协和教科 深化新时代学校体育工作高质量发展工作方案

一、指导思想

为全面贯彻《教育强国建设规划纲要（2024-2035 年）》和全国教育大会、上海教育大会精神，落实《深化新时代中小学体育工作高质量发展的若干措施》文件要求，坚持“健康第一”的指导思想和“为了每一个孩子的终身发展”的核心理念，立足我校“融合中西，和谐发展”的核心价值与增进学生对不同国家和地域体育文化的了解，落实立德树人根本任务，促进青少年全面健康发展，现就协和教科深化新时代学校体育工作高质量发展，全面落实学生每天综合体育活动 2 小时工作制定工作方案如下。

二、工作目标

（一）总体目标

统筹用好教育教学活动时间，全面落实学生每天综合体育活动 2 小时并基本在校内完成。

建立完善的学校体育工作体系，促进学生体质健康水平和体育素养持续提升。

（二）具体目标

保障体育课时，每周开设 5 节体育课，形式为体育与健康、体锻课、拓展课、体育活动课。

高中开设专项课。

大课间活动、阳光体育活动等有序开展，学生参与率达 100%。

学生体质健康优良率逐年提高，力争每年提升 2-3 个百分点；初中学段及格率达 95%以上，高中优良率争取达 40%以上，及格率达 95%以上。

三、组织架构

（一）领导小组

组长：校长

副组长：副校长、体育分管领导

成员：教务处主任、德育处主任、总务处主任、体育教研组长

职责：负责学校体育工作的整体规划、决策和统筹协调，每学期至少召开 2 次例会，形成纪要并反馈。

（二）工作小组

组长：体育分管领导

副组长：体育教研组长

成员：各年级组长、体育教师、班主任

职责：具体执行和落实学校体育工作任务，包括课程实施、活动组织、教研培训等。以年级组为单位的体育工作通过每月一次的年级组会议，反馈、讨论、解决相关问题；每两周一次的教研组会议，讨论实际体育工作并形成纪要。

四、工作任务

（一）保障运动时长

统筹用好教育教学活动时间，全面落实学生每天综合体育活动 2 小时并基本在校内完成。

1. 体育课时安排

每周 5 节体育课，形式为体育与健康、体锻课、拓展课、体育活动课。

其中高中开设篮球、足球、羽毛球/匹克球、飞盘、体适能等专项课，采用走班制教学模式。

2. 30 分钟大课间活动安排

（1）时间：①8:40-9:10/②9:40-10:10/③10:10-10:40

（2）内容：①统一进行广播体操，结合 2 分钟跳绳强化体能；天气寒冷开启冬季长跑模式；雨天室内操+4 分钟 TABATA 体能练习 /②分班组织体育活动/③分班组织活动或比赛

（3）监督评价：班主任、体育教师共同负责每天大课间体育活动的开展；大队部学生骨干负责各类活动的检查监督。

3. 每天不少于 50 分钟的体育锻炼活动安排

（1）形式：①阳光体育（12:15—12:45）/②CLUB（16：30-17：30）/③自主活动（7：55-8：15）

（2）内容：①开展多样化体育活动，体育节期间安排趣味性比赛和球类比赛；定期举办体质健康专项赛和学生特色活动，以新兴体育项目为主，比如飞盘比赛、匹克球比赛等。②不同项目训练或比赛，包括篮球、足球、飞盘、曲棍球、羽毛球、排球等。/③健身操

监督：班主任、体育教师或社团指导教师负责各项活动的开展。

（3）课间微运动

组织学生利用十五分钟课间在楼道或教室进行提踵、开合跳、提膝击掌、拉伸等小幅度运动，缓解身心疲劳。

（二）丰富项目设置

1. 体育课程中的运动项目设置

依据“双新”要求，以“初中体育多样化、高中体育专项化”为引导，根据学校实际情况，开设丰富的运动项目。

初中开设球类运动项目、田径类运动项目、中华传统体育类项目，达到全覆盖；体操类运动项目、匹克球和飞盘等新兴体育类项目根据不同课程部的实际情况实现 70%覆盖率。保证所有学生掌握至少 2 项专项运动技能。

高中开设篮球、足球、羽毛球、飞盘、体适能等专项课，以学年为单位，学生根据自身特长进行相

应调整。飞盘设置基础班和提高班，鼓励学生选择。保证所有学生高中阶段至少掌握 1 项专项运动技能。

2. 体育社团、兴趣小组、课后服务及学校提供的其它课内外的运动项目设置

体育社团：开设足球社团、篮球社团、羽毛球社团、匹克球社团、旱地冰球社团、体育游戏等。

课后服务：体现我校“融合中西”的理念，传统体育类项目和新兴体育类项目并存，提供足球训练、篮球训练、飞盘训练、匹克球训练等。

（三）开展赛事活动

1. 学生运动会安排

每年举办春、秋季各一次学生运动会，秋季运动会以田赛、竞赛为主；春季运动会以趣味性挑战为主。体育节、运动会鼓励家长参与，可根据自身的特长担任团体操表演指导、摄影、裁判、技术指导等。

2. “乐动比赛日”安排

第一学期主要依托体育节进行，九、十月份利用体锻课、阳光体育时间进行趣味比赛和球类比赛，体育节闭幕式当天进行田径运动会和师生趣味比赛；十一、十二月份开展健康跑/公益跑和新兴体育项目比赛；

第二学期开展趣味运动会，安排学生特色体育活动，利用阳光体育时间或 CLUB 时间进行，以体质健康专项赛和新兴体育项目比赛为主。

3. 学校体育赛事“荣誉墙”“纪录榜”等荣誉体系建设

学校一楼艺体大厅设置“荣誉墙”、“荣誉角”，展示学生在各类体育赛事中的获奖瞬间和奖杯、奖牌等；根据市区各类赛事时间，每学期更新一次，由体育组负责，同时将学生获奖纳入学生成长档案。

定期整理“校田径最高纪录”，每学年更新一次，由体育组负责。

（四）场地设施保障

1. 学校体育基础场馆信息

校内体育场馆信息：250 米塑胶跑道操场 1 个、足球场一片（含 5v5 足球场三片）、室外篮球场 1 片、排球场 1 片、室内体育馆 1 个（含羽毛球场地六片）、风雨操场一片（含羽毛球场地四片）、曲棍球场一片、健身房 1 间、舞蹈房一间、乒乓球房一间、体操器械区。校内体育场馆能够满足日常教学和训练。

校外考虑逐步与附近公共体育场馆签订合作协议，建立共享机制。

2. 数智化设备配备情况

紧跟市区要求，为体育课配备部分运动手环等智能设备，监测学生运动数据。后续根据情况，逐步实现全员覆盖，三年内完成推广。

（五）师资队伍配备

1. 学校基础体育师资配备情况

学校现有体育教师 9 名，包括足球专项教师、篮球专项教师、排球专项教师、体操专项教师、田径专项教师，同时遵循“融合中西”的学校理念，所有教师常态化进行新兴体育教学的研讨，能够承担学校新兴体育项目的教学和训练工作。学校初中、高中一起现有 53 个班级，根据教育部 2025 年发布的

《关于加强新时代中小学体育教师队伍建设若干举措的通知》，初中、高中体育教师的班师比配备标准为 6:1 和 8:1，符合教育部体育师资配备要求。

2. 学科教师 “一岗多能” 指导体育社团或兴趣小组活动、组织体育锻炼及赛事活动等

周日篮球训练，篮球专项教师和具有篮球特长的其他任课教师一起担任训练指导工作；

体育节趣味性比赛，由班主任老师一起担任组织者和裁判员；

田径运动会由各学科教师一起承担裁判员工作。

以上跨岗教师上岗前均需进行专门的培训考核，方可承担相应训练和赛事工作。

3. 体育教师绩效考评机制

学校设置科学合理的体育教师绩效考评机制，将教学质量（包括中考体育）、学校体质健康测试优良率提升、拓展课开设情况、特色学生活动开展、年级组活动参与、指导学生获奖等方面纳入考评体系，考评结果与职称评聘、评优评先挂钩。

4. 校内体育教师分类培训开展情况

利用周三下午体育教研时间，隔周组织体育教师进行相应项目的培训，不断提升教师的专业水平。

老教师聚焦新兴项目培训，新教师前期以中考体育项目培训为主，后期进行新兴体育项目培训。

（六）实施干预指导

1. 体质健康测试工作开展安排与结果反馈机制

每学年第一学期开展一次完整的学生体质健康测试，测试项目包括身高、体重、肺活量、50 米跑、立定跳远、坐位体前屈、引体向上（男）、仰卧起坐（女）、800 米跑（女）、1000 米跑（男）、50 米*8 往返跑（六年级）、1 分钟跳绳（六年级）等，第二学期进行单项训练和测试。测试结果及时反馈给学生和家长，并建立学生体质健康档案。

2. 体质健康全过程管理办法与对体质健康水平处于良好以下学生的指导方案

建立学生体质健康全过程管理办法，定期对学生的体质健康状况进行跟踪监测。针对体质健康水平处于良好以下的学生，制定个性化的指导方案，包括饮食建议、运动计划等，任课体育教师进行针对性指导。加强此类学生的家校沟通，体育教师可通过家长会、钉钉群或微信与家长常态化沟通，邀请家长配合干预。

3. 通过配置运动手环等方式，以人工智能技术建立体育活动常态化监测机制

计划配置运动手环，利用人工智能技术建立体育活动常态化监测机制，形成数据，用于运动强度监控、健康档案管理和个性化运动处方设置。

（七）强化安全保障

1. 教师运动安全培训

以教研组为单位，定期组织体育教师进行运动安全培训，培训内容包括课堂安全知识、运动损伤的预防和处理、运动伤害快速响应措施等，提高教师的运动安全意识和应急处理能力。

2. 学生运动安全教育工作

通过体育课、班会课、年级组大会、安全教育讲座等形式，对学生进行运动安全教育，让学生了解

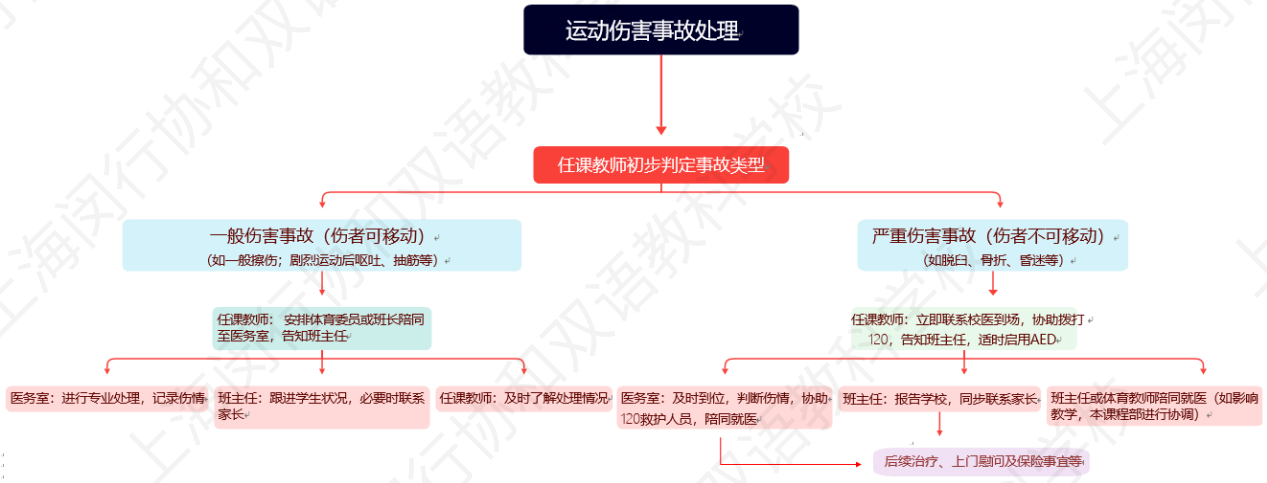
运动安全的重要性，掌握运动安全的基本知识和技能。

3. 学校 AED 配备情况

学校在教学楼一楼和艺体中心一楼配备 AED 设备，并定期进行检查和维护，确保设备正常使用。

4. 学校运动伤害快速响应机制

学校具有运动伤害快速响应机制，一旦发生严重伤害事故，学校医务人员会第一时间到达现场进行处理，并及时通知家长和相关部门。以下是具体的运动伤害事故处理流程。



同时建立运动伤害台账，记录每一次事故处理情况，每学期分析并改进相关问题。

5. 定点医院运动伤害救治绿色通道

与复旦大学附属儿科医院建立运动伤害救治绿色通道，确保学生在发生严重运动伤害时能够得到及时有效的救治。

6. 学生运动意外伤害专项保险配置情况

学校作为投保人，为学生购买校方责任险，学生购买中小学生平安保险，保障学生在体育活动中的合法权益。本学期计划为学生购买运动意外伤害专项保险。

五、工作监督

（一）校级监督电话

54938661

（二）区级监督电话

64924518

监督电话张贴在校门口，同时可通过校园公众号“校长信箱”进行相关情况的监督反馈。