

# 双减政策背景下初中体育课后服务的实践路径与优化策略

王旭廷

临西县第六中学 河北 邢台 054900

**摘要：**当前初中体育课后服务在实施过程中呈现出多样化的发展态势，同时也面临着资源配置不均、师资力量不足、评价机制不完善等现实挑战。通过深入调研发现，有效的实践路径包括构建多元化课程体系、创新服务模式、完善保障机制等关键环节。针对现存问题，提出优化策略应着重于加强政策支持、提升服务质量、健全评价体系、促进家校协同等方面。只有通过系统性的改革举措，才能真正实现体育课后服务的高质量发展，为学生全面发展创造良好条件。

**关键词：**双减政策；初中体育；课后服务；实践路径；优化策略

## 引言

随着教育改革的深入推进，双减政策的全面实施标志着我国基础教育进入了新的发展阶段。这一政策导向不仅要求减轻学生过重的课业负担，更强调要全面提升教育质量，促进学生德智体美劳全面发展。在此背景下，体育课后服务作为学校教育的重要延伸，其价值和意义得到了前所未有的重视。传统的应试教育模式下，体育教育往往被边缘化，学生缺乏充足的体育锻炼时间和机会。双减政策的出台为体育课后服务的发展创造了有利条件，使得体育教育重新回归到应有的地位。初中阶段作为学生身心发展的关键时期，体育课后服务的质量直接影响着学生的健康成长和综合素质的形成。当前各地学校在体育课后服务实践中积累了丰富的经验，但也暴露出诸多亟待解决的问题。如何在双减政策框架下构建科学合理的体育课后服务体系，成为教育工作者面临的重要课题。本文旨在通过系统分析当前初中体育课后服务的现状，探索切实可行的实践路径，并提出针对性的优化策略，为相关政策制定和实践操作提供理论支撑和实践指导。

## 1 初中体育课后服务的发展现状与问题分析

### 1.1 政策背景下的发展机遇

双减政策的深入实施为初中体育课后服务带来了前所未有的发展机遇。国家层面相继出台了一系列政策文件，明确提出要加强学校体育工作，完善课后服务体系，为体育课后服务的发展提供了坚实的政策保障。教育部门对体育教育的重视程度不断提升，将体育课后服务纳入学校整体发展规划，为相关工作的开展创造了良好的外部环境。财政投入的增加为体育课后服务提供了

必要的物质基础，学校得以改善体育设施设备，购置专业器材，为学生提供更加优质的体育活动条件。社会各界对体育教育价值的认识逐步深化，家长和社会公众开始更加关注学生的身心健康，为体育课后服务营造了良好的社会氛围。这些积极因素共同作用，推动着初中体育课后服务向着更加规范化、专业化、多样化的方向发展，为学生提供了更多参与体育活动的机会和平台。

### 1.2 当前实施过程中存在的主要问题

尽管初中体育课后服务在双减政策推动下取得了一定进展，但在实际实施过程中仍然存在诸多问题亟待解决。资源配置不均衡现象较为突出，城乡之间、区域之间、学校之间的体育设施设备和师资力量存在明显差距，影响了体育课后服务的整体质量和公平性。部分学校的体育课后服务内容相对单一，缺乏系统性和层次性，难以满足不同年龄段、不同兴趣爱好学生的多样化需求。师资队伍建设滞后，专业体育教师数量不足，现有教师的专业素养和教学能力有待进一步提升，制约了体育课后服务质量的提高<sup>[1]</sup>。评价机制不够完善，缺乏科学合理的考核标准和激励机制，难以有效调动教师参与体育课后服务的积极性和创造性。安全保障措施不够健全，风险防控意识和应急处置能力有待加强，影响了体育课后服务的可持续发展。这些问题的存在不仅制约了体育课后服务功能的充分发挥，也在一定程度上影响了双减政策实施效果的最大化。

### 1.3 学生参与情况与需求特点分析

通过对初中学生参与体育课后服务情况的深入调研，可以发现学生群体呈现出多样化的需求特点和发展趋势。大部分学生对体育课后服务表现出较高的参与热

情,希望能够通过课外体育活动增强体质、放松身心、结交朋友。不同年级学生的兴趣偏好存在明显差异,初一年级学生更倾向于趣味性强的游戏类活动,初二年级学生开始关注技能性较强的专项训练,初三年级学生则更加注重体能素质的提升。性别因素也显著影响着学生的参与选择,男生普遍偏爱球类运动和竞技性项目,女生则更多选择舞蹈、瑜伽等柔韧性训练项目。学生的个体差异决定了体育课后服务必须具备足够的包容性和灵活性,能够为不同类型的学生提供适合的发展平台。家庭背景和社会环境也会对学生的选择产生重要影响,来自不同社会经济地位家庭的学生在参与意愿和参与方式上存在一定差别。深入了解学生的实际需求,是优化体育课后服务内容和形式的重要前提,也是提高服务针对性和有效性的关键所在。

## 2 初中体育课后服务的有效实践路径

### 2.1 构建多元化课程体系

构建科学合理的多元化课程体系是提升初中体育课后服务质量的核心环节。学校应当根据学生的年龄特点、兴趣爱好和身体发展规律,设计涵盖基础体能训练、专项技能培养、团队协作游戏等多个维度的课程内容。基础体能训练课程重点围绕力量、速度、耐力、柔韧性和协调性等基本身体素质展开,通过科学系统的训练方法帮助学生全面提升身体机能。专项技能培养课程可以根据学校师资条件和场地设施情况,开设篮球、足球、排球、乒乓球、羽毛球等传统体育项目,以及武术、健美操、定向越野等特色项目,满足学生个性化的学习需求。团队协作游戏课程通过组织各类集体性体育活动,培养学生的合作精神和沟通能力,增强班级凝聚力和集体荣誉感。课程体系的构建还需要充分考虑季节性因素和天气变化,合理安排室内外活动项目,确保全年体育课后服务的连续性和稳定性<sup>[2]</sup>。还应当建立课程动态调整机制,根据学生反馈和实际效果及时优化课程设置,保持课程内容的新鲜感和吸引力。

### 2.2 创新服务模式与组织形式

创新服务模式和组织形式是提高初中体育课后服务实效性的重要途径。学校可以采用走班制、俱乐部制、项目制等多种灵活的组织方式,打破传统班级界限,让学生根据个人兴趣和特长自主选择参与项目。走班制模式允许学生不同体育项目之间流动,既满足了个性化需求,又促进了学生间的交流互动。俱乐部制模式通过建立各类体育兴趣小组,培养学生长期坚持体育锻炼的习惯,形成长效的体育文化氛围。项目制模式可以围绕特定主题或目标开展集中式训练,如中考体育项目专

项训练、校园体育节筹备等,提高训练的针对性和实效性。此外,还可以探索校际合作、社区联动等新型服务模式,整合校外优质资源,拓展体育课后服务的空间和内容。线上线下的融合服务模式也值得尝试,通过网络平台提供体育知识普及、技能指导等服务,弥补时间空间限制带来的不足。创新的服务模式需要配套完善的管理制度和运行机制,确保各项活动有序高效开展。

### 2.3 完善保障机制与管理体系

建立健全完善的保障机制和管理体系是确保初中体育课后服务可持续发展的重要基础。制度建设方面,学校应当制定详细的体育课后服务实施方案,明确服务目标、内容安排、人员职责、安全要求等具体内容,形成规范化的管理制度体系。师资保障方面,需要加大专业体育教师的招聘力度,同时加强对现有教师的专业培训,提升其组织管理能力和专业指导水平。经费保障方面,应当建立稳定的资金投入机制,确保体育课后服务所需的人力、物力、财力得到充分保障。安全保障方面,必须建立完善的安全责任制度和应急预案,定期开展安全隐患排查和安全教育培训,确保学生在参与体育活动过程中的生命安全<sup>[3]</sup>。评价监督方面,需要建立科学合理的绩效评估体系,定期对体育课后服务的实施效果进行监测和评估,及时发现问题并加以改进。信息化管理方面,可以利用现代信息技术手段建立学生体质健康档案和服务质量监控平台,提高管理效率和服务水平。

## 3 初中体育课后服务的优化策略与发展建议

### 3.1 加强政策支持与统筹规划

加强政策支持与统筹规划是推动初中体育课后服务高质量发展的根本保障。政府部门应当进一步完善政策法规,明确体育课后服务的地位作用和发展方向,为学校开展相关工作提供清晰的政策指引。财政部门需要加大对体育课后服务的资金支持力度,设立专项资金用于改善体育设施设备、培训专业师资、购买社会服务等关键环节。教育行政部门应当加强统筹协调,制定区域性发展规划,推动区域内学校资源共享和优势互补,避免重复建设和资源浪费。建立跨部门协作机制,整合体育、卫生、文化等部门资源,形成推动体育课后服务发展的合力。完善督导评估机制,将体育课后服务纳入学校办学质量评估体系,强化结果运用和激励约束。建立科学的评价指标体系,包括服务质量、学生满意度、健康促进效果等多个维度,定期开展专项督导检查。强化评估结果运用,将其作为学校评优评先、干部考核任用的重要依据<sup>[4]</sup>。政策制定过程中应当充分听取一线教师、学生家长和社会各界的意见建议,通过座谈会、问

卷调查、专家论证等多种形式,确保政策措施的科学性和可操作性。建立政策实施效果的跟踪评估机制,定期收集反馈信息,及时调整完善相关政策,确保政策目标的实现和可持续发展。

### 3.2 提升服务质量与专业水平

提升服务质量与专业水平是增强初中体育课后服务吸引力和影响力的关键所在。学校应当高度重视体育教师队伍的专业化建设,通过多种途径提升教师的专业素养和教学能力。组织开展定期的专业培训和继续教育,邀请专家学者进行专题讲座和实践指导,帮助教师更新教育理念和掌握先进教学方法。建立教师交流学习平台,鼓励教师参加各类学术研讨和经验分享活动,促进专业成长和能力提升。引进社会专业人才,通过购买服务等方式聘请退役运动员、专业教练员等高水平人才参与体育课后服务,提升整体专业水平。完善教师激励机制,将体育课后服务工作纳入教师绩效考核体系,在职称评定、评优评先等方面给予适当倾斜。加强教学质量监控,建立常态化的听课评课制度,及时发现和解决教学中存在的问题。注重教学研究和改革创新,鼓励教师结合实际情况开发新的教学内容和方法,不断提高体育课后服务的科学性和有效性。

### 3.3 健全评价体系与反馈机制

健全科学合理的评价体系与反馈机制是促进初中体育课后服务持续改进的重要手段。评价体系建设应当坚持多元化原则,综合考虑过程性评价和结果性评价,定量评价和定性评价相结合。建立学生体质健康监测体系,定期对学生身高体重、肺活量、耐力素质等指标进行测试,客观反映体育课后服务对学生身体素质的影响。完善学生满意度调查机制,通过问卷调查、座谈访谈等方式了解学生对体育课后服务内容、形式、效果等方面的评价意见。建立教师工作评价制度,从教学态度、专业水平、组织能力、学生反馈等多个维度对教师工作进行综合评价。构建家长参与评价机制,定期征求

家长对体育课后服务的意见建议,形成家校共育的良好局面。建立第三方评估机制,委托专业机构对体育课后服务实施情况进行独立评估,确保评价结果的客观公正<sup>[5]</sup>。反馈机制建设方面,需要建立畅通的信息反馈渠道,及时收集整理各方意见建议,形成问题发现、分析、解决的闭环管理机制。定期发布体育课后服务发展报告,向社会公开服务开展情况和取得成效,接受社会监督。

### 结语

双减政策背景下初中体育课后服务的发展既是时代要求,也是教育改革的重要内容。通过深入分析当前发展现状和存在问题,探索有效的实践路径,提出针对性的优化策略,为推动体育课后服务高质量发展提供了有益思路。未来需要政府、学校、社会各方面共同努力,不断完善政策支持体系,提升服务质量和专业水平,健全评价反馈机制,真正实现体育课后服务的育人功能。只有坚持以学生发展为中心,遵循教育规律和学生成长规律,才能构建起科学高效的体育课后服务体系,为培养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。这不仅是对双减政策的积极响应,更是新时代教育事业改革发展的重要体现。

### 参考文献

- [1]肖虎平."双减"政策下初中课后延时体育服务的优化路径研究[J].课堂内外(高中版),2025(9):185-187.
- [2]兰晓龙."双减"政策背景下福州市闽侯县初级中学体育课后服务的发展路径研究[J].运动与健康,2024,3(10):121-124.
- [3]杨瑞雪,赵特."双减"背景下旅顺初中课后体育服务的开展现状[J].灌篮,2021(28):98-99.
- [4]白宗亚.双减政策下课后初中体育活动的优化[J].体育画报,2022(9):202-203.
- [5]蔡锴."双减"背景下初中课后体育服务的开展策略[J].求知导刊,2023(17):128-130.