

滕州市教育和体育局

滕州市学生体质健康水平提升行动 实施方案

为进一步提高全市学生体质健康水平，促进学生全面发展，贯彻落实《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》（中发〔2007〕7号）精神，按照《山东省人民政府办公厅关于加强全省青少年体育工作的意见》（鲁政办发〔2011〕8号）和《枣庄市教育局关于进一步加强全市中小学生体质健康工作通知》（枣教字〔2020〕41号）要求，特制定滕州市学生体质健康水平提升行动实施方案。

一、指导思想

全面贯彻党的教育方针，积极推进素质教育，认真落实“健康第一”的理念和立德树人的根本任务，把提升学生身体素质和健康水平作为学校教育的基本目标，通过实施学生体质健康水平行动实施方案，深入推进学校体育工作，培养体魄强健、意志坚强、充满活力的一代新人。

二、总体目标

牢固树立和强化“健康第一”指导思想，坚持把增强学生体质作为学校教育的基本目标之一，进一步健全完善学校体育工作和学生体质健康长效机制，充分保证学校体育课和学

生体育活动时间及锻炼效果，广泛开展中小学校体育活动和竞赛，培养学生良好的体育锻炼习惯和健康的生活方式，形成热爱体育、崇尚运动、健康向上的良好风气。加强和完善学生体质健康工作的督导和评估制度，深化健康教育，实施好各项健康工作的“达标细则”，有效提高学生体质健康水平。通过3年左右的时间，使我市学生普遍达到国家体质健康的基本要求，耐力、力量、速度等体能素质明显提高，营养不良、肥胖、近视率的比重明显下降，全市学生体质健康测试水平达到全省中等排名。

三、实施措施

（一）加强体育师资队伍建设，科学安排学校体育工作。

1. 各级各类学校体育课的排课必须统筹安排，要有利于学生的身心发展，有利于充分利用现有体育设施、场地、器材，做到尽量分散，保证体育教学和活动正常开展。

2. 各学校要加强体育教师的培养和培训工作。认真实行体育教师岗前培训、持证上岗制度。实行体育教师体质体能监测制度，加大体育教师岗位继续教育和训练力度。

3. 各学校要切实保障体育教师的合法权益，调动体育教师工作积极性。在评聘职称、评优选先、工作量计算、课时计酬等方面要将体育教师与其他学科教师一视同仁，不得有歧视性规定。

（二）完善学校体育经费保障机制，改善学校体育基础条件。

1. 认真落实《国家学校体育卫生条件试行基本标准》和《山东省普通中小学基本办学条件标准（试行）》，结合学校标准化建设和阳光体育活动需要，在2-3年的时间内，使我市中小学体育卫生器材设施配备全面达到基本要求。要开发和利用体育资源，自制学生喜爱的、安全耐用的小型体育器材，满足学生体育锻炼的需求。

2. 切实加强学校体育场馆建设。学校要按照办学规模，统筹规划田径运动场，篮、排球、乒乓球场地，中小学努力做到规模12—18个班200米至250米环形跑道，规模24—36个班300米至400米环形跑道；每5—6个班级配备一个篮排球场地；3个班级配备一个乒乓球台。普通高中（职业高中）和城市初中及城市小学要加强体育馆和风雨操场（室内活动场地）的建设。

3. 市教体局统筹规划，把青少年体育作为实施全民健身计划的基础和重点，有效整合体育资源，充分发挥体育资源优势，为青少年体育活动创造条件。加强和其他公共服务部门的合作，促进更多的公共体育机构、设施向学生和学校优惠开放，通过全社会的共同努力来满足学生开展体育活动的需要。

（三）全面落实学校体育课程，实施《国家学生体质健康标准》，保障体育锻炼活动的开展。

1. 体育课是学校体育工作的中心环节，是实现学校体育工作目标的主要途径。各级各类学校严格执行国家有关体育

课时的规定，根据青少年学生身心发展规律和疫情防控要求，创新教学方法和教学组织形式，循序渐进、科学安排体育课程内容，开齐、上足、上好体育课。各中小学校体育课时执行小学1—2年级每周4课时，小学3—6年级和初中各年级每周3课时，高中阶段学校各年级每周2课时。任何学校不得以任何理由削减、挤占体育课课时。体育课应以室外教学为主，以培养学生掌握基本知识、技能、技术，增强体质，促进身心健康为目的。积极推进体育课程改革，制定科学的评价标准，丰富体育教学内容，提高教学质量。

2. 切实保证学生的体育活动时间。把保证学生体育活动时间作为规范办学行为的重要内容。没有体育课的班级当天要安排1节体育课外活动，体育活动时间应写进教学计划和课时表，任何学校和个人不得占用学生的体育活动时间。严格执行作息规定，保证每天小学生10小时、初中学生9小时、高中学生8小时的睡眠时间。认真组织学生做好广播体操、开展集体体育活动；寄宿制学校要坚持每天出早操。倡导分批次、分层次进行大课间活动，大课间体育活动每天时间不少于30分钟。全体学生每天上午、下午各做1次眼保健操。深入开展阳光体育运动，促进学生积极参加体育锻炼，养成良好的锻炼习惯，确保中小學生每天1小时以上体育活动时间。

3. 全面实施《国家学生体质健康标准》。全面实施学生体质健康检测，保证学生体质检测和学生体检。按照党中央、国务院及教育部要求每年实施《国家学生体质健康标准》检测

工作，建立健全包括学校测试上报、部门逐级审查、随机抽查复核、动态分析预测、信息反馈公示、评价结果应用等相关制度和管理措施在内的学生体质健康监测评价体系。学校要做到一年两次检测，每年都要对学生进行一次健康体检。加强对学生的测试及体检结果数据分析和运用，对学生实施有针对性的健康指导方案。

（四）加强对学生课外体育锻炼的指导，进一步完善学生校园一小时阳光体育活动体系。

1. 各级各类学校要根据学生体质差异、身体发育规律，面向全体学生，构建自主选择的体育活动课程“超市”。鼓励、支持学校创新体育课程和教学方式，在确保适度运动负荷的前提下，增加课程内容的选择性、趣味性，培养学生的体育兴趣，让每个学生都能拥有自己喜欢的体育课程或体育活动项目。

2. 开展富有地方特色的民间和传统体育项目。支持各中小学因地制宜，创造性地挖掘民间和传统体育资源，推广跳绳、踢毽子等简便易行、喜闻乐见的民间体育项目，推广武术、太极拳等体现中华优秀传统文化精神的传统体育项目。

3. 各级各类学校广泛开展中小学生联赛活动，举办多层次、多形式的学生体育运动会，积极开展各种体育活动。学校每年举办一次综合性阳光体育节、两次以上全校特色项目体育比赛，因地制宜地经常开展以学校、年级、班级为单位的学生体育活动和竞赛，做到人人有体育项目、班班有体育活动、

校校有体育特色。进一步办好体育传统项目学校，充分发挥其对全体学生的课余体育活动的示范带动作用合作，推进校园足球和游泳等运动项目普及活动。

5. 加大校园足球等集体项目改革。制定并实施校园足球中长期发展规划，合理布局中小学定点学校，建立健全“三级”足球联赛机制，通过招生考试政策疏通足球人才成长通道，源源不断培养优秀足球后备人才，并把校园足球工作的成功做法逐步拓展到篮球和排球等集体体育项目中。

（五）加强近视综合防控工作，夯实近视防控基础工作，保证学生及幼儿近视眼防控措施。

中小学教师和家长都要关注学生的用眼状况，坚持每天上下午组织学生做眼保健操，及时纠正不正确的阅读、写字姿势，控制近距离及用眼时间。实施在校学生近视监测制度，确保各中小学每学期要对学生视力状况进行两次监测，建立儿童青少年视觉健康电子档案，一人一档。并做好监测数据分析，及时制定防控方案，切实有效控制近视率升高。

（六）加强学校体育安全管理。

建立健全校园体育风险防范机制，完善校方责任险，建立涵盖体育意外伤害的学生综合保险机制。学校要建立体育设施安全检查制度，保证体育教学和体育锻炼器材设备和场地安全。加大经费投入力度，完善校园运动设施建设，添置必要的器材设备，确保安全科学适用，坚决杜绝一些器材设备被封存备检不使用以及体育设施成人化的现象，力求尽快达

标。加强体育设施、场地的维护管理。加强学生生命安全教育，为青少年体育锻炼提供科学指导，培养学生安全意识和自我保护能力。

四、组织保障

（一）加强学校体育工作的组织领导，建立学校体育工作评价与奖励制度。

各级各类学校要切实加强对学校体育工作的组织领导，成立体质健康测试领导小组，夯实工作责任，创新工作措施，细化职责分工，建立学校体育工作评价与奖励制度，把学校体育健康工作纳入学校考核的管理目标。

（二）加强督导检查

市教体局将中小学体育工作和学生体质健康状况作为评价学校教育质量和教育发展水平的重要指标，建立健全对学校体育和学生体质健康检测的专项督导制度，实行督导结果公告制度。严格实施学校体育工作和学生体质健康行政问责制度。对学生体质健康检测、学校体育工作评估和年度报告中弄虚作假或者工作不力的单位和个人予以通报批评；学生体质健康水平持续3年下降的镇街和学校，不得参加评优评先。同时加强对学生体质健康工作的社会监督。

滕州市教育和体育局

2022年5月25日