

龙南小学深化新时代学校体育工作高质量发展工作方案

一、总体目标

为全面贯彻《教育强国建设规划纲要（2024-2035）》和全国教育大会、上海教育大会精神，落实《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，龙南小学致力于构建“健康第一”的校园体育文化氛围，秉承“为了每一个孩子的终身发展”的核心理念，刚性落实学生每天综合体育活动2小时的工作要求，促进学生体质健康水平的全面提升，培养具有终身体育意识的全面发展人才。方案如下

二、工作目标

- 1、确保学生每天校内体育活动时间不少于2小时。
- 2、学生体质健康优良率逐年提升，达到或超过区域平均水平。
- 3、建立多样化的体育项目设置，满足学生不同兴趣和需求。
- 4、定期举办体育赛事活动，增强校园体育文化氛围，提高学生积极性和主动性。

三、组织架构

（一）领导小组

- 1、组长：校长/书记（全面负责学校体育工作的规划、决策和监督）
- 2、副组长：副书记、教学教导、德育教导（协助校长开展工作，负责具体实施方案的制定和执行）
- 3、成员：体育教研组长、各年级组长（负责各自领域的具体工作落实和协调）

（二）工作小组

- 1、组长：副书记（负责学校体育工作的日常管理和执行）
- 2、副组长：教学教导、德育教导、体育教研组长（协助组长开展工作，负责各年级体育活动的组织和实施）
- 3、成员：体育教师、班主任、社团负责人等（负责班级和兴趣小组体育活动的组织和协调）

四、工作任务

（一）保障运动时长

1. 体育课时安排：确保每周体育课时不少于国家课程标准要求，每周每班五节体育课，两节体育活动课。

2. 30 分钟大课间活动安排：由体育教研组长安排每班每天体育活动内容，以及体育器材的落实。

3. 增设晨间活动安排：每天早上 8：00-8：10

4. 每天不少于 40 分钟的体育锻炼活动安排：每节课下课后，在学校的走廊以及空地进行室内体育游戏内容，学生们可以积极参与。

5. 其它覆盖全体学生的体育运动安排。

每年两次龙南小学运动会，以及每月一次为期半天的乐动比赛日。

（二）丰富项目设置

1. 体育课程中的运动项目设置：

学校严格按照国家规定的课程标准开足开齐体育课，每班每周有 5 课时的体育课，其中 1 课时为足球课。

除了国家规定的课程标准的运动项目外，结合大课间和乐动比赛日的运动项目，学校根据各年级的学生特点以及学校场地、师资、校本内容增设了丰富的运动项目内容：

如，一年级：足球基础、篮球基础、民间体育游戏；二年级：足球传接与射门、篮球传接与投篮、校本军体拳、羽毛球基础；三年级：3 人制足球、空竹、毽子、花样短绳；四年级：5 人制足球、3 人制篮球；五年级：5 人制足球、4 人制篮球、长绳。

2. 体育社团、小龙囡课程、课后服务及学校提供的其它课内外的运动项目设置：

学校根据学情、师资、场地情况等多种等情况设计运动项目，来达到分层教学、因材施教的目的：

（1）体育社团：学校有一、二年级足球（初级）、三、四、五年级足球（中级）、三年级篮球（初级）、四、五年级篮球（中级）、羽毛球（初级）、军体拳（初级）、田径（初级）、啦啦操（初级）等多个不同的体育社团项目以培养学生对各项体育运动项目的兴趣。

（2）小龙囡课程：根据现有的师资力量，结合外聘专业教练，设置不同的

体育社团，来进行专业的提高性教学。其中足球社团分梯队设置男、女足共 5 个梯队，每周 2-3 次课程；空竹社团、太极拳社团、羽毛球社团（初级），由外聘专业教练上课，每周 1 次课程；篮球社团、羽毛球社团（基础）、民间体育游戏社团、跳绳社团，八段锦社团由学校老师执教，每周 1 次课程。

（三）开展赛事活动

1. 学生运动会安排：

每年春秋季各举办一次全校性学生运动会，设置田径、踢毽子、跳绳等多个项目，鼓励全员参与，展现学生风采。

2. “乐动比赛日”安排：

每月安排一次“乐动比赛日”，每次至少半天时间，提前制定学年赛事活动安排表，确保活动有序进行。比赛日内容涵盖各类小型体育比赛、趣味游戏等，提高学生的参与度和体验感。

附：乐动比赛日安排：

（一）、比赛场地及项目

场地一：羽毛球场地

项目：限制区传接反弹球

场地二：西块操场

项目：定点射门

场地三：东块操场

项目：足球绕桩

场地四：跑道处

项目：手抛球

场地五：篮球场

项目：足球颠球

（二）、比赛形式与要求

1、每个比赛场地内分别安排一个年级。

2、每个比赛场地内，学生手上有参赛记录表，在每一个比赛上表现优异者可获得一个晋级章，其他为参与章。然后每个比赛项目上的晋级者再进行 pk，直至决出每个项目的一、二、三等奖。

3、每一次乐动比赛，场地项目不变，年级组在不同的比赛场地进行轮换。初次顺序可为：羽毛球场地/一年级、西块操场/二年级、东块操场/三年级、篮球场/四年级、跑道/五年级。

4、每次乐动比赛，一、二、三等奖颁发奖状。

（四）场地设施保障

1. 学校体育基础场馆信息：

龙南小学占地面积约为 5429 平方米，其中，教学楼建筑面积约为 3640.21 平方米（包含室内运动场地近 95.34 平方米），拥有 50 米塑胶跑道，整个操场约为 3300 平方米（包含一座标准 5 人制足球场、1 个完整篮球场、1 个室外羽毛球场）。这些运动场为我校足球开展提供了强有力的保障。

2. 学校场地建设完善工作方案：

规划“立体扩容”方案，充分利用校园空地建设符合小学生身心健康的体育健身场地。同时，对现有室内场馆进行升级改造，提升设施品质和使用效率。同时利用学生身边的“角角落落”例如班级的走廊、后操场空地等打造属于“微操场”“微球场”等小型运动场域、小型健身运动设备。

3. 数智化设备配备情况：

引进数智化设备如运动手环等，用于体育教学和训练的精准监测和评估。同时，建立校园体育信息化平台，实现活动安排、成绩统计、健康管理等功能的智能化管理。

4. 与学校附近体校、公共体育场馆等的共享机制。学校与上海游泳馆形成合作机制。每年四年级的学生都会去那里接受游泳专项指导学习。

（五）师资队伍配备

1. 学校基础体育师资配备情况：

学校现有专职体育教师 4 名，能够满足日常体育教学和训练需求。同时，我校在不断加强对体育教师的培养和引进工作，提升教师队伍的整体素质和教学水平。

2. 学科教师“一岗多能”指导体育社团或小龙园课程、组织体育锻炼及赛事活动等：

我校鼓励其他学科教师参与体育社团和兴趣小组的指导工作，利用课余时间

组织学生开展体育锻炼和赛事活动。通过培训和交流活动提升学科教师的体育素养和指导能力。

3. 体育教师绩效考评机制；

建立体育教师绩效考评机制，将教学质量、训练成果、活动组织等方面纳入考核范围。通过定期考核和奖励措施激励体育教师积极投身学校体育工作。

4. 校内体育教师分类培训开展情况；

学校定期组织体育教师参加各类培训活动如教学研讨会、技能培训班等提升专业素养和教学能力。我校体育组现有高级教师一人，一级举重运动员教师一人，二级游泳运动员教师一人，青少年体适能认证教师一人。除此之外，我校同时邀请校外专家来校进行讲座和指导交流经验心得。

5. 设置教练员岗位或兼职教师制度等情况；

作为全国青少年足球特色校我校1名体育教师兼职龙南小学校队训练工作。除此之外，三名体育教师分别承担了学校田径队、篮球队、及健美操队的训练比赛工作。

6. 通过购买服务等方式引进社会专业力量情况。

现阶段我校在足球、游泳等项目与校外社会专业力量深入合作，促进学校体育工作高质量发展。

（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；

我校定期组织学生进行体质健康测试包括身高、体重、肺活量、50米跑、立定跳远等项目。及时收集和分析测试数据建立学生体质健康档案并根据测试结果提出针对性的改进建议。同时向学生和家长反馈测试结果引导他们关注孩子的体质健康状况并采取积极措施进行改善。

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；

建立体质健康全过程管理办法从饮食、睡眠、锻炼等方面入手制定个性化的指导方案帮助体质健康水平处于良好以下的学生提升身体素质。加强对这部分学生的关注和跟踪管理定期进行评估和调整指导方案确保取得实效。

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：

三年级学生通过配置运动手环等智能设备实时监测学生的心率、步数、卡路里消耗等运动数据。通过数据分析了解学生的运动习惯和运动强度为他们提供更加科学的锻炼建议和指导。

4. 对优秀体育苗子的跟踪培养。

学校建立优秀体育苗子跟踪培养机制通过定期测试和评估筛选出具有潜力和天赋的学生进行重点培养和关注。为他们提供更多的训练机会和资源如参加专业训练营、校际联赛等提升他们的竞技水平和运动素养。同时加强对他们的心理辅导和学业指导确保他们在全面发展的基础上取得更加优异的成绩。

(七) 强化安全保障

1. 教师运动安全培训：

定期组织体育教师参加运动安全培训活动提升他们的安全意识和应急处理能力。培训内容涵盖运动伤害预防、急救技能、心理疏导、心肺复苏、损伤包扎等方面确保教师在遇到紧急情况时能够迅速有效地应对和处理。

2. 学生运动安全教育工作：

学校加强对学生运动安全的教育和引导提高他们的自我保护能力。通过开设安全教育课程、举办专题讲座、开展应急演练等方式让学生了解运动安全的重要性和基本常识掌握正确的运动方法和技巧避免运动伤害的发生。

3. 学校 AED 配备情况：

学校在卫生室门口处配备了 AED 设备并定期进行维护和检查确保设备完好可用。同时加强对 AED 设备的使用培训和宣传提高师生对 AED 设备的认识和利用率。

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明确责任分工和处置流程。一旦发生运动伤害事件能够迅速启动应急预案进行紧急救治和处理并及时向上级部门和家长通报情况确保事件得到妥善处理。

5. 学生运动意外伤害专项保险配置情况：

学校为每位学生购买了运动意外伤害专项保险提供必要的经济保障。一旦发生运动伤害事件能够减轻学生和家长的经济负担让他们更加安心地参与体育活动。

动。

四、工作监督

以下是龙南小学的区域两级监督电话，欢迎各界监督和建议。

校级监督电话：021-54091914

区级监督电话：021-64410010

上海市徐汇区龙南小学

2025.7