

## 专题 20-6-1：后疫情体育课如何上

大家好！疫情对孩子们身心健康造成诸多不良影响，儿童节后很多中小学开始复课，学校体育面临严峻挑战，老师们更是左右为难，后疫情时代体育课究竟该如何上？

全面把握学情，需要了解哪些孩子疫情期间经常锻炼，哪些很少或从未锻炼；哪些孩子体型变了，性格怪了，习惯差了，知学情目标明。

合理安排内容，课堂内容不求难、不求多、不求同，需要适当降低难度，调整学习进程，避免完全相同，注重恢复体能，定内容思路清。

有效组织活动，练习把握循序渐进性，负荷考虑个体差异性，方式增加自主选择性，组织确保活动安全性，避免大一统。重组织质量升。

好了，就到这里，下期再见。