

# 司徒街小学体育家庭作业实施方案

## 一、指导思想：

为了增强青少年的体质，促进青少年的健康成长，中共中央国务院出台了《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》，实施“阳光体育运动”等一系列措施，以保证学生能参加足够的体育锻炼。但仅靠在校每周的几节体育课，学生的整体健康水平是难以得到提高的。因此，利用学生在家的时间积极主动地参与体育锻炼是提高学生健康水平的有效途径。现我校试行体育家庭作业制度，提出“三定二有”——定锻炼内容，定锻炼强度，定锻炼时长，有督促，有检查，能逐步成为提高学生体质的又一有效途径。

## 二、体育作业设计

1、根据体育学科和学生特点，我们应从作业的内容、形式，学生的个性差异等方面加以合理安排，让学生能顺利完成作业，促使学生知识技能的提高，发展体育各方面的能力。

### (1) 布置作业多样和多类相结合

多样主要指活动形式要新颖有趣。新颖有趣的形式是布置寒假作业的重要条件。如果学生每天都重复同一种练习，缺乏应有的形式，势必会造成学生“厌战”情绪。

### (2) 普遍性和个体性相结合

学生的爱好各不相同，家庭经济条件也有差别，布置作业时，可根据不同的对象，使用不同的手段、器材，达到同样的锻炼目的。这样，既能使学生的个性得到发展，又能使他们的身体素质得到提高。

### (3)、作业检测、反馈工作

学校将体育家庭作业上网公布，让家长切实承担起促进孩子健康成长的责任，推进学校和家庭的互动联动、协同干预。通过不定期反馈、随堂测试等方式，引起家长重视，提高学生锻炼积极性。同时，学校认真做好运动安全教育，提醒并帮助学生及家长提高运动风险防控意识和能力，避免运动伤害。

2. 特色:作业设计由体育老师、家长设计，根据各年级学生特点制定相应的内容自主设计。有助于提高学生自觉完成体育作业的意识。在实行体育特色作业初期，每个学生需制定自我挑战目标。并通过老师引导、作业布置、自主练习、定期对学生进行检测等手段，让他们感受到自己的进步，进而增强他们锻炼的兴趣，达到强身健体的目的。

### **三、体育作业的布置与评价管理**

作业布置与评价由各班体育任课老师负责完成。各班体育任课老师根据方案中设计的年级各月份运动项目，进行相关作业的布置，将运动项目纳入每天的作业布置当中，经常督促学生完成情况，并与家长沟通帮助学生备好器材，共同监督学生在家庭中进行练习。体育任课老师在课堂做到经常了解、督促、表扬，激发学生的锻炼积极性。以便让学生自我激励，与体育老师交流锻炼项目进行比较、评价。以小学体育测试标准评价为准进行评价，做好课堂测试。

### **四、评价的内容和方法**

为了同教育局期末抽测达成一致，我校根据自己的特色内容利用教育局的评价标准对学生进行评价。