“时间、地点你定，训练计划、锻炼器械我准备！”

社交平台上的“上门体育课”靠谱吗？

本报记者 洪 漩

体育课也能“点外卖”了。打开手机某APP，搜索上门体育课，提供该类服务的机构与个人不在少数，与之关联的关键词则主要是“少儿体育”“中考体育”“少儿体适能”“体育达标”等。“上门体育培训”悄然兴起，成了不少家长的选项，这种方式靠谱吗？

“外卖”体育课 个性化定制教学更灵活

对于不少家长而言，接送孩子辗转各类培训班耗时又费力，“点单上门”恰好解决了这个痛点。“不用接送，省下了不少路上的时间。”杭州拱墅区家长钟女士的女儿目前在幼儿园就读，平时会去培训班上体适能课。接送孩子过程中的交通拥堵与停车难经常困扰她，“教练上门可以大大地节省家长的时间和精力。”

随着教培市场竞争和用户选择的增加，“上门体育培训”也成为不少体育教培机构和教练拓展的业务范围。针对家长不同诉求，教练提供的服务很多元。有着十几年从业经历的教练安晓阳告诉记者，他们会带着专业教具上门，时间会安排在孩子放学后到晚饭前，或者周末。活动场地多为小区的公共空间。”在正式授课前，安晓阳会给学员进行测试，再根据实际定制训练计划。

那这类“私教课”是怎么收费的呢？“上门体育培训”一般课时为60-90分钟，一对一价格在200-500元，社区组团则价格与时段再议。教练员赵明告诉记者，他的一对一课程一般课时在一个半小时左右，“若是2到3个孩子，授课时长会相应拉长，当孩子达到4到8人，会相应再增配一到两位教练上门，以便更好地兼顾每位学生。”机构根据学员组团人数，也会制定不同课包价，比如4个孩子600元、8个孩子900元，由家长平摊课时费用。针对升学考、体育特长针对训练等课程，单节课定价在400-500元之间。

家长谨慎“下单” 把安全放在首位

对于提供体育私教上门服务者来说，这种服务形式便捷易上手，服务时间灵活、报酬较为丰厚。然而，随着这种服务形式的迅速兴起，家长们也开始关注体育私教上门存在的问题。家长们最为担忧的是上课的质量、安全、规范以及老师的资质和能力等问题。上门培训虽然灵活度更高，但潜在的安全隐患也较大，在不符合标准的运动场地进行体育培训活动，很有可能对孩子造成运动损伤。同时，老师是否持有证明专业能力的相关运动技能证书，也关系到孩子后续进行的体育培训是否专业。

所以，在给孩子“下单”体育“外卖”之前，首先要选择正规合法的教练或者机构，检查教练是否“持证上岗”。在浙江可通过“浙里体培”监管平台，了解体育教培机构和教练员相关信息，定期发布的“机构白名单”“教练员从业证”“体培合同范本”和“机构信用评价体系”，为青少年参与体育培训保驾护航。其次，“上门体育培训”失去场馆优势，社会性运动场地和设施潜在的安全隐患不容忽视，在提高自身安全防范意识的前提下，保险相关事宜也要提前做好约定，以防患于未然，并根据实际需求与预算选择相应服务与形式。

链接——

网友评价：

一点都不快乐：不需要接送，很方便，目前跟小区家长一起团购，价格比较实惠。

可乐：老师的教具多，但老师专业水平的高低，家长因缺乏专业知识无法评判。

王醒醒：小区的水泥地很硬，去场馆运动更能保障运动安全。

专家观点：

北京体育大学教育学院副教授高鹏：“上门体育”培训提供的训练器材在合规方面存在一定的安全隐患。整个形式，包括参与人员、场地、器材等，可能并不符合体育运动安全方面的规范，有一定的风险隐患。如果出现问题，矛盾如何处理，目前缺乏非常明确的机制和政策。

体育培训机构观点：

浙江梵想篮球俱乐部创始人蔡想：教练提供上门教培对于短期的引流招生或许有利，但长期来看，专业的体育服务还是需要专业的器材相配，比如篮球培训对硬件要求较高。另外，在机构中教学，教练也会在机构规范的制度下进行培训，培训效果更有保障。

穿杨射柳

近日，2023年金华市青少年射箭锦标赛举行，来自东阳、义乌、婺城、永康、兰溪等地的7支代表队近100名运动员参赛。

通讯员 胡扬辉

“让每个孩子都有运动场地”

嘉兴秀洲改造校园“边角料”

本报记者 孔乐佳

近日，浙江省教育厅公布了第二十三、二十四批“双减”优秀实践案例，其中，嘉兴市秀洲区教育研究和培训中心提交的《“双减”背景下中小学校园体育运动环境的设计与探索》入选。如何在“寸土寸金”的校园里营造体育运动环境，秀洲区交出了“三多”的特色答卷——多维度拓宽校园体育运动空间，多渠道提高学生校园体育运动时间，多立场提升校园体育运动质量。

以闻川小学为例，学校原本运动场地及功能较为单一，经过两年的持续改造，摇身一变成了五彩斑斓、多功能的校园体育运动空间。改造前，学校特地调查了学生们的“口味”，针对他们的体育兴趣爱好合理规划，将所有能利用起来的空间都进行改造、开发。例如，在教学楼之间，设计了主题类（攀爬）、游戏化、科技型等运动空间，让学生走出教室就能运动。

不仅如此，闻川小学还“变废为宝”，巧用教学楼道和楼梯下的“边角料”改造成零角运动空间，增设不同种类的运动角（体能角、童玩角、挑战角）和针对某一运动项目的运动角（跳跃角、拳击角、飞盘角、攀爬角等）。“学生可以在体能角的垫子上做平板支撑、仰卧起坐；在童玩角踢毽子、跳皮筋、滚铁环；在挑战角进行摸高、足球颠球挑战等，基本可以实现每个学生都有运动场地。”学校相关负责人介绍。

在此基础上，秀洲区多所学校通过楼室空地引进跳跳球、毽子等小型运动器材，分年级轮流进行课后运动，积极开展常态化、多样性体育比赛等措施，延长学生在校运动时间。前不久，磻溪教育集团桃园小学刚刚结束“七彩童玩”十周年大课间展示活动，抖空竹、滚铁环、跳皮筋、抽陀螺、踩高跷等民俗运动游戏悉数登场。

“创设校园体育运动环境推动了学生参与体育运动，促进孩子身心健康全面发展。”秀洲区教育研究和培训中心中小学体育教研员黄仁春告诉记者，目前全区中小学校都在积极开展体育运动环境创设的探索和研究，在校园内形成浓厚的运动氛围，通过推广宣传部分学校的优秀做法，让越来越多的学校更有意识地发展体育教育。