## ****昆山市花桥集善小学****

## ****加强学生体质健康管理工作实施方案****

为贯彻落实《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》教体艺厅函〔2021〕16号《教育部办公厅关于进一步加强中小学生体质健康管理工作的通知**》**等文件精神，确保2030年《国家学生体质健康标准》达到规定要求，现结合我校实际制定如下学生体质健康管理工作实施方案。

**一、加强领导**

　　学校校长是学生体质健康第一责任人，要切实加强学校体育安全教育和管理，指导学生科学锻炼。加强学校体育场馆、设施的维护管理,确保安全运行。完善学校体育和学生校外体育活动安全管理制度，明确安全责任，强化安全措施，建立校园意外伤害事件的应急管理机制，严格执行国家有关学生意外伤害保险制度。

**附：集善小学体质健康管理工作领导小组名单：**

组长：朱和根

副组长：陆幸芳、吴军、蒋海燕

成员：汪勇（总务）、张礼菁（德育）、曹洁（教务）黄景怡（安全）、陆欢以及各年级体育任课老师

**二、明确目标**

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卫生工作和学生体质健康长效机制，深化学校体育卫生工作改革，采取有效措施，充分保证学校体育课和学生体育活动时间及锻炼效果，切实加强学校体育卫生条件设施和师资队伍建设，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。我校学生体质健康测试结果为每年都有部分学生成绩不合格，希望通过此项方案的实施，使我校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、近视的发生率明显下降，学生体质得到全面增强。

**三、强化措施**

**1.加强宣传教育引导。**学校通过体育与健康课程、大课间、课外体育锻炼、体育竞赛、班队活动、家长会、微信公众号等多种形式加强对学生体质健康重要性的宣传教育引导,让家长和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。

**2.开齐开足体育与健康课程。**由教导处负责严格落实国家规定的体育与健康课程刚性要求，小学一至二年级每周4课时，小学三至六年级每周3课时，值班教师每天巡视，管理小组成员不定期检查，确保不以任何理由挤占体育与健康课程和学生校园体育活动。

**3.保证体育活动时间。**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。由体育组落实大课间体育活动制度，每天统一安排30分钟的大课间体育活动，班主任和任课教师每节课间安排学生走出教室适量活动和放松。通过家校联系，大力推广家庭体育锻炼活动，并且有锻炼内容、锻炼强度和时长等方面的要求，不提倡安排大强度练习。体育教师经常对体育家庭作业加强指导，提供优质的锻炼资源，及时和家长保持沟通。

**4.提高体育教学质量。**学校体质健康管理工作领导小组联合体育组教师，聚焦“教会、勤练、常赛”，逐步完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”学校体育教学模式，让每位学生掌握1—2项运动技能。学校开展各类体育社团活动，鼓励学生利用课余和节假日时间积极参加足球、篮球、排球等项目的训练。每年举行春季田径运动会、体育节、冬季三项体育锻炼、冬季长跑等多种形式的活动。教导处适时对体育课的教学质量进行评价。

**5.做好体质健康监测。**全面贯彻落实《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》等系列文件要求，认真落实面向全体学生的体质健康测试制度和抽测复核制度，建立学生体质健康档案，真实、完整、有效地完成测试数据上报工作，研判学生体质健康水平。我校现已配齐配齐监测器材，由体育组教师按照要求每年实施《国家学生体质健康标准》监测工作，做到一年一次检测。规范监测方法，公示监测结果，确保监测数据的客观真实准确。并将监测结果在规定的时间上报。

**6.保证体育教学和体育锻炼的器材设备和场地。**将学校体育场地设施建设、体育活动经费纳入计划，保证体育支出，并随公用经费标准提高而逐步增加。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。加强体育设施的维护管理，加强学生生命安全教育。

**7.保证学生体检。**由校医负责联合预防保健所每年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。通过多种途径向学生介绍疾病预防处方、营养处方、运动处方，促使学生形成良好的健康生活方式，养成终身体育锻炼的习惯。

**8.保证学生近视眼防控措施**

针对目前学生近视率居高不下的现状，按照上级文件精神，要把学生近视防控工作作为一项长期重点工作，作为学校健康教育重要内容，常抓不懈。学校每天开展眼保健操时间不少于2次，由德育处统筹安排做好有关眼操的学习、监督与评比工作。严禁因任何理由取消学生眼操活动，保障学生有充足的时间放松眼部肌肉，避免近视蔓延。

**9.保证学校食品卫生安全工作**

由总务处负责扎实做好学校食品卫生安全工作。加强监督检查和问责力度，杜绝学生饮食安全事故和传染病的流行。积极开展疾病预防、营养常识、卫生安全等健康教育，将健康教育纳入学校教学计划。

**10.形成家校携手育人合力**

　　健全家校沟通机制，体育教师和班主任及时通过班级群、智慧平台等渠道，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。通过多种途径，采取多种方式广泛传播健康理念，使学校和家庭形成珍视健康、热爱体育、崇尚运动、积极向上的良好氛围。引导家长为孩子科学合理搭配一日三餐，培养其良好的饮食习惯和健康的心态，有意识地培养孩子体育锻炼的习惯，用更多的时间陪伴孩子参加体育锻炼，以促进学生体质健康常态机制的形成，努力营造学校、家庭和全社会共同重视学生体质健康的氛围。

 昆山市花桥集善小学

 2021.6.8