研究[D]. 南京体育学院, 2022. DOI:10.27247/d.cnki.gnjtc.2022.000024.
- [47]教育部办公厅关于印发《〈体育与健康〉教学改革指导纲要（试行）》的通知 - 中华人民共和国教育部政府门户网站 (moe.gov.cn)
- [48]王嘉瞳. “双减”政策背景下太原市中小学体育教育现状与发展路径研究[D]. 天津体育学院, 2023. DOI:10.27364/d.cnki.gttyy.2023.000190.
- [49]王铭福. 基于“双减”政策背景下北京市海淀区小学学校体育途径实施的调查研究[D]. 首都体育学院, 2022. DOI:10.27340/d.cnki.gstxy.2022.000125.

附录 1

教师问卷

尊敬的老师：

您好！我是安徽工程大学 2021 级运动训练的一名硕士研究生，现正在进行《“双减”视域下芜湖市小学体育服务发展研究》的论文工作。设计此问卷的目的是为了全面了解“双减”后芜湖市学校体育发展情况，分析其中存在的问题，更好的推动芜湖市小学体育发展。本次问卷不要求署名，结果只做研究使用，并将严格为您保密，不会对您的生活造成影响。

衷心感谢您的协助和支持！

填写说明：

- 1、请在“_____”，填写您宝贵的答案。
- 2、请在符合您的选项上大“√”。

1、您的性别是：_____ [单选题]

A. 男 B. 女

2、您所在的学校是：_____

3、您的年龄是：_____

4、您从事体育教学工作时长是：_____ [单选题]

A. 1-2 年 B. 2-3 年 C. 3-4 年 D. 4-5 年 E. 5 年以上

5、您的学历是：_____ [单选题]

A. 专科以下 B. 专科 C. 本科 D. 研究生

6、您的职称是：_____ [单选题]

A. 正高级 B. 高级 C. 一级 D. 二级 E. 三级 F. 无职称（外聘教练）

7、您所在的学校每年组织外出学习的次数是：_____ [单选题]

A. 0 次 B. 1 次 C. 2 次 D. 3 次 E. 4 次以上

8、学校场地器材是否满足体育教学活动的：_____ [单选题]

A. 完全满足 B. 满足 C. 一般 D. 不满足

9、体育课教学内容：_____ [多选题]

A. 篮球 B. 足球 C. 田径 D. 羽毛球 E. 乒乓球 F. 排球 G. 健美操 H. 跳绳 I. 武术

J 轮滑 K 游泳

10、教师体育与健康课程内容选择依据情况：_____ [单选题]

A. 学校场地器材 B. 教师专项特长 C. 学生身心特点 D. 学生运动兴趣 E. 教师改编自创 F. 学校内容安排

11、常用教学方法选择：_____ [多选题]

A. 综合练习法 B. 比赛练习法 C. 游戏练习法 D. 循环练习法 E. 讲解法 F. 示范法

12、您所在的学校每年举办体育竞赛的次数是：_____ [单选题]

A. 0 次 B. 1-2 次 C. 3-4 次 D. 5 次以上

13、您认为学校每年用于体育竞赛的经费是：_____ [单选题]

A. 完全满足 B. 满足 C. 一般 D. 不满足

14、您对“双减”政策了解程度是：_____ [单选题]

A. 非常了解 B. 了解 C. 一般 D. 不了解

15、您所在的学校是否开展课后体育延时服务：_____ [单选题]

A. 是 B. 否

16、每周开展课后体育延时服务活动次数是：_____ [单选题]

A. 1 次 B. 2 次 C. 3 次 D. 4 次

17、贵校课后体育服务每节课时长是：_____ [单选题]

A. 30 分钟以下 B. 30-45 分钟 C. 46-90 分钟 D. 90 分钟以上

18、您对课后体育延时服务开展效果：_____ [单选题]

A. 非常满意 B. 比较满意 C. 一般 D. 不满意

19、您对课后体育延时服务活动教练待遇：_____ [单选题]

A. 非常满意 B. 比较满意 C. 一般 D. 不满意

20、您认为影响课后体育延时服务发展的原因：_____ [多选题]

A. 学生积极性差 B. 师资力量不足 C. 运动项目较少 D. 场地器材不足
E. 经费不足 F. 薪资待遇不合理 G. 家长不支持 H. 其他

21、体育活动的主要开展方式是：_____ [多选题]

A. 早课间 B. 大课间 C. 体育课 D. 课后体育服务 E. 学生社团 F. 薪资待遇不合理 G. 家长不支持 H. 其他

22、“双减”政策后您每周课时是否有所增加：_____ [单选题]

A. 是 B. 否

23、“双减”政策后贵校开展体育竞赛的频率是否增加：_____ [单选题]

A. 是 B. 否

24、“双减”政策后参与体育竞赛的学生人数是否增加：_____ [单选题]

A. 是 B. 否

25、您认为学校领导对课外体育活动重视程度是：_____ [单选题]

A. 非常重视 B. 重视 C. 一般 D. 不重视

26、以您对“双减”及相关政策的理解，您对小学体育服务发展有哪些建议？

附录 2

学生问卷

亲爱的同学：

你好！我是安徽工程大学 2021 级运动训练的一名硕士研究生，现正在进行《“双减”视域下芜湖市小学体育服务发展研究》的论文工作。设计此问卷的目的是为了全面了解“双减”后芜湖市学校体育发展情况，分析其中存在的问题，更好的推动芜湖市小学体育发展。本次问卷不要求署名，结果只做研究使用，并将严格为您保密，不会对您的生活造成影响。

衷心感谢您的协助和支持！

填写说明：

- 1、请在“_____”，填写您宝贵的答案。
- 2、请在符合您的选项上大“√”。

1、你的性别是：_____ [单选题]

A. 男 B. 女

2、你所在的年级是_____ [单选题]

- A 一年级
B. 二年级
C. 三年级
D. 四年级
E. 五年级
F. 六年级

3、你所在的学校是：_____

4、你每周的体育课的次数是：_____ [单选题]

A. 1 节课 B. 2 节课 C. 3 节课 D. 4 节课

5、你在体育课上最喜欢参加的体育项目是_____ [单选题]

A. 篮球 B. 足球 C. 田径 D. 羽毛球 E. 乒乓球 F. 排球 G. 健美操 H. 跳绳
I. 武术 J. 轮滑 K. 游泳

6、你每天参加运动的时长是：_____ [单选题]

A. 30 分钟 B. 1 小时 C. 1-2 小时 D. 2-3 小时

- 7、你参加过课后体育延时服务吗：_____ [是/否]
- 8、你具体参加过哪些课后体育延时服务项目：_____ [可多选]
A. 篮球 B. 足球 C. 排球 D. 乒乓球 E. 羽毛球 F. 拉丁舞
G. 啦啦操 H. 跳绳 I. 田径（跑、跳、投） J. 其他
- 9、你喜欢参加课后体育延时服务吗：_____ [单选题]
A. 非常喜欢 B. 喜欢 C. 不喜欢 D. 一般
- 10、你认为目前课后体育服务是否可以满足你的运动需求：_____ [单选题]
A. 可以 B. 不可以
- 11、你希望学校开设更多的课后体育延时服务吗：_____ [单选题]
A. 希望 B. 不希望
- 12、你参加课后体育延时服务的原因是：_____ [多选题]
A. 可以锻炼身体 B. 喜欢开设的运动项目 C. 可以缓解学习压力 D. 可以和好朋友一起
E. 家长支持 F. 其他
- 13、你每周参加课后体育延时服务的次数是：_____ [多选题]
A. 0 次 B. 1-2 次 C. 3-4 次 D. 5 次以上
- 14、你每次所参加的课后体育延时服务进行的时常：_____ [单选题]
A. 0—30 分钟以内 B. 30—45 分钟 C. 45—60 分钟 D. 60 分钟以上
- 15、你喜欢体育课还是课后体育延时服务是：_____ [单选题]
A. 体育课 B. 课后体育延时服务 C. 两个都喜欢 D. 两个都不喜欢
- 16、你认为体育课对你的影响：_____ [多选题]
A. 可以锻炼身体 B. 学习运动技能 C. 缓解学习压力 D. 应付体育考试
E. 没有影响 F. 减肥 G. 其他
- 17、你对体育课的内容的是否满意：_____ [单选题]
A. 非常满意 B. 满意 C. 一般 D. 不满意
- 18、你认为体育课让你感到：_____ [单选题]
A. 开心有趣 B. 枯燥无聊 C. 没有感觉
- 19、你所在的学校是否有早课间活动：_____ [单选题]
A. 有 B. 没有
- 20、你所在的学校早课间活动进行的时常：_____ [单选题]
A. 0—10 分钟 B. 10—15 分钟 C. 15—20 分钟 D. 20—25 分钟 E. 25 分钟及

以上

21、在早操时间你选择的运动形式是：_____ [单选题]

A. 学校统一安排 B. 自由活动 C. 两者都有

22、你所在的学校是否有大课间活动：_____ [单选题]

A. 有 B. 没有

23、你所在的学校大课间活动进行的时常：_____ [单选题]

A、0—10 分钟 B、10—15 分钟 C、15—20 分钟 D、20—25 分钟 E、25 分钟及以上

24、在大课间时间你选择的运动形式是_____ [单选题]

A. 学校统一安排 B. 自由活动 C. 两者都有

25、你每年参加几次体育竞赛_____ [单选题]

A. 0 次 B. 1 次 C. 2-3 次 D. 4-5 次

26、你参加体育竞赛的途径_____ [多选题]

A. 班级组织竞赛 B. 学校组织竞赛 C. 社会组织竞赛 D. 政府组织竞赛

附录 3

家长问卷

尊敬的家长：

您好！我是安徽工程大学 2021 级运动训练的一名硕士研究生，现正在进行《“双减”视域下芜湖市小学体育服务发展研究》的论文工作。设计此问卷的目的是为了全面了解“双减”后芜湖市学校体育发展情况，分析其中存在的问题，更好的推动芜湖市小学体育发展。本次问卷不要求署名，结果只做研究使用，并将严格为您保密，不会对您的生活造成影响。

衷心感谢您的协助和支持！

填写说明：

- 1、请在“_____”，填写您宝贵的答案。
- 2、请在符合您的选项上大“√”。

1、您的性别是：_____ [单选题]

A. 男 B. 女

2、您是孩子的：_____ [单选题]

A. 父亲 B. 母亲 C. 祖父母 D. 曾祖父母 E. 其他

3、您的最高学历是：_____ [单选题]

A. 初中以下 B. 高中 C. 大专 D. 本科 E. 硕士以上

4、您孩子上几年级：_____ [单选题]

A. 一年级 B. 二年级 C. 三年级 D. 四年级 E. 五年级 F. 六年级

5、您是否了解课后体育延时服务：_____ [单选题]

A. 了解 B. 不是很了解 C. 不了解

6、您对孩子参加课后体育服务的态度是：_____ [单选题]

A. 非常支持 B. 支持 C. 不支持也不反对 D. 反对 E. 非常反对

7、您认为课后体育延时服务对孩子的影响有哪些：_____ [多选题]

A、有益身心健康、缓解学习压力 B、培养学生课外兴趣、掌握更多体育技能
B、培养团队意识、提高自我管理能力 D、增强学生自我社交能力
E、其他

8、您对孩子参加课后体育服务的担忧有哪些：_____ [多选题]

A、浪费学习时间、耽误学习成绩 B、担心教学不当、造成运动损失

B、担心课后体育服务存在隐形费用 D、认为孩子没有运动天赋
E、其他

9、您认为课后体育服务是否缓解孩子的学习压力：_____ [单选题]

A. 可以缓解 B. 没有明显效果 C. 没有关注过

10、您认为体育锻炼是否重要：_____ [单选题]

A. 非常重要 B. 重要 C. 一般 D. 不重要

11、您主动在课外时间带孩子进行体育锻炼的频率是：_____ [单选题]

A. 从不 B. 偶尔 C. 经常 D. 每天

12、您孩子每天进行体育锻炼的时长是：_____ [单选题]

A. 30 分钟以内 B. 30-40 分钟 C. 40-60 分钟 D. 60 分钟以上

13、您在课外时间给孩子报名几个有关体育类的兴趣班：_____ [单选题]

A. 0 个 B. 1 个 C. 2 个 D. 3 个以上

14、您对孩子参加体育竞赛的态度是：_____ [单选题]

A. 非常支持 B. 支持 C. 不支持也不反对 D. 反对 E. 非常反对

15、您的孩子每年会参加几次体育竞赛：_____ [单选题]

A. 0 次 B. 1 次 C. 2 次 D. 3 次及以上

16、您孩子参加体育竞赛的途径_____ [多选题]

A. 班级组织竞赛 B. 学校组织竞赛 C. 社会组织竞赛 D. 政府组织竞赛
E、其他

17、您认为学校开展的体育服务不足有哪些：_____ [多选题]

A. 运动项目不足 B. 教师组织不到位 C. 开展频率不足 D. 场地器材不足
E. 学校管理制度不够完善 F. 害怕出现安全问题 G. 其他

18、您对小学体育服务发展有哪些建议？

附录四

访谈问卷

- 1、在“双减”背景下，贵校在发展学校体育中具体有哪些措施？
- 2、贵校体育场地设施情况如何，请简单介绍一下
- 3、贵校开设体育课情况及开设哪些运动项目？
- 4、请问贵校每年举办几次校级体育赛事？影响贵校开展体育赛事的主要因素有哪些？
- 5、您对“双减”政策是否了解，请介绍一下贵校开展课后体育服务频次、内容及组织形式
- 6、请简要介绍贵校体育经费补给力度及使用情况
- 7、针对课后体育服务实施效果，贵校具体有哪些评价机制？

硕士期间研究成果

《安徽省高校竞技健美操现状与分析》，科技新时代，第一作者

致 谢

欲买桂花同载酒，终不似，少年游。行文至此，落笔之处，意味着研究生生涯到此结束。在这座充满活力的校园中，留下的是青春和沉甸甸的回忆，纵有万般不舍，但仍心怀感激。

饮水流者怀其源，学其成时念其师。在本篇论文即将完成之际，谨向我的指导老师胡万祥老师表示衷心的感谢，从论文开题到定稿的这段时间以来给予我耐心地指导和帮助，细致地检查我论文中的错误并提出宝贵的修改意见，从老师身上我学到了严谨治学的态度，并发现了自身的许多不足之处。再次感谢胡老师在我的毕业论文撰写过程中给予的认真指导和不断地鼓励。

树高千尺不忘根深沃土。我们的一生与无数人相逢，唯有父母从出生就在分别。感恩父母二十余载的关怀和教诲，当我最温暖坚定的避风港。在此，诚挚地感谢我的父母，在我的每一次考试都给予我鼓励和支持，因为他们无条件的信任才让我有了前进的勇气去面对一次次的考试，父母生我养我的恩情一辈子无以为报。常省己身，希望时光慢些走，唯愿我的家人平安喜乐好运常在。步入社会以后，我会不断努力，希望能成为你们的依靠。

山水一程，三生有幸。感恩相遇，我可爱的室友们、同学们，有你们的存在使我的研究生生涯并不枯燥，感恩知己，我们一起努力，一起进步，虽然最终我们都会天各一方，但是希望你们能够前程似锦。

以梦为马，不负韶华。我想未来的种种本就是一场超脱平行时空之外的蝴蝶效应。我始终相信未来的隧道都坚固，道路都光明。因为天高路长，总有明日和远方。希望在奔赴未来的路上，我们有生生不息的热爱，如星灿烂，如风自由。