

2026年数字化体育资源征集具体要求

一、运动技能课程资源

建设资源归至国家中小学智慧教育平台体育频道“运动技能”栏目。具体征集基本运动技能、体能训练、球类运动、水上和冰雪类运动、新兴体育类运动等5个类别的运动技能课程资源。

（一）资源类别

1.基本运动技能课程资源。围绕移动性技能（如跑、跳、攀爬）、非移动性技能（如伸展、屈体、扭转）、操控性技能（如投、传、踢），提供专项知识和训练方法，帮助学生建立科学动作模式，为发展体能和专项运动技能奠定良好基础。

2.体能训练课程资源。围绕健康体能（如身体成分、心肺耐力、肌肉力量、肌肉耐力、柔韧性）和专项体能（如反应能力、位移速度、协调性、灵敏性、爆发力、平衡能力），聚焦专项训练和综合训练等方法，帮助学生科学提升体能水平，为增进体质健康和掌握专项运动技能奠定良好基础。

3.球类运动课程资源。围绕足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球、网球、匹克球和其他球类，提供专项知识和训练方法，帮助学生建立运动兴趣、提升体能水平与团队协作能力。

4.水上和冰雪类运动课程资源。围绕游泳、滑冰、滑雪等

运动，提供基本技能、练习方法、比赛规则等专项知识和训练方法，帮助学生掌握不同环境下的运动方法与安全知识，提升多元运动兴趣和特殊运动场景适应能力。

5.新兴体育类运动课程资源。围绕花样跳绳、飞盘、滑板等运动，提供专项知识和训练方法，帮助学生了解新兴体育运动基本技能、规则与文化，培养探索精神与创新意识。

（二）提交要求

资源以视频形式呈现。每门课程资源由若干个 10—20 分钟讲解视频组成，每门课程资源的视频数量不少于 2 个、不超过 10 个。模板可在征集系统首页下载。

讲解视频需采用“教师讲解+多媒体大屏”的形式，适当呈现授课教师画面，强化课堂互动体验，优化视觉呈现质量。单个讲解视频时长一般为 10—20 分钟。讲解视频中所用课件及其嵌入的媒体素材须内容清晰无误，界面设计简明、布局合理、重点突出，风格统一。须包含片头片尾，时长 5 秒，文字信息包括课程类别、课程名称、授课教师等。视频中的服装和物品不得出现明显品牌标志。

录制环境安静无噪音，光照充足均匀，教师语言规范，声音响亮。视频画面流畅、图像清晰，AI 生成的图片需符合逻辑并注明来源。语音与字幕、口型同步，字幕清晰，无错别字。避免出现画面质量模糊、无版权授权的影像画面。视频画面比例 16:9，大小不超过 1G，编码格式 H.264/25 帧，分辨率 1920*1080P，码率 8Mbps。音频 AAC 编码，码率 128Kbps。

二、体育活动资源

建设资源归至国家中小学智慧教育平台体育频道“运动技能”栏目。具体征集“课间 15 分钟”体育活动案例、大课间体育活动案例 2 个类别的体育活动资源。

（一）资源类别

1.“课间 15 分钟”体育活动案例。通过展示“课间 15 分钟”体育活动的内容与开展情况，为中小学校丰富“课间 15 分钟”体育活动的开展提供参考方案，引导学生走出教室开展体育活动。

2.大课间体育活动案例。通过展示学校大课间体育活动、校园自编操的内容及开展情况，为中小学校丰富大课间体育活动的开展提供参考方案，助力培养学生长期运动的习惯。

（二）提交要求

资源包括 1 份文字材料和 1 个活动展示视频。模板可在征集系统首页下载。

文字材料包括活动主题、活动内容、场地与器材配置、组织管理、安全与应急措施、评价与反馈等内容。内容保证真实性和时效性，排版规范，结构与层次清晰，文字可读性强，字数不超过 2000 字。

活动展示视频展示活动开展的环节过程，时长 15—20 分钟。须包含片头片尾，时长 5 秒，文字信息包括案例类别、活动名称、授课教师等。录制环境安静无噪音，光照充足均匀，教师语言规范，声音响亮。视频画面流畅、图像清晰，AI 生成的图片需符合逻辑并注明来源。语音与字幕、口型同

步，字幕清晰，无错别字。避免出现画面质量模糊、无版权授权的影像画面。视频画面比例 16:9,大小不超过 1G,编码格式 H.264/25 帧，分辨率 1920*1080P，码率 8Mbps。音频 AAC 编码，码率 128Kbps。

三、健康服务资源

建设资源归至国家中小学智慧教育平台体育频道“健康服务”栏目。具体征集身体健康知识课程、急救技能课程 2 个类别的健康服务资源。

（一）资源类别

1.身体健康知识课程资源。围绕人体结构功能知识、科学作息、体重管理、运动营养等内容，提供系统的健康知识讲解与锻炼指导，帮助学生了解身体机能、掌握科学锻炼方法、养成健康生活习惯。

2.急救技能课程资源。围绕运动前热身、运动强度把控、常见运动损伤应急处理、基础急救技能等内容，帮助学生增强运动防护意识，学会预防和应对运动损伤及突发状况，掌握基本应急救护能力。

（二）提交要求

资源以视频形式呈现。每门课程资源由若干个 10—20 分钟讲解视频组成，每门课程资源的视频数量不少于 2 个、不超过 10 个。模板可在征集系统首页下载。

讲解视频需采用“教师讲解+多媒体大屏”的形式，适当呈现授课教师画面，强化课堂互动体验，优化视觉呈现质量。单个讲解视频时长一般为 10—20 分钟。讲解视频中所用课件

及其嵌入的媒体素材须内容清晰无误，界面设计简明、布局合理、重点突出，风格统一。须包含片头片尾，时长 5 秒，文字信息包括课程类别、课程名称、授课教师等。视频中的服装和物品不得出现明显品牌标志。

录制环境安静无噪音，光照充足均匀，教师语言规范，声音响亮。视频画面流畅、图像清晰，AI 生成的图片需符合逻辑并注明来源。语音与字幕、口型同步，字幕清晰，无错别字。避免出现画面质量模糊、无版权授权的影像画面。视频画面比例 16:9，大小不超过 1G，编码格式 H.264/25 帧，分辨率 1920*1080P，码率 8Mbps。音频 AAC 编码，码率 128Kbps。