



烟台市芝罘区文化路小学

2022-2023 学年体育工作自评报告

一、学校基本情况：

烟台市芝罘区文化路小学严格贯彻落实《学校体育工作条例》和市区体育工作的会议精神，依法治教，真抓实干，切实提高体育工作质量和管理水平，增进学生身心健康。我校配有专职体育教师 3 人，3 人均接受过专业体育教育。我校领导非常重视教师的专业学习，鼓励和支持教师参加各种专业培训，并尽最大努力提供机会。教师积极参加各种专业培训，并利用网络、书刊等资源不断进行自我充实。学校有篮球场 1 块，体育器材室 2 个，体育器材：篮球 177 个、短绳 120 条、长绳 14 条、体操棒 60 根、实心球 65 个、垒球 51 个、小沙包 60 个、小体操垫 65 个、大体操垫 15 个、毽子 120 个、呼啦圈 159 个、排球 55 个、足球 40 个、乒乓球 42 个、羽毛球 31 副等，按照国家要求配齐配足体育器材。多年来学校坚持“健康第一”的教育理念，认真落实体育工作条例，在上级会议精神和《学校体育工作条例》的指引下，结合我校实际情况，制定文化路小学体育工作发展规划，并对照规划严格实施。大力开展跳绳体育运动，坚持广播操、武术操、体育课和课外活动课，确保学生每天的户外活动时间。

二、 在组织管理方面：

成立领导小组。学校成立了以校长为组长的领导小组，组织相关人员认真学习《学校体育工作条例》，全面深刻领会党的教

育方针、坚持德、智、体三育并重原则，把学校素质教育和提高学生健康水平当作学校体育工作的根本任务。进一步做好“国家学生体质健康标准”和“每天锻炼一小时”工作的执行和落实，切实加强我校体育工作，提高学生的体质健康水平。

（一）烟台市芝罘区文化路小学体育工作制度

1. 指导思想

全面贯彻党的教育方针，积极推进素质教育，以学生《学生体质健康标准》为重点深化体育课堂教学改革，提高体育教学质量，在体育教育教学中注重思想教育，培养学生树立远大理想，注意加强提高学生团结协作能力，增强学生集体主义观念，树立集体主义荣誉感，培养不怕苦、不怕累、顽强拼搏、积极进取的个性，提高学生克服困难、战胜困难的能力，为适应未来社会生活和激烈竞争奠定基础。

2. 工作目标

（1）打造育高效课堂，提高学生身体素质，重点培养学生体育技能。

（2）保证学生每天一小时的体有活动时间。

（3）组织学校的各项体育活动，积极参加上级组织的各项体育活动。

（4）加强体育社团训练工作，争取在各项赛中取得好成绩，并积极为上级输送体育人才。

(5) 搞好《学生体质健康标准》的检测和上报工作。

(6) 落实《学校体育卫生工作条例》，做好学校传染病防治工作：搞好每学期两次的视力检测和分析工作，控制学生的近视率。

3. 具体措施

体育课教学从增强体质出发，加强课堂对基本技能和基础知识的教学，经常对学生进行思想品德教育，有意识地培养学生的优良品质，充分发挥教师和学生两方面的积极性，不断提高教学质量。

(1) 认真学习和贯彻课程标准，钻研教材，明确教学目的与任务，掌握教材重点、难点明确本科的教学任务、以及完成任务采取的教学原则、教学方法、组织措施等。

(2) 认真备课，精心写好教案，认真上好每一堂课。

(3) 根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材及教学用具。

(4) 教学原则、教学方法的运用，要从增强学生体质出发，根据青少年的生理、心理特点及学生的实际情况，科学地安排好密度和运动量。

(5) 在教学中，加强与重视基础知识和基本技能的教学，同时注意对学生能力的培养，努力完成体育五个领域的任务。

(6) 认真做好学生的学期、学年体育成绩的考核与评定，重视资料的积累，定期进行科学的分析与归纳，指导和改进教学工作，不断提高教学质量。

(7) 教学中要充分发挥体育委员、小组长及积极分子的作用，并经常做好对他们的培养和训练工作，使他们真正起到教师助手的作用。

(8) 教学中要有严密的组织纪律性，严格的保护措施与要求，严防伤害事故的发生，一旦发生伤害事故及时向领导汇报并做好妥善处理。

(9) 加大课余训练力度，提高竞技水平，在普及的基础上抓提高，注重运动队员全面发展，做好督促、沟通、协调工作，使运动队员在学习、思想、行为等诸方面全面发展，使学校体育工作健康发展。

(二) 烟台市芝罘区文化路小学体育工作计划

本年度学校将继续做好学生体质健康工作，特制定本计划如下：

1. 根据学生 2021 年、2022 年的体质健康达标情况，体育教研组长带领老师认真分析各年级的情况，针对不足在课堂教学中要抓好落实。

2. 各位体育老师认真上好体育课，注重体育技能的训练，结合学生体质达标项目，进行有针对性地指导。

3. 保证学生每天一小时校园体育活动，将体育与健康课和课外体育活动列入学校教学计划，不得削减或者挤占体育与健康课、大课间体育活动、课外体育活动时间。体育老师调课要及时填好调课申请并按时还课。

4. 绳操的动作再规范，每位学生不仅动起来，还要动作协调，动作规范。

5. 根据天气情况，学校大课间活动做如下安排：三月到十月课间操活动内容：班级活动、广播操、眼保健操。十一月到二月课间操活动内容：班级活动、跑操、眼保健操。

6. 学校在4月份和10月份分别举行《国家学生体质健康标准》达标运动会。

7. 结合学校的体育品牌工作，学校将进行单绳、长绳对抗赛活动，以此激发学生的练习动力。

8. 积极参加区中小学跳绳踢毽比赛、区中小学田径运动会、区篮球赛等活动，并提早做好训练工作。

9. 加强家校联动，鼓励家长参与、陪伴学生共同学习和锻炼，做好班级运动打卡。

10. 每个学期末认真做好学生体质健康成绩的填报工作，并做好数据分析。

三、在教育教学方面：

学校严格按照国家课程标准设置，一、二年级每周 4 课时，三至五年级每周 3 课时。制定体育训练计划，逐步提高学生体育竞技水平和体质健康水平。

学校制定了体育训练计划，按照计划，对学生进行体育训练，提高学生体质健康水平。

（一）烟台市芝罘区文化路小学体育训练计划

1. 开展一小时体育课外活动。依据我校实际情况，制定《课外一小时体育活动时间计划》，并按照计划认真实施。促进学生身体健康，发展学生兴趣爱好，培养学生坚韧勇敢的意志品质，提高学生的社会适应能力，为学生的终身体育打下基础。

2. 制定大课间体育活动制度。学校每天上午安排 30 分钟的大课间体育活动，内容结合实际确定，春夏季节做广播操、跳绳。秋冬季节由班主任、副班主任带队，到操场跑操，做到师生同活动、同锻炼。

3. 依托体育社团以及课后服务特色项目，开展跳绳、踢毽子、篮球、足球等训练。

4. 争取家长配合，调动学生积极性，在家早上或者晚饭后进行体质健康达标内容的训练。

制定文化路小学体育运动方案，要求各班认真执行实施，每年召开 2 次学校运动会，开展跳绳比赛活动，定期对学生进行体育安全教育。

（二）烟台市芝罘区文化路小学春季运动会比赛秩序册

2023 年芝罘区文化路小学校园体育节活动方案

一、活动主题：

齐心协力，共创奇迹！

二、活动目的：

为了贯彻“健康第一”的指导思想，养成“终身体育”的良好习惯，积极响应“每天锻炼一小时，幸福生活一辈子”的阳光体育运动。同时为了丰富校园文化生活，展现师生良好风貌，提高学生运动水平。根据学校安排，特举行趣味运动会。通过活动，培养学生的团队意识、竞争意识、合作交流能力和创造能力，丰富学生的业余生活，激发学生的锻炼热情，弘扬个性特长，促进学生全面健康地发展，让校园成为发展个性的乐园和温馨和谐的家园。

三、活动时间：

2023 年 5 月 6 日

8:10-8:15 领导就位

8:15-8:45 队列比赛

8:45-9:00 开幕式

9:00-9:40 广播操比赛

9:40-11:30 3-5 年级趣味运动

2:30-4:30 1、2 年级趣味运动，教职工比赛

四、活动地点：

文化路小学操场

五、领导小组：

组长：杨 勇

成员：崔 婕 张鸿 都丽丽

六、后勤保障：

组长：孔令宣

成员：孙 毅

七、活动内容：

（一）队列比赛（所有班级）

1. 队列比赛评委会：

组长： 杨勇

成员： 崔婕、张鸿、都丽丽、郑保华、孔令宣、丛艳荣、陈琳

2. 队列评比要求、条件：

评分要求：

- 1) 以班级为单位进行比赛，评比。
- 2) 要求各班全员参加。
- 3) 带队入场、退场都计入队列评分。
- 4) 每班四队，班主任老师带队喊口令。
- 5) 每班队伍前一人举班牌，走到升旗台前喊口号两遍。
- 6) 队列走完，按照体育老师的安排由四队变成两队带到操场中间位

置集合。

评分条件：

服装整齐统一（20）步伐有力（20）排面整齐一致（20）精神饱满（10）

口号响亮（20）有新颖独到之处（10）

（二）广播操比赛（所有班级）

1. 广播操比赛评委会

组长：杨勇

成员：崔婕、张鸿、都丽丽、郑保华、孔令宣、丛艳荣、陈琳

2. 广播操评比要求、条件：

评比要求：

1) 以班级为单位进行比赛，评比。

2) 本班级身体健康学生必须全部参加

3) 每班要设领操员一名。

4) 参加比赛的班级服装必须统一、整洁。

5) 学生精神饱满，动作标准，屈伸有度，节奏准确，整齐划一，动作连贯，姿态优美。

3. 评分条件：

①动作（20分）：动作正确、幅度标准②节奏（20分）：节奏与节拍相符，团体动作整齐划一③精神面貌（10分）：动作有力，精神状态饱满

（三）趣味运动会赛程

上午比赛

1、 三年级：托球跑（垒球）

人员：8 男 8 女

器材：羽毛球拍 4 支，垒球 4 个

游戏规则：比赛开始前，参赛队员站于起跑线后。裁判发令后，队员站立式起跑且必须单手持羽毛球拍后端把手处，将垒球置于球拍上，托球向前跑，赛程为 30 米。以参赛队员身体任意部位触及终点线所在垂直平面为计时停止，用时少的队伍名次列前。

比赛规则：(1)比赛时，持球拍手不得超出把手，不得用手夹球。否则，成绩无效。(2)队员行进中，只允许用单手持拍托球，不得用另一只手做任何扶助持球动作。否则成绩无效。(3)途中若球落地，需捡起球置于球拍上，并退至掉球处继续跑。捡球时不得影响其他选手比赛。否则成绩无效。(4)过终点时，球必须在球拍上才可记为有效成绩。人和球必须同时过终点，不可用球拍将球跑过终点。否则，成绩无效。

2、 四年级：袋鼠跳

人员：8 男 8 女

器材：布袋 4 只

游戏规则：游戏开始后，每组起点玩家套上布袋，抓住布袋边缘，防止脱落。运用双脚弹跳的方式跳至终点，将布袋交给终点队友。

终点队友按同样方式跳回起点，依次进行，直到所有队员完成完成比赛，用时少的队伍名次列前。

3、 五年级：拔河

人员：10 男 10 女

器材：拔河长绳一根

游戏规则：1) 比赛开始前，各队按照要求准备好，比赛开始，运动员同时发力，将对方拉过赛场规定的河界线为赢。比赛不限制时间，一直到能判断胜负为止。

2) 比赛采用三局两胜制，局间休息 2 分钟。

3) 现场抽签分组决定对阵，两组胜者交锋决出一、二名；负者交锋决出三、四名。

4、 三年级：齐头并进

人员：9 男 9 女

器材：体操棒 4 根

游戏规则：每班派 12 名队员参加比赛，3 名队员一组，同时握住体操棒从起点出发，遇到障碍物后，全员绕行障碍物一圈，继续前进，绕完四个障碍物，将体操棒交给对面小组同学，对面小组出发比赛。期间若有同学掉队，需在掉队处重新出发，完成赛程用时短的班级名次列前。

5、 四年级：“8”字长绳

人员：8 男 8 女（含摇绳学生）

器材：长绳 4 条

游戏规则：（1）每班选取 16 人参赛，两名同学摇绳，其余同学列队需从绳的一侧跳至另一侧，跳过的同学绕过长绳回到队伍末端排队，循环接替。每轮一人跳一次，若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，那么不记为通过，失误同学归到队末，比赛继续；（2）跳长绳比赛时间为 3 分钟，比赛结束后，根据各班成功跳过次数进行排名。

6、 五年级：远足接力

人员：15 男 15 女

器材：接力棒 4 根

游戏规则：每班 30 人参加，比赛开始前，各班排一列纵队，按照要求准备好。比赛开始，每班出一人进行比赛，每人至少跑一圈，最多跑两圈，完成圈数后，将手中接力棒交给队友，完成接力，依次进行，率先跑完 40 圈，用时少的队伍名次列前。

下午比赛

1、 一年级：障碍接力

人员：8 男 8 女

器材：大体操垫，标志桶，标志杆，彩带

游戏规则：游戏开始后，一名队员手持接力棒，依次爬过“封锁线”，绕过标志杆，跨过障碍物后快速跑回，将接力棒交给下一名同学，

依次进行比赛，全部成员完成后，用时少的队伍名次列前。

2、 二年级：同舟共济

人员：每班 8 男 8 女

器材：两块小体操垫

游戏规则：16 人分两队相隔 20 米，相向而站，起点处的一队面前有两块体操垫，每队分成 2 人小组（一男一女）。游戏开始时，第一小组 2 人出发，依次走上垫子，通过将后面的垫子传向前方，2 人踩着两块垫子不断前进，中途任意队员的脚离开垫子是为犯规，需从犯规处重新出发。一组到达对岸后，对面的队友接过垫子出发，直至全部成员完成，用时少的队伍名次列前。

3、 教职工比赛

4、 一年级：南水北调

人员：8 男 8 女

器材：大桶 8 个，小桶 4 个

游戏规则：每次出发一人，出发前用小桶从“南”桶里取水，然后跑向对面的“北”桶，将水倒入“北”桶后，提小空桶返回，并将空桶交给下一名同学，依次进行。游戏时间 3 分钟，时间结束后，根据“北”桶内水的多少进行排名，水多的队伍，名次列前。

5、二年级：南水北调

人员：8 男 8 女

器材：大桶 8 个，小桶 4 个

游戏规则：每次出发一人，出发前用小桶从“南”桶里取水，然后跑向对面的“北”桶，将水倒入“北”桶后，提小空桶返回，并将空桶交给下一名同学，依次进行。游戏时间 3 分钟，时间结束后，根据“北”桶内水的多少进行排名，水多的队伍，名次列前。

八、人员安排

1. 裁判员：体育老师、实习大学生
2. 场地：杨海波
3. 秩序人员

赛场秩序：班主任

观众秩序：任课教师/副班主任

4. 摄像：郝志远
5. 拍照：李健

九、相关事项：

1. 班主任提前通知学生，学生需自备小凳、水、帽子等防晒工具，着装统一（运动服），戴红领巾，班副督促各班早晨卫生清扫，7:55 之前要结束，各班级在 8:00 运动会开始之前，要提前带领学生把小椅子摆放在指定位置。运动会 8:10 正式开始。

2. 观众席安排：一年级在操场东边依次就坐，二年级在西边；三、四年级在操场东边依次就坐；五年级在操场西边，各班先站四队就坐，若有需要，

另行调整。

四、学校体育活动开展情况

学校上学期训练篮球、跳绳、体质健康测试内容，下学期训练篮球、跳绳、踢毽子内容。我校每年组织 2 次运动会，秋季体质达标健康检测运动会，项目有 50 米跑、坐位体前屈、仰卧起坐、50*8 折返跑；春季阳光运动会，项目有跳高、跳远、实心球、迎面接力和 60 米、200 米、400 米、8 字大绳。

学校体育社团开设了篮球、足球、跳绳、踢毽社团，学生在社团经过体育老师的专业指导，并提高训练强度，既锻炼了体质，又提高了运动技能。