

向阳育才小学深化新时代学校体育工作高质量发展 工作方案

(2025 年 7 月制定)

一、总体目标

为全面贯彻《深化新时代中小学体育工作高质量发展的若干措施》（沪教卫党〔2025〕145 号）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，落实立德树人根本任务，促进青少年全面健康发展，现就向阳育才小学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

全面提升学生身体素质与健康水平，形成规律的运动习惯，推动学生体质健康优良率稳步上升。

（二）具体目标

1. 合理安排学生作息時間，確保學生每天在校內累計運動時間不少於 2 小時。
2. 確保學生每周“五課兩活動”、每日大課間運動、每月樂動賽事，促進學生“學會、勤練、常賽”。
3. 用運動手環、魔鏡等信息技術賦能學生體育鍛煉幫助學生增強體能。
4. 結合學校體育特色項目推動學校體育文化氛圍。
5. 每學年開展一次全員體質健康測試，並建立個人健康檔案。
6. 加強體育教師培訓，提高教學與訓練質量。
7. 用好家校聯動、家長開放日等平臺，引導家長開展親子體育活動。

三、组织架构

（一）领导小组

学校各项重要改革事项决策机构为党支部委员会。学校建立体育发展领导小组，履行关于学校体育工作事项决策职责。

学校体育工作发展领导小组

组长：书记、校长

副组长：副书记、副校长

组员：党支部委员、行办主任（课程负责人）、教学教导、德育教导、总务主任

（二）工作小组

学校成立体育发展工作小组，履行具体执行与落实的职责。

组长：分管校长

副组长：德育教导、教学教导、体育教研大组长

组员：体育教师、班主任

四、工作任务

（一）保障运动时长

必做任务：

1. 每天安排 1 节体育课或校本课程，每周安排 2 节体育活动课。

2. 每天 30 分钟大课间活动安排。

3. 保证课间活动 15 分钟，确保每天不少于 40 分钟的体育锻炼活动。组织课间体育小游戏，并与建设班级文化相结合，开展“我的课间我做主”课间体能游戏征集活动，评选“十佳课间游戏金点子”，编制课间游戏指南推广覆盖。

4. 每周一安排三至五年级全体学生参与、每周二安排一二年级全体学生的快乐运动课程。

（二）丰富项目设置

必做任务：

1. 学校是全国青少年足球特色校，一二年级校本课程开设足球课，三至五年级结合体育与健康课程合理规划足球课程，确保足球运动项目普及化、兴趣化，做到全覆盖。

2. 四年级结合体育课和体育活动课开设游泳课程。

选做任务：

3. 学校根据足球、跳踢特色，提供体育兴趣小组、体育社团、课后服务等校内外体育运动项目，如手球、足球、踢毽子、拍毽子、跳长绳、花式跳、徒步等。

（三）开展赛事活动

必做任务：

1. 每学期开展一次学校学生运动会，鼓励全体学生积极参与。上半年班班足球联赛和足球小型赛；下半年全体比赛各类跳绳。

2. “乐动比赛日”安排每月其中一个周五下午的快乐活动日进行。

时间	乐动赛事	负责人员	其他组织人员
9月26日	广播操比赛（一年级室内操赛）	朱万腾	体育教师、班主任
10月31日	短绳比赛	黄军军	体育教师、班主任
11月28日	毽子比赛	黄军军	体育教师、班主任
12月26日	长绳比赛	黄军军	体育教师、班主任
1月16日	长跑比赛	吕佳	体育教师、班主任
3月27日	自编操	吕佳	体育教师、班主任
4月24日	足球比赛	朱万腾	体育教师、班主任
5月22日	足球比赛	朱万腾	体育教师、班主任
6月12日	足球比赛	龚霞	体育教师、班主任

选做任务：

3. 运用学校校门屏幕宣传校内“运动之星”，逐步推进学校

“趣味角”荣誉墙，打造学校体育运动氛围。

4. 根据“乐动比赛日”内容，邀请家长入校观摩体育赛事。
5. 结合寒暑假、双休日场地开放，开展学校足球训练营活动。
6. 每年度举办徐汇区小学生阳光体育大联赛跳踢赛。

（四）场地设施保障

必做任务：

1. 学校室外运动场面积 3213.92 平方米，室内运动场面积 254.14 平方米。

选做任务：

2. 学校临近运动场地是上海植物园占地 81.86 公顷，学校党支部与植物园第一党支部建立共建协议，确保全体学生能够在植物园内进行徒步等项目。

3. 在教学楼道内打造运动“微场域”，如投篮、跳格子等小型运动。

4. 与游泳馆签订场所运动协议，确保游泳课程的落实。

（五）师资队伍配备

必做任务：

1. 学校在编体育教师 7 位(1 位保胎,1 位 2026 年 2 月退休)。全校 20 个班级，按照当前 18 节课满课时计算，满足体育与健康课程专职教师比例。如将校本课程纳入其中，则需要引进至少 1 位体育师资配备。

2. 充分挖掘班主任及学科教师作用，指导体育社团或兴趣小组、组织体育锻炼及赛事活动等。

3. 将组织体育赛事纳入学校 10%绩效考核，将指导体育社团或兴趣小组等按照学校课时方案等进行绩效考核与奖励。

选做任务：

4. 统筹体育资金，购买足球、花式跳、扇子舞等服务课程引

进社会专业力量推进体育运动。

（六）实施干预指导

必做任务：

1. 认真落实学生体质健康测试上报、抽测等工作，并根据反馈结果在教研组内开展针对性分析。

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。

3. 通过配置运动手环等方式，以人工智能技术建立的体育活动常态化监测机制。

选做任务：

4. 对优秀体育苗子做好体教融合、市区赛事储备。

（七）强化安全保障

必做任务：

1. 每学期开展一次安全教育培训。如，AED 除颤仪培训等。

2. 学生运动前授课教师必须进行必要的安全教育。

3. 学校配备 AED 除颤仪 2 台，分别放置楼道、体操房，防运动意外情况紧急救援。

4. 学校建立运动伤害快速响应预案，开学一周内须对全体教职工进行培训。

5. 发生运动伤害事故在万源路复旦大学附属儿科医院就诊。

6. 学校为每位学生购买上海市学校体育运动伤害专项保障基金及校园意外保险（6 元）。

五、工作监督

区级监督电话：021-64410010

校级监督电话：021-54351410

