

# \*\*\*\* 《体育与健康》新课程实施方案

\*\*\*\*体育组

新课程的实施是基础教育改革的核心内容，对于推动素质教育实现突破性进展具有十分重要的意义。为深入贯彻落实《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》、《国务院关于基础教育改革与发展的决定》和教育部《基础教育改革纲要（试行）》精神，根据我校的实际情况，现将我校组织实施新课程标准的方案制定如下：

## 一、指导思想：

以《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》中提出的，“学校教育要树立健康第一的指导思想，切实加强体育教学工作，使学生掌握基本运动技能，养成锻炼身体的好习惯”新课程实施以“健康第一”为指导思想，坚持“以人为本，以学生的发展为中心”，以促进学生身体健康、心理健康和社会适应能力水平”为整体目标，我们将本着新课程所倡导的理念，稳步推进学校体育与健康课程的改革，促进我校素质教育水平再上新台阶。根据本校实际情况，制定本方案。

## 二、遵循的基本原则：

- 1、坚持实事求是的原则。
- 2、坚持科学性和实践性相结合的原则。

3、坚持“以学生发展为中心”的原则。

4、坚持理论与实践相结合的原则。

5、坚持体育与健康的基础性原则。

### 三、学校的基本情况：

1、学生情况。我校现有 56 个教学班级，高一、高二、高三年级各 15 个班，4000 名学生，属省级达标学校和体育传统项目学校，是省级示范性高中，学生的体育兴趣较为广泛，不少学生有着自己喜欢的运动项目且有一定的运动技能，并基本形成主动参与的意识，因此对学生进行正确选项引导成了必然。

2、师资情况。我校体育组由中青年教师组成，教师的年龄结构偏向年轻化，全部都在一线工作。每位教师都有自己擅长的项目，分别能开设田径、篮球、排球、足球、乒乓球、羽毛球、健美操、武术等项目的选项教学课，供学生选择的余地很大，这对新课程选项教学的开设是十分有利的。学校专职体育教师 7 男，1 女，教师专业搭配合理，但是全面开设选项教学，体育教师的工作量大大增加，所以在制定本方案时，征求学校领导意见，克服了师资不足问题，全校各年级的体育与健康课开设选项教学。

3、学校体育场地和器材设施的情况。学校现有 400 米标准塑胶跑道一块，室外篮球场 8 个，一个排球场，羽毛球场地 4 个，乒乓球台 4 台，室外单双杠（单杠 3 个、双杠 4 付），同时，各个项目所需要的器材数量较充足，基本能满足选项教学的要求。

#### 四、课程实施目标：

通过三年体育与健康课程的选项学习，大部分学生应该达到以下的目标：

1、提高参与意识：学生对体育运动具有学习兴趣，能够积极参与各种体育运动，基本养成锻炼习惯与终身体育的意识。能评价自身的健康状况，会利用掌握的技能根据自身特点制订锻炼计划，并对锻炼效果进行评价。

2、发展运动技能，提高自我锻炼能力：认识运动的价值，熟练掌握2—3项健身运动的基本方法与技能。全面发展速度、灵敏、耐力、力量和柔韧等身体素质，提高跑、跳、掷、攀、越等生活活动能力，重视安全防范意识，减少运动伤害事故，掌握常见运动创伤的预防与处理方法。

3、提高健康水平：增强体质，提高学生对环境适应能力和疾病抵御能力。了解营养、环境和生活方式对健康的重要性，建立起科学合理的饮食卫生习惯。

4、形成健全的人格。体验到运动过程的快乐与成就感，不断增强学习的自信心，能利用体育活动解除心理烦闷，提高自我情绪控制能力。运动过程中具有勇敢、顽强、果断、拼搏的良好意志品质。运动中能与同伴和谐相处，尊重他人，遵守比赛规则服从裁判，有良好的体育道德作用；具有协作配合意识，体现良好的团队精神。

#### 六、课程实施的内容

##### （一）必修必选内容（田径、健康教育专题）

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/436132233031010124>