

专题 19-3-3：什么是规范的体育课

大家好！前天有位老师问我这样一个问题：什么是规范的体育课？体育课是否规范，需要看几大关键要素。这些要素是上常态课的准则，也是评优课的底线标准。

准时。从时间上看，要能够按时上下课，课上没有时间浪费现象。时间的利用比较有效。

正确。从内容上看，要能够准确教学，课上不能讲错、做错、指导错。保证学生学的对。

有序。从流程上看，要能够符合规律，课上不能缺少准备和放松。课堂常规履行要到位。

够量。从练习上看，要能够合理安排密度，每个学生在体育课上都能得到足够的锻炼。

全面。从整体上看，重视兴趣激发、技能学习，体能锻炼，关注每个学生，落实立德树人基本任务。

好了，就到这里，下周五再见。