附件1：

报送体育课和健康教育课基本要求

类型与数量及报送办法

1. 基本要求

（一）体育课

1.教学目标：教学目标表述明确具体、难度适宜，可操作、可评价，义务教育阶段应包括知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观三个方面，普通高中阶段应包括运动技能、健康行为、体育品德三个方面；

2.教学内容和教学设计：符合《体育与健康课程标准》《体育与健康》教材基本要求，具有教育性、健身性、实效性、适宜性和可行性，符合教学规律，所设计的教学过程清晰简明，便于操作；

3.教学组织与教学方法：教学组织形式和教学方法与手段注重实效性，提倡运用具有探究性和启发性的问题式教学法，引导学生在做中学、做中思、做中乐，教学形式灵活多样、学习充满活力，学生自主、合作学习空间较大；

4.运动负荷：义务教育阶段体育课练习密度在40%～60%之间，高中阶段体育课练习密度在50%～75%之间；小学体育课平均心率一般为120～140次/分，中学一般为140～160次/分；

5.教学评价：真实、及时，以表扬和激励为主，评价用语规范、精练，文明、积极，具有教育性、引导性和启发性。学生获得的体育与健康知识、技能和方法有明显提高；

6.教学环境：积极营造良好的教学情境，及时对学生的运动能力、健康行为以及规则意识、集体观念、良好心理品质进行有效引导，充分发挥体育课的育人功能、提高学生体育核心素养。体育场地、器材使用合理，安全措施到位，课堂常规严谨。

（二）健康教育课

1.教学设计：符合《义务教育体育与健康课程标准》教学目标和要求，体现《中小学健康教育指导纲要》具体目标和基本内容；

2. 教学内容：根据儿童青少年生长发育的不同阶段，体现健康行为与生活方式、学生生长发育与青春期保健、心理健康与社会适应、疾病预防、安全应急与避险的五个领域教学内容；

3.教学评价：体现学生健康意识的建立、基本知识和技能的掌握、卫生习惯和健康行为的形成；

4.教学资源：开发健康教育教学课件，充分利用教学图文资料、音像制品，提高健康教育教学效果。

二、类型与数量

（一）自定教学内容体育课

1.各省（区、市）可推荐6节小学、3节初中和3节高中体育课。其中，小学、初中乡镇以下农村学校不得少于1节。山东省、四川省、广东省每省可多推荐1节，河南省可多推荐2节体育课（学段不限）。

2.每节体育课需报送DVD教学录像光盘一式3份及文字材料3份。教学录像光盘请使用数字摄像机或较好的DV数码摄像机连续摄制，图像、声音必须清晰。

3.教学光盘必须是一节完整且能反映课堂全貌的一个自然教学班的教学录像，教学录像应展现常态和真实的教学过程，不得让学生反复演练同样的教学内容，不能剔除部分学生或从几个班中挑选学生，不得进行改变实际教学过程的制作和剪辑。

4.文字材料应包括课的内容、年级、教学计划（包括单元教学计划，本课教学设计、教案、课后反思、指导教师点评等），以及任课教师和1～2名指导教师的姓名、单位、年龄、教龄、职称、联系方式，并请在教案中教师信息处加盖学校公章。上报纸质材料的同时，报送电子版材料。

（二）指定教学内容体育课

1.指定教学内容体育课采取同一年级、同一教学内容、由不同教师分别授课的形式进行展示，具体教学内容如下：

|  |  |
| --- | --- |
| **年 级** | **主要教学内容（30分钟）** |
| **小 学**  **五年级** | 武术：少年拳第一套1-4动（震脚架打—蹬踢架打—垫步弹踢—马步横打）及体能练习  技巧：并腿坐，上体前屈—后倒成肩肘倒立—前倒成蹲立，成直立 |
| **初 中**  **二年级** | 足球：有人防守的运球射门及体能练习  体操：向左（右）侧手翻，向左（右）转体90度，同时后腿前并成直立——前滚翻——挺身跳，体能练习 |
| **高 中**  **二年级** | 体操：横箱分腿腾越及体能练习  篮球：简单战术：半场三攻二及体能练习 |

1. 每省（区、市）每年级每项内容限报1节体育课，文字材料和视频光盘要求同自定教学体育课要求。

（三）健康教育课

每省（区、市）可推荐小学3节、初中、高中各1节共5节健康教育课，各学段具体年级不限。每节课小学为40分钟，中学为45分钟。

（其他均同“类型与数量”自定教学内容体育课第2.3.4条报送要求）

三、报送办法

（一）由各省级教育行政部门或教研室、教科院（所）统一报送，并填写《中小学优秀体育课推荐表》和《中小学优秀健康教育课推荐表》。请对本省（区、市）推荐的自定内容优秀体育课和健康教育课进行排序。

（二）请务必于2019年4月10日前（以当地邮戳为准）报送材料，逾期不予受理。在报送纸质材料的同时，请将电子文稿发至以下邮箱：[**tykgmzs2017@126.com**](mailto:tykgmzs2017@126.com)。