

上海市徐汇区虹桥路小学关于进一步加强学生 体质健康管理和体育素养测评工作方案

为贯彻落实中共中央《深化新时代教育评价改革总体方案》《健康中国行动（2019—2030 年）》《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》《关于进一步加强中小学生体质健康管理工作的通知》（教体艺厅函〔2021〕16 号）以及市教委、区教育局相关文件、会议精神，达到 2030 年及 2035 年《国家学生体质健康标准》和本市教育现代化相关要求，不断提升青少年学生体质健康优良率和身心健康水平，特制定本方案。

一、加强宣传

牢固树立“健康第一”的教育理念，加强对学生体质健康重要性的宣传，学校要通过《体育与健身》课程、大课间、课外体育锻炼、体育竞赛、班团队活动及家校协同联动等多种形式加强教育引导，让家长 and 中小学生科学认识体质健康的影响因素，了解运动在增强体质、促进身心健康、预防肥胖与近视、锤炼意志、健全人格等方面的重要作用，提高学生体育与健康素养，增强体质健康管理的意识和能力。

全面实施体育素养评价是在做好学生体质健康管理工作的基础上，深入落实教育评价改革总体要求、以数字化应用推动教育转型发展以及进一步促进学校体育提质增效的重要举措。学校将运用信息化评价手段，将体育意识、体育知识、体育行为、体育技能及体质健康等指标测评纳入日常教育教学安排，并做好相关宣传培训等工作。

二、提升体育锻炼效果

（一）开齐开足体育课

学校将严格落实国家和上海市体育与健康课程要求，自 2021 学年秋季学期开始，确保每天 1 节体育课，保证充足的体育活动课时间，不得以任何理由挤占体育课和校园体育活动。

（二）保证体育活动时间

全面落实大课间体育活动制度，学校每天安排大课间体育活动，安排学生课间走出教室适量活动和放松。合理安排学生校内、校外体育活动时间，着力保障学生每天校内、校外各 1 小时体育活动时间。大力推广家庭体育锻炼活动，做到有锻炼内容、锻炼强度和时长，培养学生良好的锻炼习惯。加强对体育家庭作业指导，提供优质锻炼资源，及时和家长保持沟通。

（三）提高体育教学质量

体育教学要聚焦“教会、勤练、常赛”，完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”学校体育教学模式，让学生逐步掌握 2-3 项运动技能。开展学校体育社团、校运动队及俱乐部，鼓励学生利用课余和节假日时间积极参加训练。要组织开展“全员运动会”“全员体育竞赛”等活动，让更多的学生参加活动及竞赛，体验竞赛带来的不同的激励体验。体育教研组要定期进行集中备课和集体研学。要定期对体育课教学质量进行评价，教师指导要贯穿体育课全程。

三、系统实施监测评价

（一）做好学生体质健康监测工作

1、按照《国家学生体质健康标准（2014 年修订）》《学生体质健康监测评价办法》等文件要求，以国家，市，区的相关文件要求为指导，以《国家学生体质健康标准》测试项目，内容为工作目标，结合我校实际，全面对我校学生进行体质健康的测试。

2、体育组本着对每一位学生负责的态度，结合学生体检工作，严格按照《标准》

要求进行测试，并确保学生学籍信息和测试数据真实、准确、有效。

3、教研组长对体育组教师开展测试、复核培训工作，提高测试教师的业务能力，确保操作程序规范、测试方法科学、测试数据准确。体育组协同班主任对全校学生身体状况进行梳理，对因身体原因不能参加当年测试的学生要让学生到医疗机构开具疾病证明，申请免修。

4、体育组要利用好体育课、活动课、大课间、放学后指导学生进行充分锻炼，达到更好的测试效果。

5、逐步建立学生体质健康档案，针对本校学生每年体质健康反馈意见科学研判学生体质健康水平，研讨制定相应的体质健康提升计划。

（二）全面实施体育素养评价工作

按照学生体育素养评价工作要求，做好体育意识、体育知识、体育行为、体育技能等评价，评价结果按一定权重形成学生体育素养分值。结合体育课安排，做好体育意识与体育知识相关测评工作，定期上报学生日常体育学习成绩，按时完成《国家学生体质健康标准（2014年修订）》测试工作，配合做好学生体育竞赛活动参与情况的分级上报工作。

（三）形成家校共育合力

健全家校沟通机制，及时将学生的体质健康测试结果和健康体检结果反馈家长，形成家校协同育人合力。严格落实《综合防控儿童青少年近视实施方案》要求，完善中小学生视力、睡眠状况监测机制。

四、强化组织保障

（一）加强组织领导

学校成立学生体育素养测试工作领导小组，

组 长:毛冉（校长）：全面负责体质健康及体育素养管理领导工作。

副组长:方叶（副校长）：负责学校实施体质健康及体育素养管理领导工作, 意外事故临场调度、指挥工作。

成 员:张伟（德育主任）：负责实施体质健康及体育素养管理师生思想宣传、安全教育工作。

体育教研组：负责体质健康及体育素养管理培训、研讨、实施、评价等工作。

各班主任：负责班级安全预防知识宣传、教育，协助敦促学生参加练习活动及安全组织工作。

建立健康促进校长、班主任负责制，通过家长会、家长信及家访等形式加强与家长沟通。

（二）落实检查制度

把学生体质健康管理及体育素养工作纳入学校工作计划重要工作，畅通家长反映问题和意见渠道，及时改进工作，切实保障学生体质健康科学管理，体育素养评价工作有序实施。

（三）强化后勤保障

将学生体质健康管理及体育素养测试所需经费纳入年度预算,确保工作顺利开展。加大对体育素养测试人员培训力度，持证上岗，参加相关工作纳入体育教师工作量核定范畴。配齐配足配优学校体育教师，不断提升体育教师专业能力。保证学校体育场地、设施器材的投入，满足学生体育运动、体育测试的需求。

上海市徐汇区虹桥路小学

2021 年 6 月 2 日