

深化体育教学改革 促进学生全面健康成长

——国家义务教育质量监测典型地区经验案例选登

福建省：

以评价与监测促进学校体育发展

国家从2015年开始,实施较大规模的义务教育体育与健康质量监测,为评价是否已达到相应的教育教学目标和深入了解体育与健康课程的实施状况提供了保障。在2021年国家义务教育体育与健康质量监测中,福建省四、八年级学生“体能达标率和主锻炼习惯的比例”均位于全国前列。

政策保障 助推发展

近年来,福建省中小学校严格按照义务教育课程方案、《福建省教育厅关于调整义务教育课程设置及比例的通知》规定,开齐开足体育与健康课程。出台了《福建省小学体育与健康学科课堂教学基本要求(试行)》《福建省初中体育与健康学科课堂教学基本要求(试行)》,围绕教学准备与设计、教学组织与实施、教学研究与反思、资源开发与利用等方面对体育与健康课堂教学提出了具体化要求。

遵循“福建教育 必强体艺”的理念,充分发挥质量监测的激励、导向、改进和发展的功能。

评价先导 综合发展

一是有效开展中小学体育与健康学科专题教研活动。省级层面分别于2014年、2015年、2017年开展儿童大肌肉动作发展研讨活动,2016年开展中小学体育教师教学技能研修活动,2019年开展福建省义务教育体育与健康学科教学指导意见解读会,2020年开展中小学体育教研员研修活动,2021年开展中小学体育与健康学科专题教学研讨活动等,有效带动了市级层面、县(区、市)级层面和学校层面教研活动的开展。

二是凸显“打基础、补短板、促

发展、创特色”的指导思想,研制并出台《福建省义务教育体育与健康教学指导意见(2018年版)》,明确了必修必学内容(如基本运动技能、心肺复苏急救知识和技能)和建议必修选学内容,丰富了教学建议,确定了评价标准,增强了教什么、怎么教、怎么学和怎么评的指导性。

三是从“教育目标、课程呈现、教学关系、评价手段、技术支持”五个维度,探讨体育与健康教学领域的深层次问题,建构学科特色的“智慧课堂”样式,从而形成“智慧课堂”学科教学优化策略、模式和课程的典型案例,为课堂教学提供多样化的借鉴模型,为促进体育课堂教学模式和学生学习方式的优化打下基础。

以赛促教 科学监测

让中小学体育教师通过参加教学比赛等,达成以赛促教、以赛促学、以赛促研,至关重要。

一是持续举办中小学体育教师教学技能比赛。从2013年起连

续举办了省中小学体育教师教学技能比赛。二是持续开展省级中小学体育与健康优质课评选活动。三是持续开展省级中小学体育与健康作业设计评选活动。

2016年,全省开展了义务教育体育与健康状况监测结果报告显示:开州区八年级学生体能达标率、锻炼习惯的比例、体育课时数达标学校比例均显著高于全国平均水平,体育教师做到有讲解、有示范、有指导地教授体育运动项目的学校比例达100%。

近年来,重庆市开州区坚持以习近平总书记关于教育的重要论述为根本遵循和行动指南,牢固树立“健康第一”教育理念,以培养学生核心素养为目标,不断健全体教融合育人机制,着力提升立德树人成效。国家义务教育体育与健康状况监测结果显示:开州区八年级学生体能达标率、锻炼习惯的比例、体育课时数达标学校比例均显著高于全国平均水平,体育教师做到有讲解、有示范、有指导地教授体育运动项目的学校比例达100%。

重庆市开州区：

建立健全体教融合育人新机制

近年来,重庆市开州区坚持以习近平总书记关于教育的重要论述为根本遵循和行动指南,牢固树立“健康第一”教育理念,以培养学生核心素养为目标,不断健全体教融合育人机制,着力提升立德树人成效。国家义务教育体育与健康状况监测结果显示:开州区八年级学生体能达标率、锻炼习惯的比例、体育课时数达标学校比例均显著高于全国平均水平,体育教师做到有讲解、有示范、有指导地教授体育运动项目的学校比例达100%。

“校内+校外”,实现运动场地标 准化

开州区坚持把学校体育设施建设纳入义务教育优质均衡发展规划,健全完善学校和公众体育场馆开放互促共进机制,着力提升体育场馆标准化水平和使用效益,让学校体育有“地”放矢。近五年,投入资金1.2亿元,新建体育场馆2个、运动场13个,改善、维修篮球场150个、足球场70个、田径场80个。严格落实《全民健身计划(2021—2025年)》,扎实开展公共体育场馆开放服务提升行动,基本实现“15分钟健身圈”体育设施全覆盖目标。

“基础+特色”,推动学校体育人 本化

全区全面落实义务教育体育与健康课程标准,坚守课程建设主阵地,建构大中小幼相互衔接、纵向贯通的一体化体育课程体系,完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”的学校体育教学模式,推进八段锦、太极拳等中华传统体育项目和“打连厢”、滚铁环等地方特色体育项目进校园、进课程。坚持体育文化及校园文化相结合,传统文化与体育教育相融合,深入推进“一校一品”“一校多品”建设。截至目前,全区创建区级以上体育特色学校96所。

“教师+教练”,促进师资队伍专 业化

近年来,开州区坚持把体育教师和教练员

队伍建设作为深化体教融合的基础性工作来抓,着力提升体育教师和教练员专业素养。

建立教师编制统筹配置和动态调整机制。全区现有专兼职体育教师1409人,成立了专门的团队研究制定中小学体育与健康学科五年周期培训方案,深入开展师训活动,其中八年级体育教师参加各级各类培训总时长达66.9学时。

坚持把教练员队伍建设作为体教融合的突破口,配备高水平教练员近700名,为学校运动队科学化建设、专业化发展提供有力支持。

“活动+赛事”,助力人才培育精 准化

围绕教会、勤练、常赛,夯实体育后备人才根基,丰富体育活动载体。一是扩大校内、校外体育活动覆盖面和参与度,广泛开展普及性体育运动和趣味活动。二是创建市级竞技体育后备人才单项训练基地3个、重点训练基地1个,定期开展“奔跑吧·少年”“体育嘉年华”等系列活动。

完善青少年学生竞赛体系,常年举办田径、足球、篮球、乒乓球、围棋等体育赛事,引导广大学生在体育竞赛中自尊自信、勇敢顽强、超越自我。

“督导+评价”,确保体育管理规 范化

切实加强“五项管理”,全面落实“双减”政策,坚持把学生体质健康管理工作纳入教育督导评估指标体系,作为学校办学水平评估重要内容,让教育督导“长牙齿”,讲好体育评价“指挥棒”。

将学校体育工作纳入开州区经济社会发展规划和教育发展规划,定期开展专项督导,实现以督压责、以督促改、以督提效。

严格执行《学生体质健康监测评价办法》,以建设全市教育评价改革特色区为契机,深入推进学校体育评价改革。开州区八年级学生身体形态正常比例高于全国9.9个百分点,学生睡眠时间达到9小时及以上比例高于全国12.6个百分点。

广西壮族自治区：

优化制度设计 为学生健康成长保驾护航

党的十八大以来,广西壮族自治区认真贯彻落实习近平新时代中国特色社会主义思想,深入实施教育强国、健康中国和体育强国战略,坚持以人为本的教育理念和“健康第一”的指导思想,坚持“五育并举”,广泛开展民族体育课堂教学、大课间活动、课余训练及运动竞赛等活动。全面深化学校体育课堂教学改革,致力于让学生在体育课和课外锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志,促进学生健康成长和全面发展。

改善办学条件, 配备齐 强体育师资

出台《广西壮族自治区学校体育教师配备和场地器材建设三年行动计划(2021—2023年)》,强力推进体育师资队伍建设和各级教育部门在机构编制部门核定的编制总量内充分考虑体育教师配备情况,按照要求配备体育教师;创新体育教师补充机制,各地各校通过教师公开招聘、特岗计划、定向培养、支教走教、全科教师兼任等方式加强体育教师配备;着力推进退役运动员进校园、体校教师或教练员到中小学

教师配备和场地器材建设三年行动计划(2021—2023年)》《关于深化体教融合促进广西青少年健康发展的实施意见》《广西壮族自治区青少年校园足球工作实施方案》及学校设置体育教练员岗位实施办法等政策文件,从制度上保障促进义务教育阶段学生体质健康发展,完善政策体系和政策执行机构体系,提高执行效率,增强监督力度。

聚焦“教会、勤练、常 赛”, 深化体育教学改革

强化体育与健康课程开设刚性要求,全区各级各类全日制普通学校体育开课齐率为100%。从2015年起,广西将小学一至六年级体育与健康课时统一调整为每周4学时,初中、高中(含中等职业学校)每周3学时,基础传统武术、现代技击、健身操等项目特点有机结合,创编了适合当代青少年锻炼的体育项目——壮拳,运用到体育大课间活动中。

与此同时,全区推行大课间体育活动制度,推广普及乒乓球、篮球、足球等项目,大力开展学生喜闻乐见、趣味性强、有地方特色、对场地器材要求不高的民族体育运动,持续推进学校体育“一校一品”“一校多品”,让学生掌握1至2项运动技能。

因地制宜挖掘、提炼民族体育项目,加强学校民族体育课程建设。全区开发出学生喜闻乐见、健身价值高、趣味性强、有地方特色、对场地器材要求不高的群众性民族体育课程项目,营造了浓郁的校园民族体育锻炼氛围。如南宁沛鸿民族中学,开发应用毽球、珍珠球、抛绣球、竹竿舞、射弩、板鞋、打陀螺、大象拔河、壮拳、竹铃球、天地球、跳大绳、板凳龙、斗鸡、太极拳、滚铁环、跳皮筋、“跳房子”、扎西巴鲁、民族健身操等多项校本课程,将壮族传统武术、现代技击、健身操等项目特点有机结合,创编了适合当代青少年锻炼的体育项目——壮拳,运用到体育大课间活动中。

天津市：

多措并举提升青少年心理健康水平

加强学生心理健康教育是落实立德树人根本任务的必然要求,也是心系国之大事、培养担当民族复兴大任的时代新人的必然要求,意义重大。

多年来,天津市始终高度重视中小学生学习心理健康教育工作,着力在资金投入、机制健全、队伍建设、平台拓展等方面持续用力,统筹全市中小学心理健康教育专业指导和组织管理,学生心理健康教育实现了系统化、均衡发展。

建好“四梁八柱”,构筑完 善工作体系

完善顶层设计,健全相关制度。近年来,天津市印发了《推进心理健康教育与思想政治教育的深度融合》提升育人质量的若干举措》等多个制度文件,从制度层面进行优化设计。同时加强协同联动,以多部门协同联动的心理健康工作机制为支点,打造全市学生心理健康教育与学校家庭教育联动体系。

强化条件保障,配强教师队伍。几年来,天津市中小学实现100%配备专兼职心理健康教师。每年安排260万元市级日常经费,

专项投入3000万元开展心理健康中心标准化建设。组成心理健康教育专家指导委员会,为每个区“一对一”配备3名“点对点”心理健康教育和家庭教育专家提供专业指导。

强化规范化管理,推进标准规范化。制定《天津市中小学校心理健康教育示范中心建设标准》,获批国家级特色校24所,认定市级特色校40所。每年进行2次心理健康教育专项检查,并建立天津市学生心理素质测评量表审核制度。

聚焦课程教材,全面建设 心育资源

发挥课程作用,规范开设课程。全市中小学100%设立周平均不低于0.5课时的心理健康教育课程。2020年10月启动中小学心理健康教育精品课程建设,共计9门中小学课程入选心理健康教育精品课程。发布全国首套学校家庭教育指导用书——《天津市学校家庭教育指导教程》,形成各阶段有机衔接、螺旋上升和全面系统的指导内容体系。面向全市中小学生家长

和教师专题录制播放家校共育示范课,提升学校家庭教育效果。

信息技术赋能,用活信息化平台。研发天津市学生心理健康服务平台,以数据化方式构建集人才培养、教学、科研、主题活动、危机干预于一体的心理健康教育服务体系。以《同学少年》中小学教育期刊为载体,拓展心理健康教育科普宣传资源。

突出专业引领,提升队伍 工作水平

一是持续开展心理健康教师专项业务培训。每年举办全市中小学心理健康教师专业培训10余场,参训教师达3000余人次。二是持续组织心理健康教师技能大赛。举办首届“同心杯”天津市中小学心理健康教育教师技能大赛,分为小学、初中等四个组别,决赛全程向全市开放,做到以赛促学、以赛促练、赛训结合。

与此同时,设立了专项研究课题,开展专项调查研究,每年定期发布《天津市学生心理健康教育水平报告》,并编制了小学、初中和高中3套《天津市中小学生学习心理

北京市昌平区马池口中心小学：

改革体育教学 满足学生多元需求

马池口中心小学是北京市昌平区最大的一所纯农村小学,下辖7所完全小学。学校秉承“以质量求生存,以特色求发展”的理念,坚持以健康幸福为最终愿景,走内涵发展道路,在传承中大胆创新。

学校以“天天锻炼、健康成长、终身受益”为目标,保证学生每天一小时的体育活动时间,普及和提高相互促进,不仅使学生树立起终身运动的体育理念,更使学生的身体素质普遍得到提高。

强化体育课程建设,提升课堂教 学质量

“六艺”课程,体育为先。学校的体育与健康课程以“六艺课程——礼、乐、射、御、书、数”主线下的“礼仪、才智、体魄、艺术、劳动、科技”中的“射——体魄”为目标,进行课程设计。

课程分为三种,第一种是基础性课程,是《体育与健康》教材内容。一、二年级安排每天一节体育课,三至六年级安排每周四节体育课。教学内容包含跑跳投、坐立行、体操技巧等基本运动技能和基本运动能力训练。第二种是拓展性课程,开展形式多样的适合不同层次学生参加的课后社团活动,每周二、周三、周四下午一小时课外活动时间,内容有田径、羽毛球、武术、小篮球、小足球、健美操等。第三种是融合性课程,每学期举办一次体育节,全员参与。

学校在建构多元体育课程体系,坚持以学生发展为根本,从满足学生需求出发,立足学校现状、适合学生身心发展,不断健全保障课程实施的管理机制,力求达到“课程成就教师,课程促进学生全面发展、个性化发展,课程推进学校特色建设”的目标。

以生为本,优化课堂教学促提升

为了优化课堂教学,学校改变备课模式,提高教学预设的有效性。每一位教师都要认真研读、感悟、领会教材,了解教材的基本精神和编写意图,体会新教材蕴含的教学理念,备出高质量的教学预案。

改变备课模式,变“教案”为“学案”。实践中,教师努力改变以往为“教”而写教案的

潜在意识,将主要精力用于服务主体学习的“学案”预设,在设计中增加有利于学生课堂生成的环节。

教学过程是动态生成的,面对信息多变、资源多彩的课堂,教师认真扮好倾听者、重组者、等待者、提升者这几种角色,做到心中有案、行中无案,寓有形的预设于无形的、动态的教学中。教师精心设计体育活动,做到动之以情,晓之以理,严而可亲,服而不畏,保持童心。用教师的语言、形体等活动,诱导和激发学生锻炼的积极性,树立信心,让学生在欢乐的环境中学习、锻炼,相互帮助。学校还把武术安排在体育教学活动中,通过学习使学生在“练”中体验学习的方法和运动的乐趣,从而培养学生学习武术的兴趣,激发学生热爱民族文化的积极情感。

推进“两操”有效实施,创新特色 社团活动

为了使学生能够健康、快乐成长,提高素质教育实效,全面落实“阳光体育”,保障每天一小时体育活动,学校坚持做好“两操”工作。

课间操,无特殊情况师生必须参加,班主任及任课教师跟操,配合体育教师引导学生维持早操纪律,保证学生出勤率及安全性。要求学生伴随音乐生做到“快、静、齐”有序入场,跑操时步伐统一、口号洪亮,充分展现学生风貌。

眼保健操也是学校狠抓的一项工作,每天上午第二节课后、下午第一节课后由任课教师负责管理,值班领导和少先队负责检查,并将其作为优秀班集体的评比条件。

学校积极打造特色社团,以田径和足球为落脚点,篮球、武术、羽毛球、啦啦操等体育社团多点覆盖,体现普及化特点。学生积极参加社团活动的同时,学会正确地评价自己,发现并挖掘自己的潜能,形成自己的特长。学生在自己选择的社团中,充分展现才能。

“奋然百尺竿头,描绘灿烂前景”。马池口中心小学期望在今后的工作中继续砥砺前行,为学生健康幸福的人生奠基,为学生成就最精彩的自己护航。