

上海市青浦区职业学校

深化新时代学校体育工作高质量发展工作方案

一、总体要求

为全面贯彻党的教育方针，深入落实《中共上海市教育卫生工作委员会 上海市教育委员会关于印发〈深化新时代中小学体育工作高质量发展的若干措施〉的通知》以及《2026年青浦区深化新时代中小学体育工作高质量发展实施方案》要求，牢固树立“健康第一”教育理念，践行“无体育不青浦”工作导向，强化“教会、勤练、常赛”一体化推进，将“学生每天综合体育活动2小时”纳入学校教育教学整体规划。方案以促进学生身心健康、增强综合素质为核心，统筹课程教学、校园文化资源，构建“课内外结合、多样化选择”的体育活动体系。现就上海市青浦区职业学校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”制定工作方案如下。

二、工作目标

以促进学生身心健康全面发展为核心，全面落实“每天综合体育活动2小时”要求，系统构建“课程+活动+保障”三位一体的体育育人体系，显著提升学生体质健康水平，培养终身锻炼习惯，营造全员参与的校园体育文化氛围。

三、组织架构

（一）领导小组

组长：周春明

组员：史敏、刘贤芳、陆春娟、邓春虹

（二）工作小组

组长：史敏

副组长：袁辉、蒋锋

组员：冯希、王钢、王伟峰、朱莉晖、刘立波、许峰、沈赤华、
李美芸

四、工作任务

（一）保障运动时长

1. 体育课时安排：每班每周 3 节体育课、2 节体育活动课。
2. 每天 2 次 30 分钟大课间活动安排：组织学生进行早锻炼、广播操和身体素质训练。
3. 每天 20 分钟的微体育活动安排：组织学生进行室内微运动。
4. 倡导每天开展自主性早锻炼以及碎片化体育锻炼活动，时间不少于 30 分钟。

（二）丰富项目设置

1. 体育课程中的运动项目设置：田径、体操、球类（足球、篮球、气排球）。
2. 体育社团、兴趣小组及学校提供的其他课内外的运动项目设置：成立体育社团（如足球社、篮球社、羽毛球社、乒乓社、健身社、街舞社等），每周活动 2-3 次。

（三）开展赛事活动

1. 学生运动会安排：举办春季校园运动会、冬季踢跳比赛（跳短绳、跳长绳、踢毽子、拔河等专项）各一次。

2. “乐动比赛日”安排：每月根据学校整体教学安排、天气情况，于周五下午安排半天“乐动比赛日”。

（四）场地设施保障

1. 学校体育基础场馆信息：250 米跑道田径运动场 1 块（内含 7 人制足球场一片），篮球场地 3 片，乒乓球桌 5 个，体能训练室 1 个。

2. 利用校园边角空地、闲置区域，打造“微操场”“微球场”等小型运动场地，合理划分功能区域，配备简易运动设施。

（五）师资队伍配备

1. 学校基础体育师资配备情况：学校现有在编体育教师 2 人，均为中学一级教师，其中一人为区示范教师。

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：倡导“人人都是体育工作者”，开展学科教师“一岗多能”带练体育活动等培训，让有一定专场或基础的学科老师指导组织体育锻炼、社团等。

3. 体育教师绩效考评机制：依据《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，结合学校体育工作实际，将体育教学质量、学生体质健康提升、赛事组织能力、教科研能力纳入体育教师年度考核指标。

（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：每学期面向全体学生

开展体质健康测试，审核通过后上传国家体质健康平台。

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：针对体质测试“及格”“不及格”学生建立专项档案，进行个性化计划和分层干预措施。

（七）强化安全保障

1. 教师运动安全培训：体育教师均参加安全急救培训，提升应急处理能力。体育教师均掌握 AED 操作流程，并取得了红十字急救证书，确保突发情况快速响应。

2. 学生运动安全教育工作：体育课中根据中等职业学校学生的认知水平、运动能力及常见风险开展运动安全理论知识学习。

3. 学校 AED 配备情况：配备 AED 设备 2 台，由学校卫生老师定期检查设备。

4. 学校运动伤害快速响应机制：

学校建立运动伤害快速响应机制，确保第一时间处置。

（1）现场处置：体育教师+校医第一时间伤情判断与基础处理；

（2）通讯联络：班主任/学生处联系家长/医院；

（3）后勤保障：总务处人员疏散人群/准备急救通道。

5. 定点医院运动伤害救治绿色通道：学生一旦发生任何伤害，就近送往上海市中山医院青浦分院或青浦区中医医院进行治疗。

6. 学生运动意外伤害专项保险配置情况：学校为全体学生代为办理上海市中小學生住院医疗互助基金、中国人寿学生平安保险、上海市城镇居民医疗保险三项保险。为参加各项体育赛事运动员统一配置运动

意外伤害专项保险。

五、工作监督

公示校级监督电话：59735123。

责任人：周志明

责任督学：钱海珍 张海红

上海市青浦区职业学校

2020年3月2日

