大徐小学体育课堂常规保障制度

一、目的：

加强学校体育工作管理，不仅有助于提高学生思想觉悟，增强学生身体素质，而且有助于发展学生智力，提高学生学习效率。

二、适用范围：体育任课教师。

三、内容：

1.体育锻炼的基本原则

体育活动，应从学生的生长发育特点出发，为了实行科学管理，必须遵循如下四个原则：

(1)承认差异，区别对待。学生身体水平具有分阶段和不平衡的特点，不同年龄阶段和同一年龄阶段的不同性别，体质机能发展水平不同。因此，在体育锻炼过程中，必须根据学生的年龄、性别、体力、体质、健康情况、运动水平及竞技状态等，采取不同的运动量（包括活动时间长短），不同的动作难度及运动基础。这样，才能促进健康，提高运动水平。所以，体育工作管理，切忌一刀切的做法。

(2)全面锻炼，普遍提高。人体是一个统一的有机体，只有坚持全面锻炼，才能使身体各部位、各个器官系统都得到锻炼，使身体得到全面的、健康的、协调的发展。所以，学生参加体育活动，必须坚持各种运动项目的全面锻炼，促使他们在力量、速度、灵敏、耐力等方面都得到发展，使机体各器官系统的形态和生理功能得到均衡发展和全面改善。

(3)贵在坚持，持之以恒。这是因为，一方面体育运动对于促进人体构造上的变化、器官系统机能的增强和各种素质的发展，需要长时间系统锻炼才能奏效。另一方面，在体育运动中，一个动作的掌握，技巧的熟练，运动成绩的提高，都是在条件反射不断形成和巩固的前提下，大脑皮层活动的动力定型形成过程；而条件反射的形成和巩固，必须经过反复强化，才能熟练掌握各种运动技巧，取得良好的成绩。

(4)循序渐进，逐步提高。人体对运动量有个逐渐适应的过程。这就是：锻炼——适应——增加运动量的锻炼——进一步提高。因此，运动量的安排必须由小到大，动作的要求必须由简单到复杂，由易到难。这样，才能使学生机体有一个逐渐适应的过程，否则，很容易发生运动创伤。

2.体育课评价标准

体育课，是学校体育的基本组织形式。加强体育教学质量管理，基础工作在于确定体育课的质量标准。从体育课的基本任务考察，其评价标准是：

(1)看是否正确地确定教学任务，并较好地完成教学任务。

(2)看是否合理选择和安排教材，体育课的结构是否符合人体机能的活动规律。

(3)看运动量负担是否与学生生理特点和机能相符合，对男女和病残体弱学生是否区别对待。

(4)看是否发挥了体育课传技育人的作用，教师为人师表，培养学生的良好道德品质。

(5)看是否充分发挥了教师的主导作用，讲解简明，示范准确，教法符合学生认识规律和动作技能形成规律。

(6)看是否有完善、严格的体育课教学常规，学生积极性得到充分的调动，严肃活泼而不乱，紧张而有秩序地认真练习。

3.体育课教学的课堂常规

建立体育课教学课堂常规，对于保证体育课的良好秩序和培养学生的组织性、纪律性以及讲文明、懂礼貌等道德品质，有着十分重要的意义。体育课课堂常规的内容，应包括上下课的形式，考勤制度和办法，场地器材的检查和布置与收起的规定；教师讲解、示范及分组练习、轮换时的队形规则和纪律的规定；安全措施、服装要求和成绩考核规则等项。具体地说：

(1)课前课后常规：上课前作好准备，包括服装鞋子的要求。体育委员主动与任课教师联系，了解课的主要内容和要求，组织同学布置场地和搬运器材；课后，向教师征求意见，组织同学收回应收的器材。

(2)上课礼仪规定：师生问好，体育委员报告人数、教师令同学稍息。简要交待本节课的内容、要求和注意事项等。

(3)教学教程常规：

①上课铃响后，体育委员立即组织同学按指定地点站好队（一般为四列横队），检查出勤人数和服装是否符合体育卫生和安全的要求。

②规定分组练习及轮换调队的口令、哨声及手势和纪律要求。

大徐小学

2022年3月