锦州医科大学公共体育教育教学

综合改革实施方案

（讨论稿）

为了更好地贯彻和落实中央办公厅、国务院办公厅《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》和体育总局、教育部《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》、教育部办公厅关于印发〈体育与健康〉教学改革指导纲要等文件精神，积极推动我校体育教学改革工作，切实增强学生体质、提高健康水平，结合我校实际，特制订本实施方案。

**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，以落实立德树人根本任务，树立“健康第一”教育理念，紧密围绕学校人才培养目标，依据学校“十四五”发展规划纲要，深化教学改革，激发内生动力，提高人才培养质量，提升体育课的内涵建设。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，为实现“健康中国”“体育强国”作出体育学科的贡献。

**二、基本原则**

**（一）遵循教育规律**

遵循体育学科自身的特点和大学生身心发展规律，使学校体育同教育事业的改革发展要求相适应，同广大学生对优质丰富体育资源的期盼相契合，同构建德智体美劳全面培养的教育体系相匹配。

**（二）秉承以人为本**

弘扬中华体育精神，推广中华优秀民族传统体育项目，保证学生毕业前熟练掌握两项以上运动技术、运动技能及体育理论知识，塑造其科学地进行终身体育锻炼素养，支持其步入社会后的体育活动参与。

**（三）坚持改革创新**

更新教育理念，深化教学改革，补齐师资、场馆、器材等短板，不断扩大学生体育学习项目选择自主性，全面推进一校一品、一校多品建设，提高体育教学质量。

**三、工作目标**

1. 掌握技能，增强体质

优化完成体育教育任务，使学生掌握2—3项运动技能，提高身体素质。推进课内外一体化，落实每天锻炼1小时要求。

1. 依托专业，树立品牌

全面推进一校一品、一校多品建设。根据我校不同专业特点，

以体育理论课、体育社团、校运动队为载体，打造体医结合精品课程，促进体育课程外延。

1. 培养健康理念，实现终身受益

构建科学、有效的“健康知识＋基本运动技能＋专项运动技

能”公共体育课程教学新模式，为学生今后工作、生活提供体育健康知识与技能。

1. 课程思政，以“体”育人

发挥体育教育功能，以体育智、以体育心，培养学生拼搏奋

进、团结友爱优秀品质，激发爱国主义情怀，促进学生德、智、体、美、劳全面发展。

**四、工作举措**

**（一）改革体育教学模式**

2022年第二学期开始实施教学改革，结合我校学生特点、场地器材、师资条件、校园文化等条件，**改变传统的固定班级、固定内容授课制为多途径自主选项制，**实行由体育教学、训练、竞赛、课外体育锻炼、社团活动“五位一体”的课内外“一体化”体育教学模式，使学生掌握科学的身体锻炼方法和健康知识，养成自觉锻炼的良好习惯及生活方式，树立终身从事体育锻炼和健康意识。

**（二）丰富体育教学内容**

（1）**强化课程思政教育，注重思想品德素质培养。**发挥以体育教育开展课程思政的独特优势，充分发挥体育在民族精神、文化自信、规则意识、团结协作、拼搏奋进等方面的育人功能。

（2）**强化体育理论知识，根植体医融合理念。**针对学科和专业特点进一步阐述运动科学理论基础、打造特色体育项目、开展特色体育宣讲等活动，提升医学生职业素养。

（4）**强化体育社团建设，发挥课外体育教学载体作用。**设立与体育课相匹配的各单项体育社团，和体育课有机结合，互补互动，进一步推进落实学生每天锻炼一小时体育活动。

（3）**建立符合素质教育要求的考核机制。**把体质测试成绩和课外体育锻炼纳入课程评价，切实提升我校大学生体质测试通过率。

**（5）推进健康学校建设，践行健康第一理念。切实将健康教育贯穿学校体育教学、体育锻炼管理服务、人才培养全过程，系统提升锦州医科大学学生健康素养和健康水平。**

**（三）改革教学方法与手段**

进一步深化混合式教学改革，拓宽网络平台和信息技术在体育课教学、学生课外体育活动中的运用，创建多元化的教学环境，实现“线上线下相融合、课内课外相融合、实践与理论相融合、校外体育资源与校内资源相融合”的目标。

**（四）调整体育课程设置**

1、体育选项课：面向大一、大二开设篮球、排球、网球、乒乓球、木球、珍珠球、手球、健美操、瑜伽、跆拳道、太极拳、排舞、定向运动13门课程，学生自由选择不同的运动项目。

2、体育选修课：发挥民族传统体育和健身文化优势，采用线上、线下相结合的教学形式，面向大三、大四、研究生学生开设羽毛球、曳步舞、游泳、体适能训练、健身指导、运动风筝等体育选修课程。

3、体育保健课：面向身体患有残疾或处于疾病恢复期等不适合进行剧烈运动的学生开设太极拳、八段锦等健身项目。

4、课外体育锻炼课：面向大一、大二（大三、大四自选）学生开设，采用校园阳光跑和体育社团课外辅助等组织形式，培养学生自我锻炼意识和行为习惯。

**（五）创新体育考核评价**

将学生体质健康达标、修满体育学分纳入学生毕业要求。考核成绩按百分制计算，分别由平时成绩、理论成绩、体质测试成绩、课外体育锻炼成绩和期末专项成绩组成。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 考核模块 | 考试内容 | 体育选项课 | | 体育保健课 |
| 比例 | 分数 | 教师根据每学期学生身体条件及状况安排相应的教学内容（学生缺课不得少于三分之一，否则视为不及格） |
| 平时成绩 | 1.出勤情况  2.课程思政 | 10% | 10分 |
| 理论成绩 | 观看视频、单元测试等方式进行综合评定 | 10% | 10分 |
| 体质测试 | 按《国家学生体质健康标准》执行 | 10% | 10分 |
| 课外体育锻炼 | 按体育与运动康复学院指定标准执行 | 10% | 10分 |
| 专项技能 | 按各专项考试标准执行 | 60% | 60分 |
| 成绩核算 | 以百分制呈现 | 100% | 100分 |

1. 平时成绩：由任课教师根据每学期学生上课的出勤及课堂表现情况、课程思政表现，按照体育教学管理规定进行综合评定。
2. 理论成绩：考查学生对运动科学理论知识的学习掌握情况，以观看视频、单元测试等方式进行综合评定。

3、体质测试成绩：由体测中心按照[《国家学生体质健康标准》](https://www.so.com/link?m=bUAyF5LIeAXlTMaMYsFMJXQs6QbPw5lCVyHr5avsJfzisurLrIn20GA8FNeEd985o4uoW6A0oUG1w454vmuPF+R4nTzQKVcsxVWIEvw40U9rQ8kd9VyRFELUL8iqO2BBLSVS3XcIqTKkeIesAr8tmCRnBjfMViyz8cfZLct9kC4K6y7spWj7gx/TDVkzscoCssy9k9gIz34/diaZplPcsY3AgRwzP+KU1pr7I89mgRj0V4gvooSSbAd+0HUdUYuOaHLuoyvkxBhU=" \t "https://www.so.com/_blank)要求完成测试，一年级测试两项、二年级测试四项。

4、体育课专项技术、技能成绩：由任课教师负责，按照体育课程的教学大纲规定进行考核。

5、课外体育锻炼成绩：由体育与运动康复学院负责制定每学期课外体育锻炼的内容及标准，由任课教师进行评定成绩。

6、保健班成绩：由任课教师组织进行考核，只评定及格（60分）或不及格，并在成绩后面注明“保健”字样。

**五、保障措施**

**（一）制度保障**

依据教育部、国家体育总局及省教育厅文件要求，修订教学大纲，制定教学计划。围绕教会、勤练、常赛的要求，完善体育教师绩效工资和考核评价机制。将体育教师课余指导学生勤练和常赛，以及承担学校安排的课后训练、课外活动、课后服务、指导参赛和走教任务计入工作量。

**（二）分工合作**

教务处从宏观上指导、协调，体育与运动康复学院负责项目设置、班级划分、课程编排、公布课程和教师信息等工作。

**（三）队伍建设**

有目的、有计划地安排教师对学生选课感兴趣的新兴体育项目进行培训、进修，不断完善教师的知识结构、能力结构，从而提高我校体育师资队伍的整体水平。

**（四）经费保障**

加大对体育教学用品的投入和体育教学场地的建设力度，以更好地满足教学需要。

体育与运动康复学院

2022年4月1日