

差异不具统计学意义 ( $p>0.05$ )。

### (三) 速度、柔韧、腰腹、耐力等素质明显下降

身体素质测试主要包括速度、柔韧、协调、腰腹、耐力素质等内容,从数据分析发现,除了协调性素质整体向好外,川南地区小学生的速度、柔韧、腰腹、耐力等素质均出现明显下降。具体情况如下:与2019年相比,50米跑方面,三、四年级和六年级的男女生均呈现下降的现象,男生幅度在0.4-0.8s之间,女生幅度在0.2-0.9s之间,男女生三年级的下降幅度都是最大。男女生各年级中只有男生五年级的均值差异不具统计学意义 ( $p>0.05$ )。坐位体前屈方面,除了男生的一、二、五年级和女生的二年级是提升状态外,男女生的其他年级均表现为下降,男生幅度-2.4--7.1cm,女生幅度为-1.1--8.5,男女生四年级的下降幅度均数最大,且各年级的均值差异均具有统计学意义 ( $p<0.01$ )。一分钟跳绳方面,整体情况向好。男女生各年级中只有女生六年级出现下降情况,幅度为-3.1次,其余各年级均呈现为上升状态,男生的增幅在1.2-38.3次,女生的增幅在1.5-25.5次。各年级中只有男女生的六年级和女生的三四年级的均值差异不具统计学意义。一分钟仰卧起坐方面,三、四年级的男女生和六年级男生均呈下降状态,男生幅度在-1.2--9.3次,其中三年级下降幅度最大,女生幅度分别是三年级-6.2次,四年级-3.6次。男生六年级的下降情况不具统计学意义 ( $p>0.05$ )。50米×8折返跑方面,只有五六年级进行测试,但是六年级的男女生均出现下降,幅度均是0.2分钟,且差异具有统计学意义 ( $p<0.01$ )。

## 家校共育视域下川南地区小学生 体质健康水平下降的原因分析

较之2019年,川南地区小学生2020年的BMI指数、肺活量和速度、柔韧、腰腹、耐力素质均呈现出明显的下降,从家校共育的视角看,主要是促进小学生体质健康的家校合力还未形成,具体表现为:家长共育意识薄弱;家校联系通道不畅;学校帮扶机制缺乏。

### (一) 家长共育意识薄弱

家校共育促进小学生体质健康水平提升的首要任务是明确家校双方的工作职责。因为只有清晰各自的职责,才能明确家校双方工作的目标和方向,提高工作的质量。在促进小学生体质健康这一过程中家长主要负责小学生校外生活和体育锻炼的管理、监督和指导,从而协助学校一起完成小学生体质健康促进的目标。但是从调查结果中发现,大多数家长觉得管好学生的吃穿、督促写好作业就是家长的职责,而体育锻炼是学校老师的责任,由此可见,家长的共育职责不明,共育意识薄弱。

### (二) 家校联系通道不畅

要提高家校共育促进小学生体质健康过程中家庭的作

用效应。家校之间及时沟通传递学生的体质健康和体育锻炼信息是关键环节。要及时传递信息,建立家长与学校、教师之间的信息传递路径就是基础。但是目前来看,家长与学校教师的主要联系路径为手机微信,联系对象是语文、数学老师,体育教师尚未与家长取得联系。由此可以想到,家长如何知道子女在学校体育知识、技能以及体育活动的参与情况,老师也不知道小学生在家里是否进行体育运动,效果如何,有什么困难等信息。由此也表明,家校信息通道不畅,双方的信息传递受阻。

### (三) 学校帮扶机制缺乏

囿于大多数家长没有经历过专业的体育健康知识与技能学习或培训,他们的体育健康知识与技能较为有限,限制了家长在小学生体质健康促进中的协同作用发挥,使不少家长在引导、指导子女进行家庭体育锻炼过程中呈现出“有心无力”的现象。面对这种情况,学校应该发挥其师资优势,建立家长的体育健康知识帮扶机制,提升家长的体育健康意识。然而,现实中绝大多数学校没有注重开展过有关家长体育健康知识和家庭体育锻炼的培训活动。因此,这也成为制约该地区小学生体质健康促进的一大重要因素。

## 提升川南地区小学生体质健康水平的路径

### (一) 提升家长共育意识

家长共育意识薄弱是影响川南地区小学生体质健康促进的重要因素之一。因此,明确家长在家校共育中的职责,提升家长共育意识是促进川南地区小学生体质健康水平提升必须解决的问题。采取的措施包括以下方面:一是成立“小学生体质健康促进家校委员会”,并在此基础上制定“小学生体质健康促进教学公约”,在公约中明确学校和家庭双方在促进小学生体质健康中的职责,厘清在促进小学生体质健康过程中工作目标。二是积极开展家校互动活动,提升家长共育意识。如清华附小,其通过家校共育进修学校、家校沟通日、亲子共学日、周末亲子体育锻炼等活动,让儿童带动家庭价值认同。川南地区也可以根据自身的特点,借鉴其经验,灵活地组织相应的活动,提高家长的共育意识。

### (二) 建立家校联系通道

家校联系通道不畅,家校信息传递受阻是阻碍川南地区小学生体质健康促进的又一重要因素。因此,建立家校联系路径,才能保证家校之间信息的有效传递,提高川南地区小学生体质健康家校共育的实效。随着信息交流的快速发展和手机的普及,家校联系路径的可以选择性也较多,既可以使用电话、短信等途径,也可以使用微信、QQ、电子邮件等社交交流平台,使家长和教师及时互换学生的体质健康信息。提高小学生体质健康,促进家校共育过程中家庭和学校工作的针对性。