

江苏省体育课程基地项目建设中期汇报

南京市六合区实验高级中学

2020 年 11 月

一. 项目实施单位基本情况

南京市六合区实验高级中学为江苏省四星级高中。建校 62 年来，形成了“格物致远”的核心理念，“面向全体，因材施教”的办学思想。学校占地面积 120 亩，建筑总面积为 63000 平方米，学校运动面积 36000 平方米，生均面积 20 平方米。学校现有教学班 47 个，实际在校学生 2300 人。

学校有深厚的体育文化积淀，近年来在学生体育基础和体育特长培养方面取得显著成效，先后获得全国学校体育工作示范学校、全国体育传统项目学校、全国足球特色学校、江苏省群众体育先进单位、南京市普通高中多样化特色化试点学校、南京市青奥示范（现代化）学校、南京市阳光体育学校等 60 多项荣誉。是江苏省体育健康监测点学校，学生生命旺盛、体育兴趣浓厚，体育活动参与度高。连续三年获得全市学生体质健康监测第一名；多次获得南京市健美操比赛一等奖、高中足球联赛一等奖、龙狮比赛一等奖、阳光体育节系列竞赛活动一等奖等荣誉。六年来近 500 名学生升入本科院校体育专业深造。

学校现有 19 位校内体育专任教师和教练员，其中高级教师 9 人，研究生 2 人，市区学科带头人、优秀青年教师 7 人，市教育教学先进个人 4 人，体育教研组连续 2 届获得南京市先进教研组称号。聘请张德新、陈晓莺等 10 位国内外知名高校教授和教练员长期担任学校技术指导，来校指导学校体育教育教学工作。学校采用“以课带训”、“以赛带训”、“以研带训”、“以文带训”等形式，加强教师教育科研能力，2019 年我校成功申报江苏省体育课程基地。

二. 项目实施阶段性成果

习近平总书记在 2018 年全国教育大会讲话：“要树立健康第一的教育理念，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” 我校体育课程基地正是落实习总书记讲话精神，以体育人、立德树人。体育课程基地建设目标为创设具有鲜明体育特色的教学环境，开发具有体育特色的课程资源，完善“体育育人”育人模式，形成促进学生个性化发展的教学模式，开展体育特色的创新实践活动，促进学生体育核心素养的提升，打造专业化的教师队伍，为学校高品质发展创设平台，提升学校的辐射引领作用。

（一） 组建建设团队、统筹基地建设

1. 组建课程基地领导小组

组织有力才能为基地建设提供保障，责任明晰才能有序推进基地建设。为确保课程基地项目的顺利实施，学校成立以陆敏校长为组长，郑学武书记为副组长，各部门负责人参与的课程基地项目领导小组。

组 长：陆敏（总负责）

副组长：郑学武（主持项目工作）

项目负责人：孙维超、邬植幸（具体负责项目实施）

各处室职责

党政办公室：负责项目建设和实施的统一协调工作

教师发展处：负责师资组织和培训、科研

课程教学处：负责项目的课程建设和校本课程课时安排

信息技术处：负责网络资源的建立和管理

后勤服务处：负责项目的硬件设施建设

2. 组建专家指导团队

我校与南师大、南体、扬大等高校签订共建意向，成立课程基地专家指导委员会，聘请南京市教研室严必友主任、南京师范大学周兵教授、张德新教授、汲志勇教授，南京体育学院王进教授，扬州大学体育学院陈晓莺教授、张新教授，盐城师院夏成前教授，区教育局王

谷全局长等为我校课程基地建设指导专家，引领我校课程基地建设。专家们还明确了具体的分工和指导，并形成了定期来校指导的机制。

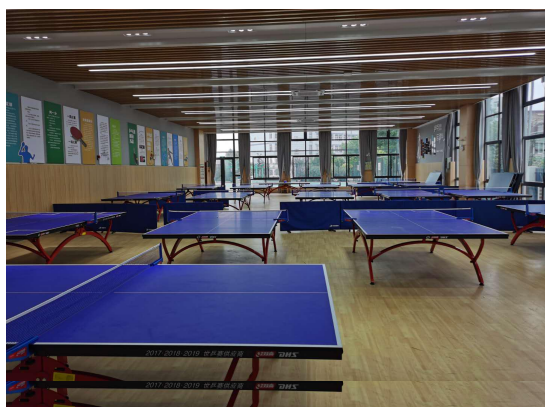
（二）抓好基础设施建设, 浓郁体育教育氛围

对照项目实施方案，我校投入 400 万元，已经完成全部的场馆建设，并组织专家现场验收合格，所有场馆已经按照其功能投入使用。本着建好、用好、管理好原则，我校制定场馆使用制度，完善课程基地建设，使之更好服务于教学，便于学生开展体验式学习。

1. 两馆：综合体能训练馆、国球馆

综合体能训练馆位于艺体楼一楼，拥有有氧训练区、力量训练区、机能检测区、拥有两道 50 米长塑胶跑道、肋木、健身椅、大飞鸟训练器、踢腿训练器、勾腿训练器、爆发性训练器等设备。

国球馆位于体育馆一楼，有乒乓球发球机一套，20 张乒乓球桌，满足学生训练需要。



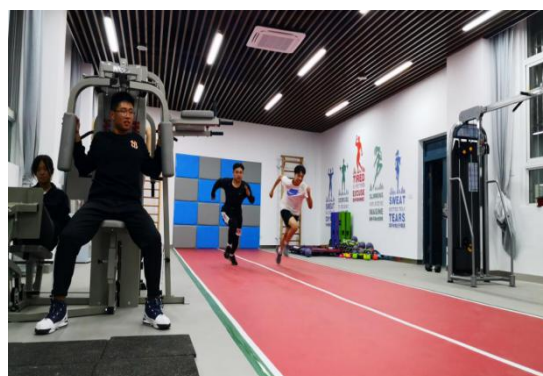
国球馆



学生在国球馆活动



学生在综合训练馆活动



学生在综合训练馆活动

2. 两室：力量训练室、数字健身室

力量训练室有 2 个，均位于艺体楼一楼，里面有多功能训练设备，满足学生日常训练需要。

数字健身室位于艺体楼二楼，拥有跑步机、VR 划船机等设备。



学生在力量训练室活动



学生在力量训练室活动

3. 攀岩墙：

攀岩墙在体育馆二楼，墙体尺寸 8.1*8.1 米，共有岩点 126 个。

目前两位教师正在青岛进行攀岩教练培训。即将在全校开设攀岩课程。



攀岩墙



魔力足球训练系统

4. 魔力足球训练系统：

魔力足球训练系统建在足球场西南角，建成 12 米×7.5 米，由控制中心、智能发球机、数字球门、足球自动回收系统、数据处理分析软件和云数据中心组成。该系统是南京市首套校园足球训练系统。

（三）聚焦学生核心素养，建构体育育人课程体系

成立课程建设中心，统领以学生发展为核心的特色体育学科课程建设。实施国家、地方和学校三级课程结构，整合必修与选择性必修课程，以体育育人、培养终身体育观为宗旨，研发体育“三位一体”校本课程。

一是体育学科课程。以国家课程体系中的体能教育和健康教育课程为基础，必修课程增设校园集体啦啦操和足球。选择性必修课程包含《篮球》、《足球》、《排球》、《啦啦操》、《武术》、《乒乓球》、《羽毛球》等课程。选择性必修阶段，逐渐增加体育项目，最大限度满足学生的兴趣和特长培养，真正为终身体育奠定坚实基础。因我校开展体育特长生训练已有多年的时间，参与特长训练的老师留下了大量的素材。整合形成体育特长训练课程。

二是体育学科融合课程。新的课程改革要求，学校课程之间要加强联系，相互沟通，形成课程的综合化。学校在课程教学处组织下建立跨学科教学平台体制，组织体育与其它学科的联合教研，挖掘体育教材中的学科融合知识，开发《思政教育与体育》、《数学与体育》、《体育运动中的化学知识》、《体育运动中的物理学》、《运动人体科学》等学科融合课程。

三是体育研究课程。在教师引导下，学生自主选题、自主设计探究方案，开展体育学科超学科的探究实践活动，开发《奥林匹克精神》、《体育文化》等课程，通过学生研究性学习、集体讲座、体育比赛、社团活动等途径来实现。

表1 “三位一体”课程

课程类别	课程形式	课程名称	开设时间	总学时	评价
	必修课程	体能	高一、高二、高三	18	定量定性评价
		健康教育	高一、高二、高三	18	定量定性评价
		足球	高一	36	定量定性评价
		集体啦啦操	高一	18	过程性评价

体育学科课程		军体拳	高一、高二、高三	8	过程性评价
	选择性必修课程	足球	高一、高二、高三	200	定量定性评价
		篮球	高一、高二、高三	200	定量定性评价
		排球	高一、高二	200	定量定性评价
		乒乓球	高一、高二、高三	200	定量定性评价
		羽毛球	高一、高二、高三	200	定量定性评价
		武术与跆拳道	高一、高二、高三	200	定量定性评价
		啦啦操	高一、高二、高三	200	定量定性评价
		田径	高一、高二、高三	200	定量定性评价
	活动性课程	艺术体操	高一、高二、高三	120	过程性评价
		球类	高一、高二、高三	120	过程性评价
		民族传统	高一、高二、高三	120	过程性评价
		水上运动	高一、高二、高三	120	过程性评价
		新兴项目	高一、高二、高三	120	过程性评价
		户外拓展	高一、高二、高三	120	过程性评价
		体育主题阅读	高一、高二、高三	30	过程性评价
		体育知识讲座	高一、高二、高三	10	过程性评价
		校园竞赛	高一、高二、高三	30	过程性评价
	高考课程	体育特长课程（见表2）	高二、高三		定量定性评价
体育跨学科课程	综合活动课程社	思政教育与体育	高一	30	过程性评价
		体育与阅读写作	高一、高二	30	过程性评价
		体育与数学	高二	30	过程性评价
		体育中的物理问题	高二	20	过程性评价
		体育中的化学问题	高二	20	过程性评价
		运动人体科学	高一	30	过程性评价

	团 活 动	体育历史与文化	高一	30	过程性评价
		体育与艺术	高一	40	过程性评价
		体育与劳动	高一	30	过程性评价
体育超学科课程	研究性学习	体育问题探究	高一	15	过程性评价
	社团活动	体育精神	高一、高二	30	过程性评价
		体育文化	高一、高二	30	过程性评价

表 2 体育特长训练课程

课程类别	课程名称	开设时间	周课时	评价
基础课程	力量训练	高二上至高三下	10	定量定性评价
	运动疲劳恢复和营养学	高二上	10	过程性评价
	运动损伤的预防和治疗	高二上	10	过程性评价
必考项目课程	100 米训练	高二上至高三下	10	定量定性评价
	800 米训练	高二上至高三下	10	定量定性评价
	立定三级跳远训练	高二上至高三下	10	定量定性评价
	实心球训练	高二上至高三下	10	定量定性评价
专项项目课程	田径训练	高三上	6	定量定性评价
	乒乓球训练	高三上	6	定量定性评价
	羽毛球训练	高三上	6	定量定性评价
	健美操训练	高三上	6	定量定性评价
	武术训练	高三上	6	定量定性评价

（四）扎实做好学生社团工作，建构体育活动体系

贯彻基地建设“为了学生”的宗旨，把学生成长和基地建设很好的结合起来，基地为学生提供了丰富的活动场馆，各个学生社团活动开展如火如荼。

基地建设一年多来，武术社团被评为南京市优秀社团，龙狮社团学生参加南京市龙狮比赛获得一等奖，健美操社团学生参加南京市啦啦操比赛获得一等奖，田径比赛一等奖，女子足球队蝉联南京市“市长杯”足球比赛季军。在刚刚结束的省中学生运动会上，葛尧同学打破女子 200 米纪录。活动课程的开展提升了学生的身体素质，更重要的是学生身心健康得到发展，学生生命旺盛、阳光开朗、意志坚强。

（五）促进了教师专业化成长发展

贯彻基地建设“为了教师”的宗旨，把教研组建在基地，教研活动开展在基地，名师工作室落实在基地。我校以体育课程基地建设为抓手，大力实施“青蓝工程”“名师工程”“师表工程”等三项工程，以教师的师德素养、学科核心素养的提升，以及新型教学模式与方法的推介为工作重心，成立教师发展中心，通过邀请专家讲学、名师工作室、教学沙龙等形式，将课程基地拓展成为教师学习、实践、创新的空间，让新教师历练教学基本功、锤炼教学智慧，让骨干教师凝练教学思想，从而有效提升教师校本课程开发和校本教研的能力。体育课程评价体系的研究》、《体育育人特色课程开发研究》被确立为南京市规划课题，11 月 26 日开展区课题组活动，罗强老师参加南京市青年教师基本比赛获得一等奖，张成武老师被评为南京市优秀教练员。罗强老师开发的《武术》校本课程获得南京市优秀校本课程。

三、经验及反思

1. 要加强项目建设整体设计。既重硬件质量，更重内涵提升，促进项目建设与学生素养提升、教师专业发展的有效融合。要邀请有关专家来校开展引领活动，切实提高项目建设整体的总体水平。

2. 要细化项目建设时序进度。要细化任务分工，确保按时序进度深入实施项目方案，要邀请专家对项目建设进行动态评估和优化。

3. 要加强项目之间交流合作。要组织项目团队成员集体外出学习交流，借鉴先进地区优秀项目学校的经验方法，结合本校本项目的实

际，提升基地建设的质量和效益。

4. 要确保课程基地高效使用。要注重创新性与应用性有机结合，激发更多学生到基地参加活动，鼓励更多课堂教学在基地实施。

本项目在顺利推进的过程中，也面临一些问题，主要有：

1. 课程基地建设的经验不足

虽然我们对照省课程基地建设的要求，反复研讨、思考、论证，对方案反复修改打磨，同时，也到兄弟学校课程基地参观学习取经，还邀请了高校和市内专家来校指导等，但是毕竟是我们学校第一个课程基地，我们的愿景是做出高的质量和水平。这就需要专家和学者多为我们出谋划策、指点迷津。

2. 校本课程的开发力度和深度还需要加大

我校已经开发出或正在开发几门校本特色课程，但还不能满足体育育人的需求，需要我们加大力度，开发出学生期待选择的新的特色课程。同时课程评价体系以及课程资源库、素材库还有待完善；

随着新的课程方案和课程标准的施行，需要我们在认真学习研究新课程标准的基础上，找准体育育人与新课程的契合点，真正实现体育育人目标。