

# 教育之窗

## 第一期

乐山市五通桥区教师进修学校  
乐山市五通桥区教育科学研究所  
乐山市五通桥区教师发展中心

编

2024年3月12日

## 潜心教研勤探索，扎根教学促提升

——记乐山市五通桥区初中体育与健康教学研讨会

为扎实推进“素养导向下学生学习方式变革”的区域课堂教学改革，提高我区体育与健康学科教育教学质量，适应新的中考要求，乐山市五通桥区教育科学研究所于2024年3月6日在乐山市五通桥区东辰外国语学校开展了全区初中体育与健康教育教学研讨会。初中体育学科教研员邓忠和37位初中体育教师参会。

会议由教研员邓忠主持。

首先，由乐山市五通桥中学通才初中部帅颂立老师进行了《中考前体育课运动伤病预防》培训，通过对中考前可能出现的运动损伤等进行了深层次的分析，提出了切实可行的应对措施和策略。



接着，教研员邓忠作《如何做好体质健康测试以及数据上报工作》和《如何做好体育中考前的工作》的专题发言。强调老师们要提高认识，扎实开展学生体质测试工作，严格按照要求，如实上报体质检测数据；明确体育中考的目的意义，保证考前每一节课的教学质量，充分利用大课间，加强学生耐力和上肢力量练习，做到对每一个学生情况心中有数，同时做好培优辅差工作，力争今年体育中考成绩进入乐山市前列。

最后，全体参会教师观摩了东辰外国语学校的大课间活动和东辰外国语学校李杰老师《初三学生体能训练》公开课。东辰外校大课间活动形式多样，学生练习热情高，练习效果佳。李老师的公开课充分体现了新课标理念，注重培养学生的核心素养。课后老师们纷纷表示：体育课就应该像李老师的课堂一样，必须具备一定的运动量和负荷强度，让每一个学生的练习密度达到 50%



以上。