

安徽机电职业技术学院公共基础教学部文件

基础〔2025〕1号

关于进一步提升体育课课堂教学质量的通知

全体专兼职体育教师：

为深入贯彻落实习近平总书记关于教育、体育的重要论述和全国教育大会精神，全面落实《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》（中办发〔2020〕36号）及《高等学校课程思政建设指导纲要》（教高〔2020〕3号）等文件要求，聚焦学生体质提升与核心素养培养，切实提高我校体育课课堂教学质量，结合学校实际，现将有关事项通知如下：

一、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务。坚持“健康第一”和“终身体育”理念，以社会主义核心价值观为引领，以服务学生全面发展、增强综合素质为目标。充分发挥体育“以体育智、以体育心”的独特功能，帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增

强体质、健全人格、锤炼意志，深化体育教学改革，全面提升体育课课堂教学质量，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

二、总体目标

以《教育强国建设规划纲要(2024—2035年)》为指引，落实“教会、勤练、常赛”要求。到2028年，基本形成体育与德育、智育、美育、劳动教育相融并举的育人格局，建成具有体育文化内涵和以体育人特色的体育课程体系。具体目标是通过优化课程体系与内容、创新教学方法与手段、强化课堂管理、提升师资能力、完善评价机制，构建科学高效的体育课堂，显著提升学生体质健康水平，培养学生终身体育意识和能力。

三、具体措施

(一) 优化课程体系与教学内容

1. 重构课程模块：建立“体能+技能+健康”三维课程体系，如体能模块 聚焦力量、耐力、柔韧等核心素质训练；技能模块多开设学生感兴趣项目，并向舞龙舞狮、龙舟等特色项目拓展；健康模块： 融入运动损伤预防、运动营养学等健康理论知识。

2. 深化体育俱乐部制教学：继续开设篮球、瑜伽、体育舞蹈、跆拳道等15个以上运动项目俱乐部，实施“三个一”工程（加入一个俱乐部、爱上一项运动、掌握一项技能）。为病残学生开设体育保健课程，为超重学生开设体重控制课程，进一步满足学生不同需求，确保体育教育全员覆盖。

3. 强化课堂运动效率：依据学生体能差异设计分层任务，确保 80%以上学生达到中高强度运动负荷。科学运用高强度间歇训练等模式达成运动强度要求（如最大心率区间控制在 150%-180%范围），提升课堂体育锻炼效率。

4. 衔接课内外体育实践：布置“体育课外锻炼作业”，引导学生养成锻炼习惯。加强与社区、体育协会、俱乐部等社会力量合作，整合资源，为学生提供更多实践机会（如参与社区体育公益、赛事）。

5. 融入课程思政元素：将社会主义核心价值观、中华优秀传统文化、职业素养、诚实守信等有机融入教学。重点培养学生理论与实践结合能力、团结协作精神、意志品质、严谨求实态度、自主学习能力及终身体育目标信念，促进学生身心全面发展。

（二）创新教学方法与手段

1. 游戏教学法：设计与教学内容紧密结合的趣味性体育游戏（如在田径教学中运用接力赛跑游戏），寓教于乐，提升技能掌握度与课堂吸引力。

2. 情境教学法：创设运动项目实战情境，设计团队协作任务与趣味竞赛（如模拟篮球比赛场景），提升学生参与度、学习兴趣和实战能力。

3. 混合教学模式：建设体育项目优质教学资源库，推行线上线下融合教学。线上（学校平台）提供技能微课、训练视频等资源；线下课堂聚焦实践操作、动作指导与实时反馈。

4. 差异化分组教学：按体能、技能水平及兴趣分组（如：A组[高体能高技能]挑战进阶；B组[普通水平]强化基础；C组[特殊需求]定制低强度/康复训练），实施精准教学。

5. 实施“学-练-赛-评”一体化教学：每节课遵循“学知识、勤练习、常竞赛、重评价”流程。“学”教师讲解示范，传授知识与技能；“练”保障充分练习时间，巩固所学；“赛”组织小型比赛/竞赛，检验成果，激发竞争意识；“评”采用教师评价、学生自评与互评相结合，及时反馈，促进改进。

（三）提升师资能力

1. 常态化培训研修：每学期组织专项技能培训与校际公开课观摩。每学年组织教学能力研修，重点提升传统体育项目与现代教育技术融合能力。

2. 促进教研成果转化：鼓励教师制作精品课件、微课、技能示范视频并上传至学校资源平台。组织参与教学创新大赛，开发优秀教学案例（如“武术进课堂”、“体能游戏设计”），建立共享案例库并推广。

（四）强化课堂管理

1. 规范课堂常规：明确课前集合、着装要求（着运动装，禁止佩戴饰品）、器材使用规范与安全要求。完善请假制度，学生缺席需提供辅导员签字假条（电子/纸质）；安排伤病学生见习；女生生理期可免剧烈活动但需报备；安排充分、科学的热身活动和课后的整理放松活动。

2. 优化教学过程：严格教学纪律，教师须规范管理，及时

制止课堂违纪行为（如玩手机、擅自离开课堂等），确保学生全程认真参与，教师视野覆盖全体学生，对高风险动作（如短跑、器械体操、投掷项目、对抗项目）进行重点保护与指导，确保学生在能力范围内练习，保障学生安全。

3. 特殊学生关照：密切关注特殊体质学生或身体不适学生的状态，给予区别对待或安排见习。将心理健康元素融入课堂，关注学生情绪状态，必要时与班干部、特殊学生或相关辅导员进行课后沟通。

4. 运动伤害事故预防和应急处理措施：课前、课中随时关注场地（地面、设施）和器材的安全性，及时排除隐患；熟悉运动损伤等突发情况的应急处理流程，具备基本的急救知识和能力。

（五）完善评价机制

1. 建立多维考核评价体系：采用过程性评价（40分）、成果性评价（60分）相结合，关注个体进步。过程性评价（40分）：课堂参与度及体育品德（20%）+ 课外锻炼数据（20%）；成果性评价（60分）：运动技能测试（40%）+ 体质健康测试（20%）。

2. 强化竞赛激励：在课堂中设置竞赛（如“乒乓球达人赛”）和游戏，奖励获胜方，培养学生团队精神，增强成就感。

3. 健全及时反馈机制：利用智慧校园平台实现运动数据可视化。每学年至少召开2次师生座谈会，及时解决教学与管理问题。

四、保障机制

（一）组织保障：成立由分管副校长任组长，相关部门领导及体育教研组长为成员的“体育课课堂教学质量提升工作领导小组”，统筹协调改革工作，明确职责分工，健全工作机制。

（二）制度保障：制定完善体育教学管理、教师培训、教学评价等制度。将体育课教学质量作为体育教师专项考核的核心指标。

（三）经费保障：学校加大体育教学经费投入，设立专项经费，保障课程开发、师资培训、设施建设、器材购置等需求。积极争取上级支持与社会资源投入，拓宽经费渠道。

全体专兼职体育教师务必提高政治站位，深刻认识提升课堂教学质量的重要意义，以高度的责任感和使命感，积极投身改革实践，认真落实本通知各项要求，为全面提升我校体育课教学质量、促进学生全面发展贡献力量。



公共基础教学部

2025年6月11日

共印 2 份