# 加强学生体质管理工作实施方案 加强学生体质健康工作实施方案

来源：网络 作者：雾花翩跹 更新时间：2024-07-29

*通过编写工作方案，可以对可能发生的问题进行提前的预想。某个项目开展前，通常我们需要先写多份工作方案以便上级参考决策，那么我们该怎么去写工作方案呢？下面小编在这里为大家精心整理了几篇，希望对同学们有所帮助，仅供参考。为贯彻落实《健康中国行动(...*

通过编写工作方案，可以对可能发生的问题进行提前的预想。某个项目开展前，通常我们需要先写多份工作方案以便上级参考决策，那么我们该怎么去写工作方案呢？下面小编在这里为大家精心整理了几篇，希望对同学们有所帮助，仅供参考。

为贯彻落实《健康中国行动(2024—2024年)》《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》等文件精神，确保2024年《国家学生体质健康标准》，结合我校体育工作的现状，为进一步规范和加强学生身体素质，切实提高学生体质健康水平，特制定本方案：

一、完善体育管理机制，明确个人职责

牢固树立和强化”健康第一”的指导思想，坚持把增强学生体质健康作为学校教育的基本目标之一。充分保证学校体育课正常开展和学生体育活动时间及锻炼效果。学校对此十分重视，由学校校长室主管具体的体育工作，6名体育教师工作目标明确，在开学初根据学生年龄特点制定了每个年组本学期的活动计划，确保全体学生在身体素质方面都能得到全面锻炼。

二、强化措施，上好两操

1、保证学生每天一小时体育锻炼时间

保证学生每天上下午的眼保健操有序开展及各半小时的体育活动时间，落实和完善阳光体育大课间制度，并有效实施和开展。学校不得以任何理由和形式减少学生每天体育锻炼时间。

2、保证开齐上好体育课

认真执行国家规定的体育与健康课程落实情况，保质保量开齐上好体育课，学校及个人不得以任何理由和形式强占体育课。

3、建立学生体质健康档案

我校按照教育部要求的每年实施《国家学生体质健康标准》监测工作，做到每年秋季对学生进行检测，规范监测方法，严格确保监测数据真实准确，并将监测结果在规定时间上报上级有关部门。

三、开展课外体育活动，丰富学校文体生活。

课外体育活动是学校体育工作的重要组成部分，是实现学校体育目的、任务的重要途径之一。它是培养学生身心发展的重要环节，是增强体有效措施，是发展竞技体育，发现和培养体育人材的必经之路。

1、课间操

学校加强对课间操的管理，由体育老师按时组织。建立课间操常规，严格纪律，保证课间操顺利开展。成立课间操检查小组，在精神面貌、出勤人数、动作质量等方面，并以班级为单位进行每学期一次的课间操检查评比，由科任组长打分后公布成绩。强化学生正确认识锻炼身体的含义。

2、班级体育锻炼

学校组织学生以班级为单位，利用两个大课间间操余下时间，进行体育锻炼，由各班主任负责，体育教师与班主任密切配合，帮助各班把体育锻炼纳入班级教育计划，做好组织发动工作，进行思想教育，保证活动时间和活动质量。

3、体育竞赛

学校以全面锻炼学生身体、保证学生每天有一小时体育活动时间为出发点，在保证开齐、开云育课程和课间操的基础上，将根据学校的实际情况，贯彻小型多样、单项分散的原则，按季节气候的不同开展丰富多彩的体育竞赛活动。力争通过这些体育竞赛活动，来激发学生兴趣，锻炼学生身体，活跃学校文体生活，在校内形成浓厚的体育氛围。

4、体育作业

学校以学生体质健康测试项目为基础，制定每天的体育作业，定期检查、评比，激发学生课后体育锻炼的积极性。

我校体育教学工作贯彻落实上级主管部门的精神，牢固树立和坚持教育面向全体学生的原则，进一步从观念上理解和认识了实施素质教育、高效课堂教学模式的关键性和重要性，始终把提高学生身体素质、培养学生良好品质和健康心理作为工作的出发点。具体要求如下：

一、开齐开足体育课

严格执行课程计划，按照课程标准和上级要求开足、开齐体育课：1-2年级体育课每周为4节，3—6年级每周体育课为3节。开课率为100%。

学校要求教研组做到学期有计划，有总结；活动有分工，有措施；成绩有记录；资料有积累。体育教师认真备课，做到备教材、备学生、备场地，充分利用40分钟的课堂教学，抓好学生的体育常规教育，让学生掌握基本的运动技能。学校领导定期和随机检查教案，随时进行听课和评课。

二、保证体育活动时间

凡是学校开展的竞赛活动和群体活动，都要列入体育教学计划之中，对学生加以指导。推动竞赛活动和群体活动的开展，促使学生重视体育课的教学，提高体育课的实效性和学生的兴趣。

三、积极开展阳光体育运动

1、将阳光活动建设落实到学校年度工作计划中。经常深入实际，检查督促，研究解决体育活动建设中的实际问题。比如每年一次体育运动会的举行、体育类社团的活动安排、月月体育竞赛的活动方案、冰雪体育特色的发展、每学期体育工作的思路等，按照召开专门的会议共同商量后决定。

2、开展阳光体育运动，理论与研究并重。保证每天阳光体育1小时，将体育运动时间通过“每日打卡”等活动延伸至家庭。将武术操、健美操、国标操、跑操、特色游戏有机结合。

四、提高体育教学质量

学校现专任体育教师3名，兼职体育教师2名，全部为体育专业突出人才，结构合理，其中一名教师为我学区长学校下派交流教师。体育教师要从现代课堂教学要求出发，加强教育教学理论的学习，并进行有目的、有计划的教学实践，并经常性地对教学工作进行检查、总结，及时发现问题，解决问题。以乡村少年宫活动为载体，抓好轮滑、滑雪、长跑等队伍的竞训工作，每天晨训，每周三、周四开展社团活动。

五、积极发展冰雪体育特色

1、学校积极开展冰上课程

2024年度船营区政府统一购买服务，二年级学生享受32节专业教练、专业滑冰馆的冰上体育课程，每周五上课，全员参加。冬季，铺设冰场，四、五、六年级进行冰上课程学习。上冰前由陆地的模仿动作到身体素质练习，上冰后，规范学生的速滑动作练习，着重培养了学生在冰上运动的兴趣及运动技能。

2、学校速滑训练和比赛

在三至六年级成立速滑队，训练时间为每周三、周四下午的15：00——17：00，教练员为我校的两位体育教师担任，分阶段、分步骤地对学校速滑队员进行训练。

3、滑雪课程

与吉林市体育局合作，选拔我校有滑雪兴趣的学生16名，于每天放学后送至北山雪洞，由吉林市体育局选派教练进行培训。

一、工作目标

建立学生健全体质健康发展规划，努力提升我校体育卫生设施水平，进一步完善我校各方参与的青少年健康促进网络和联动机制。促使我校学生基本养成良好的体育锻炼习惯和科学文明的生活方式，健康素质明显提高，超重、肥胖、视力不良率明显下降，耐力、力量等身体素质明显提升。

二、组织机构

组长：

副组长：

成员：全体行政、全体体育教师、全体班主任

三、工作举措

1、学校按照《学生体质健康标准》的实施要求，制定实施计划和方案且开展工作，并将《学生体质健康标准》测试工作纳入学校正常的教育教学工作之中。学校有专人负责，实行岗位责任制，校长为《学生体质健康标准》实施的第一责任人。2。学校《学生体质健康标准》的要求统一安排、班主任等协同配合，共同组织实施。学校负责实施的计划和监督工作，班主任负责测试的组织成绩记录、等级评定，负责本班的组织工作。3。学校对《学生体质健康标准》测试工作要定期自查，并将此工作列入学校班主任评估工作内容之中。

四、时间安排

1、每天早上8点30分——9点大课间。

2、每周保证1-2年级4节体育课，3-6年级3节体育课。

3、课间10分钟组织课间活动：羽毛球、乒乓球、自主游戏等。

4、每天下午放学回家跳绳半小时。

5、上午第二节课后做眼保健操，下午第一节课后做眼保健操。

五、保障措施

（一）落实学生体质健康测查和学生体质健康抽查制度

测试数据项目为：小学一、二年级测试项目：身高、体重、投沙包、50米跑。小学三、四年级测试项目：身高、体重、掷实心球、50米跑。小学五、六年级测试项目：身高、体重、肺活量、400米（50米x8往返跑）仰卧起坐。（二）测试、等级评定与登记

1、《学生体质健康标准》的测试每学年进行一次，由学校自行组织。2。测试前要做好充分准备工作和制定测试过程中的安全措施。测试数据和记录要准确无误，并进行严格核查，测试、记录、监督检查人员要签字。3。因病或残疾不能参加全部或部分项目测试，无法进行评分和等级评定的学生，可向学校提交免予执行《学生体质健康标准》的申请，经班主任、体育教师签字，学校审批后方可免予执行。但能参加测试的项目仍需测试记录，可不作为评价等级依据。免予执行《学生体质健康标准》的学生评价等级为及格。4。因病临时不能参加测试的学生经医生证明，体育教师核准，可不参加本次测试，但须进行补测。5。对《学生体质健康标准》测试成绩不合格者，在本学年度准予补考一次，补考仍不及格者，则学年评定等级为不及格。6。测试成绩、评定结果应及时反馈给学生和家长，以便指导学生科学合理的锻炼和得到家长的支持、帮助。7。《学生体质健康标准》先按百分制记分，每个测试项目得分之和为《学生体质健康标准》的最后得分，根据最后得分评定等级：86分以上为优秀，76-85分为良好，60分一75分为及格，59分以下为不及格。8。学校要建立《学生体质健康标准》的专项档案。学生测试项目的成绩，按照《标准》的要求计算得分、评定等级。9。每学年测试的原始数据和统计资料要妥善保存。学校有专人保存或统计，并定期归入学生的体育健康档案。（三）数据收集与整理上报

1、各班级要按照《学生体质健康标准》的有关要求，准确及时地采集、汇总、上报《学生体质健康标准》的有关数据。2。班主任负责对本班的测试数据、评定等级进行统计分析，认真填写有关报表。（四）具体要求与措施

1、做好学生、教师、家长的宣传教育工作，让学生懂得体质健康的重要性，让教师重视学生的体质健康，让家长支持学校的体育达标活动。2。我校加强对《学生体质健康标准》测试的组织和管理，积极组织多种多样的体育锻炼形式，将体育课的组织形式与课间操以及各种体育课外活动有机结合，促进学生体质健康的发展。3。我校有计划性地开展体育测验活动，督促、指导和加强学生平时锻炼和了解自身体质健康状况，但要避免将体育课变成测验课。4。学校保证学生体育锻炼时间，确保学生的每天一小时体育锻炼时间，并作好安排、记录，保证锻炼的质量。5。学校加强对学生进行安全教育，在日常体育锻炼、测试中做好安全防范工作。对安全事故要追究直接责任人和主管领导的责任。

六、考核奖励

1、学校对《学生体质健康标准》实施工作要定期进行总结评比，给予奖惩，以调动全体师生的积极性。2。奖评全面考虑，不仅要奖励达标优秀的学生，而且注重评比经常锻炼表现好，各项指标增长幅度大的学生。还对优秀体育骨干进行奖评，同时也对参与《学生体质健康标准》测试工作的有关人员工进行奖评。

为贯彻落实《健康中国行动（2024—2024年）》和《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》文件精神，强化体育课和课外锻炼，促进学生身心健康、体魄强健，确保2024年《国家学生体质健康标准》达到规定要求，结合我校实际情况，制定方案如下：

一、指导思想

以“天天锻炼、健康成长、终身受益”为目标，不断改革创新，努力提升体育教学质量，健全学生人格品质，切实发挥体育在培育和践行社会主义核心价值观、推进素质教育中的综合作用，培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人。

二、成立领导小组

睡眠管理小组

组长：

副组长：

成员：

三、具体实施

1、加强宣传教育引导。

班主任和体育教师要加强对学生体质健康重要性的宣传，学校要通过体育与健康课程、大课间、课外体育锻炼、体育竞赛、班团队活动、家校协同联动等多种形式加强教育引导，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。

严格落实国家规定的体育与健康课程刚性要求，每周3课时，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1小时体育活动时间。全面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，每节课间应安排学生走出教室适量活动和放松。大力推广家庭体育锻炼活动，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。学校要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。

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。鼓励学生利用课余和节假日时间积极参加足球、篮球等项目的训练。要组织开展“全员运动会”“全员体育竞赛”等多种形式的活动，构建完善的“校内竞赛—校级联赛—选拔性竞赛”学生体育竞赛体系。学校要定期进行集中备课和集体研学。适时对体育课的教学质量进行评价。教师的指导要贯穿课程的整个过程。

5、完善体质健康管理评价考核体系。

把体质健康管理工作纳入学校的评价考核体系。高度重视体质健康管理工作，建立日常参与、体育锻炼和竞赛、健康知识、体质监测和专项运动技能测试相结合的考查机制，积极探索将体育竞赛成绩纳入学生综合素质评价。对因病或其他不可抗因素不能参加体育竞赛的，要从实际出发，分类指导，进行评价。要健全家校沟通机制，及时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。要严格落实《综合防控儿童青少年近视实施方案》要求，完善中小学生视力、睡眠状况监测机制。

6、做好体质健康监测。

全面贯彻落实《国家学生体质健康标准（2024年修订）》《学生体质健康监测评价办法》等系列文件要求，对体质健康管理内容定期进行全面监测，建立完善以体质健康水平为重点的“监测—评估—反馈—干预—保障”闭环体系。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，制定相应的体质健康提升计划。

7、健全责任机制。

将体质健康管理工作纳入学校的日常管理，定期召开会议进行专题研究，建立健康促进校长、班主任负责制，通过家长会、家长信、家访等形式加强与家长的沟通。

为贯彻落实“五小管理”精神等，明确要求保障学生每天校内、校外各1小时体育活动时间；要让每位学生掌握1—2项运动技能，结合我校实际，特制定我校学生体质健康管理制度。

二、实施内容及实施要求

（一）加强宣传教育引导。

学校通过体育课、体育活动课、课外体育锻炼、体育竞赛、班团队活动、家校合作等多种形式对学生加强体育健康教育宣传引导，让家长和学生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。利用每年一度的体育节加大对体育健身的宣传力度，以赛促练，全面组织开展学生体育赛事和活动，做到运动项目设置多样化、运动人群参与全覆盖，从而加强体育健康教育宣传引导。

（二）开齐开足体育课拓展社团相结合。

学校严格落实国家规定的体育与健康课程刚性要求，开设活动课程、健康课程、社团课程，让学生多项选择在体育锻炼的同时掌握1-2项运动技能。我校在一二年级开设轮滑、滑板课程，三至五年级定期开展篮球、足球联赛，以赛促练。确保任何教师不以任何理由挤占体育与健康课程和学生校园体育各类活动课程。

（三）保证体育活动时间。

全面落实两操制度（广播操和眼保健操），每天中午安排学生40分钟的室外活动。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。要求班主任和体育老师利用钉钉平台大力推广家庭体育锻炼活动，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。要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。

（四）提高体育教学质量。

要求体育教师聚焦“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”的体育课教学模式，每学期让每位学生掌握1—2项运动技能；鼓励学生利用课余和节假日时间积极参加学校安排的各类体育赛事和运动；组织开展形式多样的“全员体育竞赛”活动，提高学生的体质健康。体育教研组定期进行集中备课和集体研学，适时对体育课的教学质量进行评价。

（五）完善体质健康管理评价考核体系。

学校把体质健康管理工作纳入绩效考核管理体系。高度重视体质健康管理工作，建立日常参与、体育锻炼和竞赛、健康知识、体质监测和专项运动技能测试相结合的考查机制，积极探索将体育竞赛成绩纳入学生综合素质评价。对因病或其他不可抗因素不能参加体育竞赛的，要从实际出发，分类指导，进行评价。要健全家校沟通机制，及时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。

（六）做好体质健康监测。

全面贯彻落实《国家学生体质健康标准》《学生体质健康监测评价办法》等系列文件要求，对体质健康管理内容定期进行全面监测，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。

【加强学生体质管理工作实施方案 加强学生体质健康工作实施方案】相关推荐文章：

党员加强意识形态个人心得体会2024年

学校加强师资队伍建设的工作报告2024

加强火灾防控工作情况汇报材料

2024年加强作风建设演讲稿三分钟范本

2024年加强生态文明建设心得体会大学生

2024年加强个人作风建设心得体会范文

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找