



徐汇区东二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《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，坚持“健康第一”的指导思想和“为了每一个孩子的终身发展”的核心理念，落实立德树人根本任务。遵循“基础+特长，实践+创新”的办学理念，促进学生全面健康发展，现就东二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，制定工作方案如下。

二、工作目标

1. 面向本校全体学生，高效运用在校时间，积极组织和开展符合学生身心健康发展规律的体育活动，创新校园体育活动形式，确保学生每天在校运动时间不低于2小时。

2. 大力推进本校体育课程改革，落实“教学、勤练、常赛”这一课程理念，充分发挥学校体育“以体育人”的教育价值，切实提升学生身心健康水平和终身运动的能力。

3. 依托本校特色体育项目，打造受学生和家长热爱的校级精品体育赛事，实现“人人可参与、班班有比赛”的办赛目的，形成每学期1次校级运动会和“乐动比赛日”的校内赛事体系。

4. 建立长期有效的校级体育工作监管机制，形成“课程-活动-竞赛-评价”四位一体的育人体系，在教职工中树立“人人都是体育工作者”的理念，保障每一位学生在学会基本运动技能的基础上，至少掌握2项以上专项运动技能，并具备一定的比赛能力。

三、组织架构

（一）领导小组

组长：王宛陵

副组长：施蕾、吴洪雁



组员：潘敏慧、王海燕、包捷、龚殊泽、潘子骏、何蓓

(二) 工作小组

组长：龚殊泽

组员：体育组全员、年级组长

四、工作任务

(一) 保障运动时长

1. 体育课时安排

认真贯彻落实好每天一节体育课和每周二节体活课，做到专课专用，杜绝占课行为。

2. 大课间活动安排

(1) 上午 30 分钟大课间活动安排：统一由学校体育教师组织学生进行广播操、自编操、体能练习等体育活动；由班主任或副班主任带队协助组织活动，确保学生安全、有序进行活动，并能及时处置突发事件（雨天开展室内活动）。

(2) 下午 30 分钟大课间活动安排：统一由学校体育教师（或兼职教练）组织开展体育活动，由班主任或副班主任带队协助组织活动，确保学生安全、有序进行活动，并能及时处置突发事件。

3. 其它覆盖体育运动安排

(1) 继续落实好每天“两操”，广播操和室内操分别融入上下午的大课间活动中，眼保健操上下午各安排一次。

(2) 利用好课间十分钟和中午 20 分钟的活动时间，让每一个学生都可以到操场或其他运动空间进行体育活动，由当天的护导老师负责看护和引导学生活动，确保学生安全、有序进行活动，并能及时处置突发事件（雨天可安排学生在校园的室内体育场馆、走廊和教室进行摸高、跳房子、有氧运动等易于室内开展的体育活动）。

(二) 丰富项目设置



1. 体育课程中的运动项目设置

学校体育课程中，一、二年级安排基本功运动技能教学内容以及篮球和排球基础内容，三~五年级另外安排了篮球、排球、武术、高尔夫、游泳等专项运动技能的教学内容。

2. 体育社团的运动项目设置

深挖体育社团育人潜力，积极保障篮球、健美操、排球、武术、体能、乒乓球、花样跳绳、民间体育等传统特色项目的有序开展，同时着力推进和开发腰旗橄榄球、足球、高尔夫、匹克球等新兴体育社团。以这些体育社团项目为基础，用好、用活学校城市少年宫和课后服务时间。

（三）开展赛事活动

1. 学生运动会安排

学校体育组每年组织开展一次全校性的春季运动会和秋季运动会。

2. “乐动比赛日”安排

学校体育组每月组织开展为期半天的单项技能比赛。时间原则上为每月最后一周的周五下午。

（四）场地设施保障

1. 学校体育基础场馆信息

场馆	占地面积 (平方米)	可用项目场地	体育设备数
体育馆	824	篮球场、排球场	篮球架 1 副、排球架 1 副
田径场	50 米	跑道 4 条	无
体育功能教室	192.25/ 244.24	乒乓球、健美操房	乒乓桌 7 张
屋顶高尔夫场	320	高尔夫	挥杆、推杆区各 1 个
室外篮球场	1990	篮球场	篮球架 3 副
室外排球场	660	排球场	无（排球架损坏已拆除）

2. 学校场地建设与完善



开发和运用好学校创造楼的屋顶运动场。

3. 利用学生身边的“角角落落”

在操场上设计多条运动动线；在教学楼走廊内设置趣味跳跃区域；在教室内设置轻运动角等。

4. 数智化设备配备情况

体育馆装备一块数字大屏和一台希沃移动屏；三年级全体学生配备心率手环；教室内配备一块希沃屏等。

（五）师资队伍配备

1. 学校基础体育师资配备情况

学校在编体育教师 12 人，外聘教师 1 人。研究生学历 2 人，本科学历 10 人。一级教师 6 人，二级教师 6 人。运动专业涵盖篮球、游泳、排球、健美操、武术、乒乓球、体操、射箭等项目。

2. 学科教师“一岗多能”

按照体育课、体育活动课、课余训练及赛事组织等实际需要，配足配强体育教师。倡导“人人都是体育工作者”，建立学科教师“一岗多能”带练体育活动等培训和认证体系，培训各学科教师具备简单指导体育社团或兴趣小组活动、组织体育锻炼及赛事活动的的能力；培训各学科教师具备一定的健康知识和急救能力。让有一定专长或基础的学科教师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，形成“教师带着学生动，导师陪着学生玩”的运动氛围。

3. 体育教师绩效考评机制

继续优化学校教职工绩效考核，一是完善体育教师考核评价机制；二是将体育教师开展课后训练、课外活动、指导参赛等给予相关补贴等。

4. 通过购买服务等方式引进社会专业力量

学校将继续通过自筹资金等方式继续购买体育类课程。

（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



每学年第一学期进行全校学生体质健康测试工作，对所测数据进行分析 and 总结，依据测试结果及时做出相关干预对策，并在一个月之后再安排超过 10% 学生进行体质健康抽测，以验证干预措施的有效性。

2. 体质健康管理办法与学生个体差异性的指导方案

由校领导进行监督，确保学生体质健康测试成绩合格率超过 99.3%，优良率超过 62.3%；对于群体薄弱项目和个体差异由任教体育教师进行跟踪和指导。

3. 对水平不足和优秀苗子的跟踪指导和培养

学校将持续关注学生个体差异，对体质健康水平处于良好以下或相关指标存在不足的学生，开具运动处方并予以跟进指导，加强对特殊体质学生的关心关爱。做好优秀体育苗子的跟踪培养工作。

（七）强化安全保障

1. 开展教师运动安全培训

定期开展教师运动安全培训。活动聚焦师生运动安全教育和运动突发事件的急救处理培训，确保学校体育运动健康有序开展，保障师生运动健康安全，更好地享受运动乐趣、实现体育运动价值。

2. 推动学生运动安全教育工作

将持续秉持“健康第一、安全至上”理念，落实培训所学，加强学生运动安全管理，开展相关活动，为学生营造安全的校园体育环境。

3. 学校 AED 配备情况

为切实提高校园应急救护能力，保障师生身心健康，按照上级主管部门提出的“3-5 分钟内获取 AED 并到达现场”的原则，综合考虑校区面积、师生人数、体育场馆等，学校共配备了 4 台 AED 设备，分别装配于三幢教学楼、体育馆和报告厅等处。

4. 建立学校运动伤害快速响应机制

学校旨在构建“预防为主、防治结合、快速响应、责任明晰”的安全管理体系，最大程度降低事故造成的损失，为学生营造安全、有序、



健康的体育活动环境。

5. 打通定点医院运动伤害救治绿色通道

在上级管理部门的指导和帮助下，在周边及专业医院定点开辟运动伤害救治“绿色通道”。

6. 由学校统一购买学生运动意外伤害专项保险。

五、工作监督

以下是东二小学的区域校两级监督电话，欢迎各界监督和建议。

校级监督电话：021-64386448

区级监督电话：021-64410010

附件 1:

2025 学年东二小学“乐动比赛日”方案

活动目的:

通过“乐动比赛日”组织丰富多彩，涵盖多种小型体育比赛和趣味游戏，旨在提高学生的参与度与体验感，为学生们提供了展示自我、锻炼能力的舞台，同时丰富校园文化生活，培养学生们的团队合作精神和顽强拼搏的意志。

时间安排:

原则上每月最后一个周五下午，每次活动至少持续半天

比赛日内容安排:

序号	月份	“乐动比赛日”每月主题内容
1	9 月	1 分钟跳短绳比赛（个人）
2	10 月	1 分钟仰卧起坐比赛（个人）



3	11 月	投掷比赛（团体）
4	12 月	传球接力比赛（团体）
5	1 月	立定跳远比赛（个人）
6	3 月	投壶比赛（个人）
7	4 月	篮球技能赛（个人）
8	5 月	50 米快速跑比赛（个人）
9	6 月	跳龙舟比赛（团体）