

达州市中小学游泳课教学现状及改革思路

何青春 许佳旭

四川大学锦江学院, 四川眉山, 620000;

摘要: 游泳运动是一项最基本的求生技能^[1], 也可将游泳作为健身锻炼的选择方式, 不仅适用面广, 健身效果显著, 而且是一种可长期坚持的运动健身项目且能有效促进学生的健康成长。本研究将以达州市部分中小学为例进行实地考察, 从学生对游泳的兴趣、游泳学习情况、场馆资源、学校从事游泳教学的师资条件、学校领导对游泳课程开展的支持程度, 学生和家长对参与游泳课程的意愿等方面为切入点, 分析达州市部分中小学开设游泳课程存在的问题和遇到的阻力, 并根据存在的问题提出针对性建议, 为推动达州中小学游泳课程开展建言献策。

关键词: 达州中小学; 游泳课程; 教学改革; 教学情况

DOI: 10.64216/3080-1516.26.02.099

游泳作为一项重要的水上运动, 不仅能全面锻炼身体, 还是一项生存技能^[2]。四川省教育厅在《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的实施意见》中明确提出“推广游泳等特色体育项目进校园”, 鼓励有条件的学校将游泳纳入体育课程体系。达州市作为试点城市之一, 积极响应这一政策导向。达州市教育局于2022年印发《达州市中小学体育美育劳动教育高质量发展行动计划》, 明确要求到2025年, 全市70%以上的中小学开设游泳课程, 并建立“校际资源共享”机制, 缓解部分学校场地不足问题。

1 中小学开展游泳课程的价值意义

1.1 筑牢生命安全防线, 掌握自救避险技能

游泳是中小学生必备的生存技能, 开展游泳教学能让学生掌握水中漂浮、换气、自救及施救基础方法, 有效防范溺水事故发生。相较于单纯的安全宣讲, 实操性游泳训练更具实用性, 能帮助学生克服对水的恐惧^[3], 提升突发溺水场景下的应急自救能力, 从根源降低校园溺水风险, 守护学生生命安全。

1.2 促进身心全面发育, 强化身体素质根基

游泳属于全身性有氧运动, 符合中小學生生长发育规律, 能锻炼心肺功能、提升肢体协调性与柔韧性, 缓解久坐学习带来的颈椎、腰椎疲劳, 改善视力与体态。同时, 水中运动对关节冲击力小, 适合不同体质学生参与, 长期坚持可增强耐力、爆发力等体能素质, 助力学生养成终身运动习惯, 契合“健康中国”育人目标^[4]。

1.3 培育综合素养, 塑造健全人格品质

游泳训练兼具独立性与协作性, 既能锻炼学生的专注力、抗压能力与持之以恒的毅力, 克服畏难情绪; 集体游泳课程与趣味赛事还能培养学生的规则意识、团队协作精神与竞争意识, 帮助学生释放学业压力、调节情绪, 实现身体素质与心理素质同步提升, 助力学生全面发展。

2 达州市中小学游泳课开设现状

调查达州市中小学游泳场地设施呈现明显城区集中化、农村简易化的两极分化特点, 受区域经济发展水平、地理区位条件、教育资源配置等多重因素制约, 城乡之间、校际之间的硬件差距尤为显著。

截至2025年底, 全市范围内已有126所中小学配备标准化或简易游泳场地, 但是总体覆盖率偏低, 难以满足全域中小学游泳教学普及需求。从空间分布来看, 城区学校凭借充足的教育经费、完善的基建规划, 游泳场地配备率更高, 126所涉泳学校中城区学校占比达65%, 且多为室内恒温标准泳池, 配套更衣室、淋浴间、水质循环系统、安全救生设施等硬件齐全, 可满足常态化游泳教学、赛事训练需求; 反观农村学校, 游泳场地占比仅为35%, 且大多为简易拼装泳池、露天浅水池, 缺乏专业水处理设备与安全防护装置, 部分场地因维护经费不足、管理缺位, 存在水质不达标、设施老化破损等问题, 无法开展规范的游泳教学, 仅能满足基础水上安全普及需求。

这种城乡硬件失衡, 直接导致农村中小学游泳课

开课率远低于城区，成为制约达州市全域中小学游泳教学均衡推进的核心瓶颈，也拉大了城乡学生水上安

全技能与体育素养的培养差距，根据调查和走访，达州市游泳场地设施类型与分布如下：

表 1：城区学校游泳场地设施

设施类型	典型代表	覆盖学校比例	功能特点
室内恒温泳池	达州中学、达州外国语学校	50%	全年开放，配备新风系统、水质监测设备
半露天泳池	宣汉中学、渠县二中	30%	冬季加装保温膜，夏季正常使用
校企合作	达州市第一小学、通川区实验学校	15%	与社区游泳馆共享场地，课后分时段开放

2.1.城区学校游泳场地设施现状

“室内恒温泳池”该类型为城区学校游泳场地的核心配置形式，覆盖 50%的城区学校。其核心功能优势在于全年开放，且配备新风系统、水质监测设备，是保障游泳教学与日常锻炼稳定性的核心设施。半露天泳池覆盖比例为 30%，典型代表包括宣汉中学、渠

县二中。在兼顾建设成本的同时，提升了场地的季节利用率，是城区学校游泳场地的重要补充形式。校企（校社）合作场馆，覆盖比例最低，仅占 15%，典型代表为达州市第一小学、通川区实验学校。此外，三类设施覆盖比例合计为 95%，剩余 5%的城区学校未配置专属或以其他方式开展。

表 2：农村学校游泳场地设施

设施类型	典型代表	覆盖学校比例	功能特点
露天简易泳池	大竹县农村小学、开江县乡镇中学	50%	夏季使用充气水池或天然河道改造，冬季闲置。
室内活动中心改造	渠县部分村小	30%	利用闲置教学楼搭建临时泳池
共享公共资源	万源市中小学	15%	与乡镇文化站、农技站共用场地

2.2 农村学校游泳场地设施现状

农村学校游泳场地设施的配置特征，整体呈现出简易化、临时化、资源共享化的发展倾向，与城区学校形成鲜明差异，具体可分为三类设施：

2.2.1 露天简易泳池

露天简易泳池覆盖 50%的农村学校，这是农村学校最核心的游泳场地形式，典型代表为大竹县农村小学、开江县乡镇中学。其功能特点是季节性极强：仅夏季通过充气水池或改造自然河道开展游泳活动，冬季完全闲置。这类设施建设成本低、门槛小，但受气候和自然条件限制大，安全与水质保障能力较弱 2。

2.2.2 室内活动中心改造

室内活动中心改造覆盖比例为 30%，典型代表是渠县部分村小。该类型依托闲置教学楼搭建临时泳池，属于对既有校舍资源的二次利用，既降低了新建场地的成本压力，也能在一定程度上规避极端天气影响，但仍属于临时改造设施，缺乏专业游泳场馆的配套设备与长期运营条件。

2.2.3 共享公共资源

共享公共资源覆盖比例最低，仅为 15%，典型代表为万源市中小学。这类学校通过与乡镇文化站、农

技站共用场地，实现了公共体育资源的整合共享，无需单独建设游泳场地，但也存在场地使用时段受限、教学专属权弱、专业设施不足等问题。

3 课程现状

根据达州市教育局《中小学体育课程实施方案》，小学阶段需完成不少于 12 课时的游泳教学（通常为 1-2 学期集中授课），初中阶段则要求 16-20 课时（分散至 3 个学年）。高中阶段可根据实际情况选择性开设。

3.1 实际执行情况

城区学校多数学校能按标准落实课时，例如达州中学、达州外国语学校等每周开设 1-2 节游泳课（单课时 40-45 分钟），部分学校还增设了课后兴趣班（额外增加 2-3 课时/周）。农村学校受限于场地和师资，课时量普遍缩减，部分乡镇小学仅完成 6-8 课时的教学目标，甚至存在“一学期集中教 4 课时”的现象。

3.2 不同学段课程教学现状

无论城区还是城市，小学低年级（1-3 年级）以“玩水体验”为主，侧重安全意识培养，课时占比约 30%。小学高年级（4-6 年级）开始教授基础泳姿（如蛙泳），课时占比提升至 50%。初中阶段，系统训练泳姿、耐

力及自救技能,部分学校引入“游泳达标考核”(如100米独立游泳)。

3.3 选课模式

城区学校允许学生根据兴趣选择“必修+选修”模式,例如达州市第一小学开设“进阶速游班”“水上救护实训班”等特色课程。农村学校因资源有限,多采用“普适性教学+实践课”结合的方式(如利用暑期集中教学)。

4 存在的问题

4.1 游泳课程的教学资源分配不均

在四川省内多数地级市中小学游泳教育开展现状中,教学资源分配不均并非个别地区的特殊现象,而是具有普遍性、区域性的突出问题。达州市城区学校拥有更完善、更专业的游泳教学硬件基础。城区学校游泳场地以室内恒温泳池为主要类型,占比达50%,辅以半露天泳池与校企合作专业场馆,设施具备全年开放、水质可控、安全配套齐全等特点,能够满足常态化、规范化游泳教学需求。而农村学校受经费、场地、建设条件限制,游泳教学场地以露天简易泳池为主,占比同样为50%,多为季节性使用的充气水池或简易改造水域,另有30%为室内活动中心临时改造场地、15%为乡镇公共资源共享场馆,普遍存在专业度低、受季节与天气限制大、安全保障设施不完善等问题,难以支撑系统的游泳课程教学。

4.2 游泳课程教学内容滞后

从教学内容结构来看,达州市中小学游泳课程普遍存在内容单一、实用性不足的问题。城区学校虽有半露天泳池等设施,教学仍以基础蛙泳、自由泳等竞技技能训练为主,防溺水自救、水中脱困、应急施救等核心安全内容占比不足20%;农村学校受临时改造泳池、共享公共资源等场地限制,教学内容更碎片化,多集中于夏季短期戏水体验,缺乏系统的技能进阶与安全培训,难以形成完整的游泳能力培养链条。

在课程设计逻辑上,游泳课程未能贴合县域学生的生活场景与安全需求。多数学校直接照搬城市标准课程,未结合学生暑期亲水风险高等地域特点,开发针对性的防溺水教育模块,导致教学内容与学生实际安全需求脱节,“学用脱节”现象明显。同时,课程内容缺乏分层设计,对不同年龄、不同基础学生的

差异化需求关注不足,难以实现因材施教。

4.3 游泳课程安全因素不充分

达州市部分中小学游泳教育存在安全教育体系薄弱、安全保障缺位的突出问题,安全人力与硬件配置缺口显著,专业救生员配备严重不齐,城区学校尚且难以配齐持证专职救生员,农村中小学更是直接由任课体育教师兼任救生员,无专业救生资质且应急处置能力不足。急救设备配置严重滞后,据调查农村中小学AED急救设备覆盖率不足17%,简易泳池、临时教学场地甚至无基础急救器材,突发溺水险情时难以快速施救。

5 推进达州市中小学游泳课程教学改革的针对性建议

结合达州市中小学游泳课程教学中存在的资源分配不均、教学内容滞后、安全保障不足三大核心问题,紧扣达州城乡教育发展差异、地域水文特点及四川省与达州市相关政策要求,从资源均衡、课程优化、安全筑牢三个维度提出针对性改革建议,推动全市游泳课程规范化、均衡化、实效化开展,助力2025年70%以上中小学开设游泳课程的目标落地。

5.1 统筹资源配置,破解城乡校际发展失衡难题

针对游泳教学资源城区集中、农村薄弱的现状,构建“财政倾斜+资源共享+多元建设”的资源供给体系。将游泳场地建设与改造经费向农村中小学、偏远乡镇学校倾斜,对农村露天简易泳池进行标准化升级,配备基础水质处理设备与安全防护装置,对闲置教学楼改造的临时泳池完善配套设施,提升场地教学适配性。深化“校际资源共享”机制,以城区优质游泳场馆为核心,建立城乡学校结对帮扶模式,统筹安排农村学生分时段到城区场馆开展教学实训,同时盘活乡镇文化站、农技站等公共资源,划定专属游泳教学时段,解决农村场地短缺问题。推广城区校企、校社合作模式至农村地区,鼓励农村学校与县域游泳馆、体育培训机构合作,通过购买服务的方式获得专业场地与教学支持,降低学校自建运营成本。

5.2 教学内容与地域需求、学段特点适配

5.2.1 优化教学内容结构

提升安全教学占比,将防溺水自救、水中脱困、科学施救、水域风险预判等核心安全内容占比提升至50%以上,结合本地亲水场景开发本土化防溺水水实训模块,弥补单纯竞技技能教学的不足。

5.2.2 落实学段差异化分层教学

小学低年级持续强化“玩水体验+安全意识培养”,小学高年级夯实蛙泳等基础泳姿与基础自救技能,初中阶段系统开展泳姿进阶、耐力训练与应急施救实操,针对农村学校暑期集中教学的特点,设计紧凑化、实操性强的课程内容,确保课时效能。丰富选课模式,城区学校持续优化“必修+选修”特色课程体系,农村学校结合资源条件开设简易特色班,如水上安全实训班、基础泳姿巩固班,满足学生差异化学习需求,打破农村普适性教学的单一化现状。

5.3 健全安全体系,筑牢游泳教学全流程安全防线

以“生命至上”为核心,从课程、人力、硬件、管理四个维度补齐安全保障短板,杜绝安全防控流于形式。一是完善系统化安全教育课程,将安全教学从口头警示转化为实操实训,通过情景模拟、溺水应急演练、救生技能实操等方式,让学生掌握标准化自救与施救方法,将安全课程贯穿游泳教学全学段。二是补齐安全人力与硬件配置缺口,要求所有开设游泳课程的学校配齐持证专职救生员,对农村学校体育教师开展专业救生资质培训,实现“持证上岗”;加大急救设备投入,提升农村中小学AED急救设备覆盖率,所有游泳教学场地必须配备救生圈、急救箱等基础器材,明确器材管理与更新规范。三是建立全流程安全管理机制,制定游泳场地日常巡检制度,

重点排查农村简易泳池的水质、设施安全隐患;实行游泳教学全程监护制度,根据学生人数配备足额教学与救生人员;各校结合自身场地特点制定溺水应急处置预案,并定期开展演练,确保突发险情能够快速有效处置。

参考文献

- [1]李燊.成都市青羊区无泳池小学实施游泳课程教学的案例分析[D].青海师范大学,2020.
- [2]刘美秀,于文谦.日本小学游泳教育对我国小学体育课的启示[J].浙江体育科学,2014,36
- [3]王成.从技能学习到项目教育:基于运动项目文化的高校游泳课程改革构想[J].体育学刊.2019,26(6):106.
- [4]许云松.重庆市中小学游泳课程教学现状及推广对策的研究[D].西南大学,2022.
- [5]闫婧.英国的体育课-新的启航,2012.5.13
- [6]张明飞,林少琴,程燕,纪斯超.福建省大、中、小学生参加游泳活动现状及对策研究[J].体育科学,2004(08).
- [7]中共中央办公厅国务院办公厅.中共中央办公厅国务院办公厅印发《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》[J].中华人民共和国国务院公报,2020(30):7.

作者简介:何青春(1998.01-),女,汉族,四川巴中人,四川大学锦江学院,体育学院,助教,研究生学历,研究方向:体育学。