

# 郑州市基础教育教学研究室文件

郑教研【2024】25号

签发人：张五敏

## 关于2023—2024学年郑州市课堂教学达标 评优活动体育学科区级教学基本功考核的 通知

各区教研室、市区各高中：

根据市教育局《关于印发郑州市中小学课堂教学达标评优活动实施方案的通知》（郑教基研〔2007〕72号）精神，现将本轮课堂教学达标评优活动体育学科区级教学基本功考核有关事宜通知如下：

### 一、高中组

本轮高中体育学科区级教学基本功将采取现场比赛形式进行考核。

#### （一）教学技能考核

1. 时间：2024年3月27日上午8:00

2. 地点:郑州市第十九高级中学(地址:陇海中路 76 号)

## (二)模拟上课考核

1. 时间:2024 年 3 月 30 日上午 8:00

2. 地点:郑州市第十九高级中学(地址:陇海中路 76 号)

## 二、初中、小学组

初中、小学体育教学基本功考核由各区教研室体育学科组织考核。考核时间、内容和办法可根据各区实际情况,参考“2023-2024 学年郑州市课堂教学达标评优活动体育学科区级教学基本功考核办法”执行。

## 三、注意事项

1. 请参赛教师登录郑州市中小学课堂教学达标评比活动管理平台,查询教学基本功参赛资格。

2. 请参赛教师提前 15 分钟到达比赛场地进行出场顺序抽签。

3. 请参赛教师从郑州市第十九高级中学东门(淮北街)进校。由于学校场地有限,不提供停车车位,请绿色出行。

附件:2023—2024 学年郑州市课堂教学达标评优活动体育学科区级教学基本功考核办法

2024 年 3 月 11 日

附件

# 2023-2024 学年郑州市课堂教学达标评优 活动体育学科区级教学基本功考核办法

## 一、规定项目（70分）

### （一）广播体操（20分）

#### 1. 比赛内容：

《七彩阳光》（第三套全国小学生广播体操）

《舞动青春》（第三套全国中学生广播体操）

#### 2. 比赛方式：

参赛教师按照抽签顺序进行比赛：参赛教师根据所教学段完成一套操，不采用镜面示范动作，男、女生动作方向不一致时统一按照男生动作方向完成（《七彩阳光》第七节）。每人一次机会。

#### 3. 评分标准：

动作正确连贯、协调有弹性、舒展优美，幅度及力度到位，精神面貌好，服装得体，给人以美的享受（20~16分）；动作正确、连贯、协调，舒展，幅度及力度基本到位，精神面貌较好，服装得体，整体效果较好（16~12分）；动作较正确、连贯、协调，肢体错误较多，幅度及力度一般，精神面貌一般，整体效果一般（12~9分）；动作错误多，不协调，不连贯，精神面貌差，整体效果差（9分以下）。

## **(二) 队列队形口令 (20 分)**

### 1. 比赛内容:

动作内容包括: 立正、稍息、看齐、停止间转法(向左转、向右转、向后转)、原地踏步走、齐步走、行进间转法(向左转走、向右转走、向后转走)、跑步走、立定。

### 2. 比赛方式:

参赛教师按照抽签顺序依次进行比赛: 在半个篮球场內, 自喊口令自做队列动作; 队列动作的口令编排顺序自行规定; 出发和结束位置为同一处。每人一次机会。

### 3. 评分标准:

①达标评分: 参赛教师每少完成一个规定队列动作扣 1 分; 每喊错一个队列动作口令或做错一个动作扣 1 分; 超越球场界线扣 1 分; 出发和结束位置不在同一处扣 1 分。

②技能评分: 口令、动作正确, 发音清晰、洪亮, 精神面貌好 (20~16 分); 口令、动作较正确, 发音较清晰、洪亮, 精神面貌较好 (16~12 分); 口令、动作一般, 发音不太清晰、洪亮, 精神面貌一般 (12~9 分); 口令、动作不正确, 精神面貌差 (9 分以下)。

## **(三) 模拟上课 (30 分)**

### 1、比赛内容:

#### A. 小学教材内容

| 类别  | 项目 | 内容                          |
|-----|----|-----------------------------|
| 球类  | 足球 | 脚背正面直线运球——脚内侧踢球（射门）         |
|     | 篮球 | 行进间运球急停——双手胸前投篮             |
|     | 排球 | 并步移动——正面双手垫球                |
| 田径类 | 田赛 | 立定跳远                        |
|     | 径赛 | 快速跑                         |
| 操武类 | 技巧 | 前滚翻——挺身跳                    |
|     | 武术 | 五步拳：并步抱拳——拗弓步冲拳——弹踢冲拳——马步架打 |

## B. 中学教材内容

| 类别  | 项目 | 内容                  |
|-----|----|---------------------|
| 球类  | 足球 | 脚背正面运球——脚背正面踢球（射门）  |
|     | 篮球 | 体前变向换手运球——行进间单手低手投篮 |
|     | 排球 | 并步移动——正面上手传球        |
| 田径类 | 田赛 | 跨越式跳高               |
|     | 径赛 | 快速跑                 |
| 操武类 | 技巧 | 侧手翻                 |
|     | 武术 | 少年拳第二套：望月平衡——跃步冲拳   |

### 2. 比赛方式：

参赛教师按照抽签顺序依次进行比赛：在上述 7 个项目中，排除参赛教师个人自选项目，从其余的 6 个项目中，现场抽选一项；根据教材内容进行片段模拟教学（只进行课的基本部分），限时 8 分钟。每人一次机会。

### 3. 评分标准：

教学思路清晰，动作示范标准，要领讲解及重难点分析

准确，教学手段多样，组织形式规范，错误纠正适当，语言表达准确，能很好体现“四有课堂”的理念和要求。精神饱满，服装得体，整体效果好（30~25分）；教学思路比较清晰，动作示范基本标准，要领讲解及重难点分析基本准确，教学手段多样，组织形式比较规范，错误纠正适当，语言表达基本准确，能较好体现“四有课堂”的理念和要求。精神面貌较好，服装基本得体，整体效果较好（25~20分）；教学思路不太清晰，动作示范一般，要领讲解及重难点分析一般，教学手段单一，错误纠正一般，语言表达一般，未能较好体现“四有课堂”的理念和要求。精神面貌一般，服装不太得体，整体效果一般（20~15分）；教学思路不清晰，动作示范较差，教学手段单一，语言表达不流畅，不能体现“四有课堂”的理念和要求。精神面貌较差，整体效果较差（15分以下）。

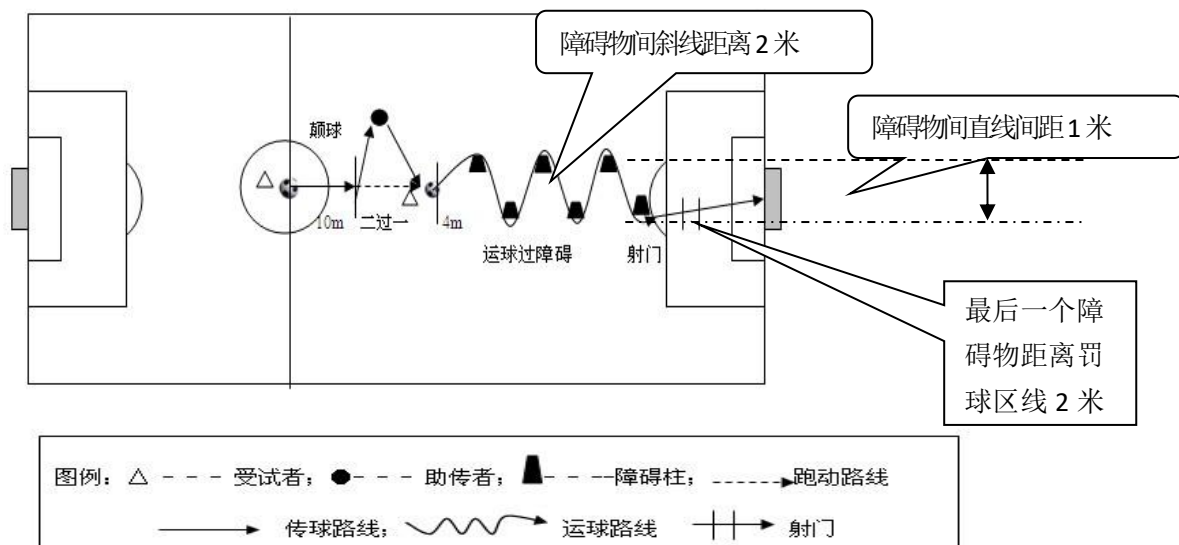
## **二、自选技能项目（30分）**

各参赛教师从以下八个项目中自选一项进行动作技能比赛。

### **（一）足球**

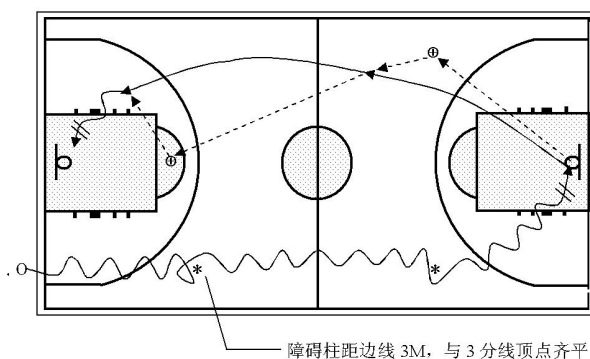
从中线出发，行进间颠球（除手以外的身体任何部位触球），球落地后即以脚内侧传地滚球的方式和助传者进行踢墙式二过一配合，受试者用脚内侧接助传者传过来的地滚球后依次运球过障碍，过完最后一个障碍后用脚背正面射门。

运球过障碍的动作方法不限。每人两次测试机会，计最好一次成绩。



## (二) 篮球

在端线后持球静止站立，右手运球出发至第一障碍柱前做后转身运球，换左手运球至第二障碍柱前做体前变向换手运球，换右手运球，接行进间单手肩上投篮或行进间单手低手投篮，无论投中与否均自抢篮板球，双手胸前传球给助传者，并在侧身跑过程中接回传球，用行进间双手胸前传球经与助传者传接球后，接行进间投篮结束。每人两次测试机会，计最好一次成绩。



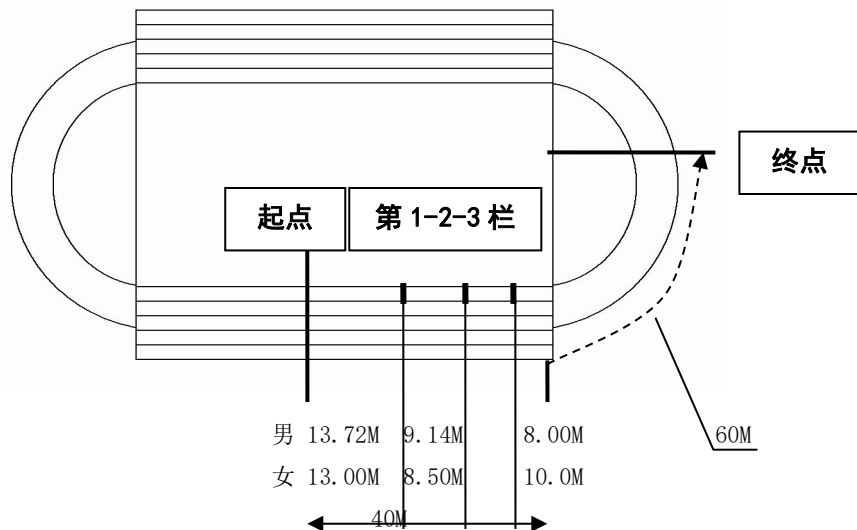
### (三) 排球

在发球区持球听指令发球，发球后进入场区，接对方推  
攻球（下手发球或抛球）后连续进行自传、自垫，至前场区  
连接一次扣球技术，再在网前做一拦网（模拟）动作。每个  
步骤为一项技术，第 2-5 步骤 4 项技术（接抛球、自垫、自  
传、自扣过网）是一组连贯的击球动作，球不准落地，自传、  
自垫没有次数限制。每人两次测试机会，计最好一次成绩。

### (四) 田赛

急行跳远：男女均采用 3M 板，挺身式、走步式评分可  
达优秀级，蹲踞式评分在良好及以下。每人三次测试机会，  
计最好一次成绩。

### (五) 径赛



跨栏跑——弯道跑组合：全程 100 m，其中直道 40m，  
弯道 60m。直道中跨过 3 个栏：男，起跑至第一栏距离 13.72m，  
栏高 0.84m，栏间 9.14m；女，起跑至第一栏距离 13m，栏高



0.762m，栏间 8.5m。每人一次测试机会。

### **(六) 体操 (技巧)**

1. 出场时，面向裁判右手上举示意动作开始，动作完成后，面向裁判站立，两臂侧上举示意动作结束。

2. 应连贯完成规定组合动作，动作失败，可从失败动作处继续，但一个动作反复失败达三次，此动作计零分。

3. 应着简洁运动装和体操鞋，禁止佩戴项链、戒指、手镯、手表等饰物参赛。

4. 每人一次测试机会。

男子技巧组合动作：直立——鱼跃前滚翻——蹲撑跳成屈体分腿俯撑——体前屈两臂侧举（稍停）——分腿慢起成头手倒立（停 3"）——前滚翻成直腿坐——经体前屈后倒屈体后滚翻成直立同时两臂上举——（趋步）侧手翻——向前并步成直立。

女子技巧组合动作：直立——前滚翻——直立，两臂经侧至上举，上一步成俯平衡（停 2"）——单脚蹬地前滚翻成直腿坐——经体前屈后倒成肩肘倒立（停 2"）——经单肩后滚翻成单腿跪撑平衡——成跪立——跪跳起——侧手翻——向前并步成直立。

### **(七) 武术**

《形神拳》武术套路（参见普通高中课程标准实验教科书《体育与健康（必修）》全一册教师教学用书，人民教育

出版社，2007年1月出版）。

预备势——并步抱拳礼——左右侧步冲拳——开步推掌翻掌抱拳——震脚砸拳——蹬腿冲拳——马步左右冲拳——震脚砸拳——蹬腿冲拳——马步右左冲拳——插步摆掌——勾手推掌——弹踢推掌——弓步冲拳——抡臂砸拳——弓步冲拳——震脚弓步双推掌——抡臂拍脚——弓步顶肘——歇步冲拳——提膝穿掌——仆步穿掌——虚步挑掌——震脚提膝上冲拳——弓步架拳——蹬腿架拳——转身提膝双挑掌——提膝穿掌——仆步穿掌——仆步抡拍——弓步架栽拳——收势。每人一次测试机会。

#### **（八）健美操**

《全国健美操大众锻炼标准第三套动作》二级成人成套动作，地面动作（力量训练部分）不做。参见中国健美操协会审定的《全国健美操大众锻炼标准第三套动作图解》，2009年8月。每人一次测试机会。