

# 新时代小学体育教育家校联动改革研究\*

李欣 邵洁 赵克磊 祝林

(成都大学体育学院, 四川 成都 610106)

**摘要:** 新时代学校体育教育改革的总体目标转变为培养适应新时代国家和社会需要的综合性人才。小学阶段是人生身体发展关键的时期, 在这个时期积极地参加体育锻炼, 有助于身体的健康发展。小学生对父母和家庭有很强的依赖性, 家庭的体育影响力更比在学校的体育影响力强。本文以成都市小学家校联动体育开展情况为例, 探讨新时代小学体育教育家校联动改革。以期能有效促进学生的体质健康发展, 成为适应新时代国家和社会需要的综合性人才。

**关键词:** 体育教育 学校体育 家校联动

**DOI:** 10.12319/j.issn.2096-1200.2022.15.92

小学阶段, 是人生身体发展关键的时期, 在这个时期小学生如果积极地参加体育锻炼, 将有助于身体的健康发展<sup>[1]</sup>。当今社会, 节奏快、要求高, 人们的机会很多, 挑战也很多, 想要抓住机会, 完成挑战, 首先必须要有一个健康的体魄。对于小学生而言, 从小需要养成良好的生活习惯和树立锻炼身体的意识, 以后才能抓住机会, 完成挑战。儿童是祖国的花朵, 他们的体质健康是国家未来的体质健康, 决定着国家未来的发展。目前的儿童青少年体质健康情况并不理想。引起儿童青少年体质健康下降的原因有很多, 来自家庭、学校、社会等各个方面, 体育锻炼不充分, 营养搭配的不合理, 不良的生活方式, 不好的习惯等各种因素都能影响到学生的体质健康<sup>[2-3]</sup>。所以需要从小开始, 树立一个终身体育锻炼的意识, 热爱体育, 积极参加体育锻炼。在小学期间, 如要养成终身体育锻炼的习惯, 光靠学校体育和体育老师是不够的, 家庭的作用比学校大, 需要家校合作, 共同努力, 督促小学生更好的体育锻炼<sup>[4]</sup>。所以在小学阶段, 加强家长与学校相互配合, 才能更有效地促进学生的体质健康发展, 从而达到终生体育锻炼的目标。

## 一、研究意义

通过学校体育和家庭体育的联合教育, 学校体育课可以让小学生对体育有一定的认识<sup>[5]</sup>。通过身体练习学习到运动技能, 知识, 不仅满足了兴趣爱好, 丰富家庭生活, 而且还促进了家庭的稳定, 达到了休闲娱乐, 增强体质的效果。有了良好的身体体质, 增加了身体的灵敏度, 协调性

等, 而且还可以促进其身体的生长发育。通过学校和家长的体育配合, 可以增加小学生对体育的兴趣, 增加体育锻炼的时间, 从而到达锻炼身体和养成体育锻炼的习惯。形成一种健康的生活方式。对小学生来说, 这个年龄正是处在生长发育的时期, 常常参加一些体育活动, 不仅可以增强小学生们基础的体育技能, 如, 跑, 跳, 投等, 不仅可以形成很棒的身体姿态, 灵敏性, 协调性等, 还可以促进其身体发展, 增强体质。依据国内外的统计资料显示: 经常参加身体锻炼的小学生与那些从不参加体育锻炼的小学生相比, 身高存在显著性差异。另外, 对于小学生来说, 在家长的陪同下开展体育锻炼, 还可以增加家庭情感, 促进家庭和睦, 更有利于小学生身心健康<sup>[6]</sup>。因此, 研究小学体育教育家校联动具有重要意义的, 本研究希望通过提出小学体育教育家校联动的改革措施, 为新时代小学教育提供一些新的思路, 也可为五育并举、五育融合提供一些实践参考。

## 二、成都市小学体育教育家校联动现状

本文通过对成都市某小学家校联动现状进行分析, 了解目前小学家校体育联动的情况, 寻找不足, 对存在的问题加以分析, 据此为小学家校联动的发展提供更好的方法和策略, 最终实现通过家庭和体育教师将体育锻炼发展成小学生的终生体育锻炼, 提高小学生的身体健康水平的目的。学校体育是整个学校教育和体育的有机结合, 是中国体育阶级的基础和重点。学校体育是指在以学校教育为主, 运用体育运动、卫生保健等方法, 对受教育者施加影

\* 项目名称: 2020 年度成都大中小学思想政治工作研究基地项目成果“五育融合视角下新时代成都市小学劳动教育体系构建研究”项目编号: DZX202022; 2020 年成都市教育科研规划课题教育改革发展专项“五育融合视角下小学劳动教育课程体系发展改革研究”, 项目编号 JYGGFZ202003; 成都大学体育学院国家一流本科专业建设点(体育教育)建设阶段成果。

响,促进其身心健康发展的有目的有计划有组织的教育活动。家校联动是指家庭体育和学校体育在体育方面合作,通过相互的合作配合,到达锻炼学生身体的素质,增强身体健康水平的目的。成都市某小学校,其一二年级,每周四节体育课,三到六年级,每周三节体育课,每节体育课四十分钟。每天两次体育大课间时间,一次大课间时间二十五分钟。每天两次眼保健操时间,一次五分钟。每天下午都有体育兴趣班,有足球、网球、篮球、乒乓球、体育舞蹈,学生自愿选择,一次一个半小时。通过学校一系列的体育活动,能达到每位同学每天锻炼一小时的体育锻炼要求。该校体育教育分为三个阶段,首先,学习阶段,学习基本的运动方法和基本锻炼身体的知识。然后是锻炼身体阶段,通过学校的体育课,体育兴趣班,大课间,课内外的时间来进行身体的锻炼。最后,形成习惯阶段,培养学生主动锻炼身体,形成固定的习惯,积极参加体育锻炼。

该校体育基础设施不错,有网球场,篮球场,羽毛球场,健身器材等一系列体育设施。周边体育基础设施很全,离四川师范大学很近,大学里有标准塑胶田径场、标准游泳池、室内球场、室外篮球场、排球场、羽毛球场、网球场等,还有器材完备的健身房、乒乓球馆以及现代化的综合体育馆。这些完善的体育设施为万科分校家庭体育锻炼提供了良好的场地。调查显示,该校学生家长的体育意识比较好,许多家长都利用周末或者寒暑假带孩子参加体育锻炼,如家庭爬山,家庭羽毛球,家庭网球等,有家长还让孩子参加体育兴趣班,家长的健康意识观念比较强。且文化程度越高,家庭收入越高的家长越重视体育锻炼,重视身体素质。学校还不定期地举行家校足球比赛,家校篮球比赛,家校网球比赛等。家长和学生的比赛,学生和老师的比赛,老师和家长的比赛,这样通过家校联动的模式,将学校体育和家庭体育很好地结合在一起,不仅是体育技能的巩固和提高,还潜移默化的让学生养成了喜欢运动地好习惯。达到了终生锻炼的目的。学校也重视对学生的身体素质,树立了“健康第一”的体育教学理念,促进了学校,家庭,学生对身体素质的重视。开展一系列的家校联动活动,让学校的体育氛围很浓厚,进一步让学生和家长重视对体育锻炼的重视。学习体育和家庭体育的亲密合作,展开的完善的体育教育,让学生明白健康的重要性。在学校学习体育是基础,家庭体育是完善和巩固,在学校和家庭双重作用下,对他们的体育锻炼意识和参加体育锻炼的积极性有着良好的作用。对他们的健康成长、形成健康的生活方式和行为具有深远的影响。

### 三、成都市小学体育教育家校联动优缺点分析

#### (一) 优点

学校领导重视学生的体育教学工作,学校领导重视对学生的体育锻炼。能够保证每一个学生每天锻炼一小时的体育活动时间。学校体育老师重视小学生的体育锻炼情况,不管在体育课上还是其他体育活动时间,体育老师都尽心尽责的督促小学生完成活动量。家庭基础设施完善,社区体育设施完善,有网球场,羽毛球场,篮球场,体育器材若干,社区周围有小学中学和高校,能满足各个年龄阶级的体育活动要求。为家庭体育提供了完善的体育设施,方便参加体育锻炼。家长重视体育锻炼,根据调查,大多数的家长都带孩子参加体育锻炼活动。这和家长的文化程度,职业,和家庭条件有关系。在学校周边居住的居民,大多数的家庭经济条件都不错,调查显示,家庭条件越好的,越重视体育锻炼的程度越高,锻炼的次数也越多。家长文化水平高的也重视体育锻炼。

#### (二) 缺点

学校本身的体育场地较小。因为场地较小的原因,所以不能开展比较大的家校联动活动。在开展家校联动时,来学校的家长不少,但是能真正参与活动的家长较少。学校有一个不标准的200M塑胶跑道,一个不标准的篮球场,两个羽毛球场,四个乒乓桌。对于全校约1100的小学生来说,场地不够。没有健全的家校联动机制,没有家校联动体育委员会,每次参加家校联动活动时,参加的家长都是大同小异。没有调动全校家长的积极性,可以建立家校联动体育委员会,在学校老师和家长共同努力下,形成一个健全的家校体育联盟,定期地举办各种家校体育活动,调动全校家长参加体育锻炼的积极性。家长缺少体育知识,缺少合理安排体育锻炼的方法,不能科学的,合理的安排小学生体育锻炼。有的家庭,10天才锻炼一次,锻炼的量不够;有的家庭每天都是大强度的锻炼,缺乏基本的体育锻炼常识。

### 四、促进成都市小学家校联动策略

#### (一) 加强健康教育,提高孩子健康意识。

要提高小学生的健康教育,学校体育教育是基础,家庭体育教育是巩固和发展,在小学阶段,形成良好的生活方式和良好的生活习惯,对他们的健康成长和生长发育都有很强的影响力。通过学校学习的体育技能和健康知识,这种知识和技能又会在家长的教育和影响下,通过实践,反复的锻炼,持久积累,最终形成。所以,家庭和学生对小学生的健康知识的学习和体育技能的提高,让学生学会

健康的生活方式，为终生健康打下坚实的基础具有重要意义。我们建议家长也一起加强健康教育，提高自己的健康意识，这样才能更准确的孩子的健康状态，采取合理的锻炼方式，更精准的助力孩子健康成长。

### （二）转变家长思想

现在许多家长认为，学生的学习更重要，只要学习好，其他都不重要，首先这种想法是错误的，学习好的前提是身体健康，如果没有一个好的身体，学习再好也没用。父母为了孩子的学习好，每天给孩子上补习班，很少有锻炼身体的时间。我们建议，父母应该减少孩子的学业负担，除了在学校的正常上课，应该尽量减少对孩子的各种补习班，在科学的安排学习以后，鼓励孩子多多参加体育锻炼，这样不仅劳逸结合，还有助于孩子的身心健康。并在条件许可的范围内，鼓励家长和孩子一起参与体育锻炼，当家长从中得到身心健康的益处后，就会更加支持孩子参加体育锻炼。

### （三）加强学校体育教师队伍建设

在家校联动的模式中，需要体育教师有科学的方法，能够组织家校联动的能力，能达到基本效果。在家校联动中，学校是主体，所以学校应该在家校联动当中主动的积极的建立这种关系，体育教师更应该知道的职责，加强自己的技能，增强家校联动的亲密度。学校可以不定期地举行家校联动活动，如世界杯期间举行家校足球比赛，奥运会期间举办家校田径比赛，让学生，家长，老师都参加进来，提高家校体育合作的亲密度。

### （四）创建更好的家庭体育环境

要开展家庭体育，体育设施是必备的条件。可以根据本小区的需要来配备基本的体育设施。建立的活动区域是在居民小区里，不能太远，如果远了，来参加的居民少了，体育设施使用的情况就少了。要因地制宜地建设体育设施，要根据每个小区的人口情况和年龄情况来投入体育设施。在建立时，应充分考虑小学生的家庭体育活动，这样可以更好的服务各个年龄阶段的人民。可以达到全民建设的效果，也提高了家庭体育活动的运动量。就目前来看，成都市城区的各个小区都建有一定数量的健身器械，体育培训机构更是遍地开花，家长可以根据家庭实际情况选择不同的体育场所和体育项目，和孩子一起参与体育锻炼。

### （五）加强对家校联动机制的建立

为了进一步加强学习体育和家庭体育的联系，可以成立家校和学校的体育联盟。定期地开展家校联动活动，如

家校联动运动会，家校联动足球，家校联动篮球等活动，在举行家校联动活动时，就可以充分利用到学校的体育设施，场地。以家庭为单位的组织，形式可以多变。学校体育老师还可以布置家庭体育活动的作用，让学生和家长共同完成。达到锻炼身体活动的目的，还可以促进家人情感交流。学校还可以不定期地给家长讲解基本的体育知识，体育活动的技巧，让家庭体育更科学合理。家长也可以将自己家庭在体育锻炼中发现问题和疑惑与体育教师联系，寻求更加科学合理的解决方案，既能提升体育锻炼的科学性又能增进家长与学校的情感交流。

### （六）教师和家长要善于发现孩子体育方面的特长

在参加体育锻炼的时间，家长和教师要根据孩子的特点，来选择合适他们的运动，让他们对体育运动感兴趣，调动他们的积极性，根据孩子的个人特点来因材施教，发现他们体育方面的特长和潜能。从而让他们对体育产生兴趣，达到自觉地参加体育锻炼，形成终生锻炼的目的。孩子发育存在个体差异，有的发育早有的发育晚，有的擅长平衡有的擅长速度，所以不能搞一刀切，人为的设置一个标准，这样会挫伤一部分孩子的体育运动积极性，甚至产生自卑心理。我们建议，在小学体育不设置考试成绩，只设置一个参考的达标成绩，鼓励学生以提升身心健康为主，而不是为了获取分数而搞专项训练。

## 五、结语

随着“双减”政策的实施，已经有部分家长开始转变观念，意识到了体育锻炼的重要性，将原本花在学科教育的资金和时间转投到体育锻炼上来，这种可喜的变化对小学生的身心健康也会产生积极的影响。

## 参考文献

- [1]李欣.高校与中小学体育教育共同体构建研究[J].教育与教学研究,2020,7(34):74-86.
- [2]张涵.新时代构建家校联动教育机制有效途径的研究[J].现代交际,2018(17):170-171.
- [3]张如,张意.四位一体:构建家校联动育人新模式[J].北京印刷学院学报,2017,25(06):131-133.
- [4]潘照团.三阶一轴:构建有机联动的家校网格[J].中国德育,2016(16):26-28.
- [5]国贺梅.基于搭建家校联动新平台促进家校共育新理念的研究[J].亚太教育,2015(04):209.
- [6]李欣.成都大学与中小学共建体育师资培育体系研究[J].青年与社会,2019(21):96-97.