

# 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

(2026年2月修订)

## 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，深刻把握落实“健康第一”筑牢接班人身心根基的教育理念和“为了每一个孩子的终身发展”的核心，落实立德树人根本任务，促进青少年全面健康发展，为更好推进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。

## 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. 全面落实学生每天综合体育活动不少于2小时，确保运动时长要求全覆盖并在校内完成。

2. 确保学生每周“五课两活动”、每日大课间运动、每月乐动赛事、每季赛事，促进学生“学会、勤练、常赛”。

3. 构建“人人有项目、班班有活动”的体育竞赛体系，实现全员参与，分层竞技。组织春、秋学生运动会、季赛、每月“乐动联赛”，结合学校跳踢、足球体育特色项目，建立荣誉榜，推动班级和学校体育文化建设。

4. 优化场地，充分挖掘校园角落，建设地面游戏区，打造“微篮球运动区域”，激发学生运动兴趣。

5. 每学年开展一次全员体质健康测试，并建立个人健康档案。

6. 加强体育教师培训，提高教学与训练质量。

7. 用好家校联动、家长开放日等平台，引导家长开展亲子体育活动。

### **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、教学教导、德育教导、总务主任、体育教研组长

#### **(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、副班主任、教师、教辅人员

### **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. 每天安排两次大课间活动，上午、下午各 35 分钟，上午大课间以广播操等全员体能训练为主，下午大课间分年级特色活动，按年级轮流使用操场，未轮到的年级按照既定室内（教室或走廊）组织运动。

3.运用课外服务开设至少 20 分钟体育运动，与每日体育课或校本课程、大课间运动，达成学生每天在校综合锻炼 2 小时的要求。

4.每周一课后服务 3:30-4:30 期间安排三至五年级全体学生参与、每周二课后服务 3:30-4:30 期间安排一二年级全体学生的快乐运动。另外，一二年级每周有三天下午第七节课后社团创设至少 20 分钟体育运动。

5.遇阴雨、雾霾、传染病等情况，学校启用室内校本室内操由班主任或副班主任组织学生运动，各班按照既定课间小游戏组织学生游戏。

## **(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。

3.持续深入基于“双新”的项目化学习或跨学科综合主题式活动，组织徒步等学科融合的课外拓展活动。

### **选做任务：**

4.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，春季运动会以趣味体能游戏为主，秋季运动会以传统田径项目为主，鼓励全体学生积极参与。

2.每季以班级为单位，开展“一季一赛”，足球、篮球、接力跑、跳绳。

3.每月“乐动联赛”的比赛项目结合学校特色，国家体质健康测试项目设立主题比赛，每月其中一个周五下午的快乐活动日进行。

上半年	月赛（全校）	下半年	月赛（全校）
2月	寒假	9月	广播操比赛（一年级室内操赛）
3月（开学）	柔韧赛-坐位体前屈	10月	短绳比赛
4月	足球比赛	11月	毽子比赛
5月	篮球比赛	12月	长绳比赛
6月	自编操比赛	1月	长跑比赛
上半年	季赛（班级—一年级）	下半年	季赛（班级—年级）
3月、4月	足球	9月、10月	接力跑
5月、6月	篮球	11月、12月	跳绳
上半年	春运会（全校）	下半年	秋运（全校）会
4月	趣味体能游戏	10月	田径

**选做任务：**

- 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. 在校园长廊、沥青小操场、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 6 位（1 位产假）。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。校本课程纳入其中，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、下午大课间纳入学校绩效考核，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：021-543514

