

深化新时代学校体育工作高质量发展 落实学生每天综合体育活动 2 小时工作方案

(2026 年 3 月开始试行)

一、工作目标

(一) 立足九年一贯制学段衔接优势，充分发挥“一条龙项目”的引领与辐射作用，构建科学、系统、高效的学校体育工作体系，实现体育教学、活动、赛事、保障一体化发展，为学生提供全面的体育教育服务。

(二) 通过构建多元课程项目矩阵、完善分层赛事体系、强化专业师资与智慧场地保障，确保学生每天校内综合体育活动时间不少于 2 小时，持续提升体育活动质量，力争使学生体质健康合格率达 100%、优良率达到 60% 以上。

(三) 通过课程、社团等丰富运动项目，培养学生至少掌握 2 项运动技能。以“心中有光，眼里有路；走在当下，奔向远方”校训为引领，营造“人人爱运动、班班有特色”的浓厚校园体育文化氛围，让运动成为学生成长的重要部分。

二、组织架构

领导小组：校 长、分管副校长

工作组组长：教导处主任

副组长：德育处主任、年级组长、体育教研组长

成员：全体体育教师、各班主任、卫生老师、心理老师、信息技术负责人、后勤人员

三、工作安排

(一) 保障运动时长

根据上级部门文件要求，确保每天学生综合体育活动时间不少于 2 小时，具体安排如下：

1. 每周各年级开设 5 节体育课、2 节体育活动课，并统筹利用课后服务时段开展综合体育锻炼，保证每天锻炼时长 70 分钟。

2. 每天上午安排大课间活动，组织学生进行课间操和体育锻炼，保证时长 40 分钟。

3. 利用课前、课后时间安排室内操，保证时长 10 分钟。

(二) 丰富项目设置

1. 体育课程中的运动项目设置：专项课开设有篮球和羽毛球项目。

2. 其他校内运动项目设置：成立“立小信”体育社团：有击剑、艺术体操、啦啦操、足球、篮球、羽毛球、武术等；设立学生选修课程：有篮球、足球、羽毛球、花样短绳、武术等。

(三) 开展赛事活动

立足阳光体育、健康育人理念，依托赛事强健学生体魄、磨炼意志品质，引导学生走出课堂、拥抱运动，养成终身锻炼的良好习惯。

1. 学生运动会：

每年召开春、秋两季运动会，坚持“安全第一、全员参与、趣味相融、竞技赋能”原则，兼顾体育竞技与身体素养，注重团队合作与个性展示相结合。

2. “乐动比赛日”：

每月召开一次“乐动比赛日”活动（不少于2小时），以班班赛、年级赛的形式，开展微运动比赛。坚持全员参与、趣味赋能、安全有序的原则，精简赛程、优化安排，依托短时高效的趣味竞技与协作项目，让学生在轻松互动中享受运动乐趣、增强身体素质。

3. 体育赛事荣誉体系：

(1) 校内设立“荣誉墙”“运动会纪录榜”。

(2) 定期开展“运动之星”的评比。

(四) 场地设施保障

体育基础场馆信息：学校现有东陆、思学两个校区，体育活动场地面积18507平方米。其中200米跑道操场各1块，体育馆各1个，篮球场地共5片，羽毛球场地6片。

(五) 师资队伍配备

1. 学校现有在编体育教师8人，教师任职资格符合率和学历达标率均为100%。

2. 学科教师“一岗多能”情况：鼓励教师人人参与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。

(六) 实施干预指导

体质健康测试工作：每学期面向全体学生开展体质健康测试，测试结果报至区德育大数据平台和国家体质健康平台。体质健康指导：根据测试结果，对处于良好以下的学生建立档案，提供针对性指导。

（七）强化安全保障

1. 教师运动安全培训：全体体育教师和部分任课教师参加急救培训，全体体育教师和部分班主任及任课教师具备急救证书。

2. 学生运动安全教育：体育课中根据不同学段学生的认知水平、运动能力及常见风险开展运动安全理论知识学习；制作“运动安全手册”、校园广播开设“安全运动小课堂”等。

3. AED 配备情况：每个校区配备 1 台 AED，由校区卫生老师每周检查 1 次设备。两校区保证参加 AED 培训并合格者比例在 50%以上。

4. 运动伤害快速响应机制：成立学生伤害事故处理领导小组；对在校园内发生的学生伤害事故以“及时救助，妥善处理”为原则进行处理，按机制流程处理。

5. 定点医院运动伤害救治绿色通道：学校和附近的上海第七人民医院达成协议，学生发生伤害，学校打电话给医院，医院迅速开通救治绿色通道，做到伤员到，救治就开始。

6. 学生运动意外伤害专项保险配置情况：统一为学生购

买中小学校方责任综合险，保障范围全面覆盖校园体育活动中的意外情况。

四、意见反馈

学校联系电话：50421762（东陆校区）

58568117（思学校区）

上海立信会计金融学院附属学校

2026年3月