

泉州市丰泽区教育局文件

泉丰教〔2025〕42号

泉州市丰泽区教育局关于进一步加强中小學生 体质健康管理工作的通知

各中小学、职校：

为贯彻落实《教育部办公厅关于进一步加强中小學生体质健康管理工作的通知》《福建省关于全面加强和改进新时代学校体育工作实施方案》文件精神，结合我区实际，现就加强全区中小學生体质健康管理作出如下规定。

一、开展体质健康宣教活动。各校要牢固树立“健康第一”的教育理念，加强学生体质健康重要性的宣传，通过体育与健康课程、大课间、小课间、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，让家长和学生科学认识体质健康的影响因素，了解体育锻炼在增强体质、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，形成“人人参与、天天锻炼、健康成长、终身受益”的良好局面。

二、开齐开足体育健康课程。各校要严格落实国家规定的体育与健康课程刚性要求，小学 1-2 年级每周 4 课时，3-6 年级和初中每周 3 课时，高中每周 2 课时，确保贯彻落实课间 15 分钟改革。积极提倡有条件的学校每天开设一节体育课，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。

三、不断提高体育教学质量。各校要聚焦“教会、勤练、常赛”，逐步完善“体育健康知识+基本运动技能+专项运动技能”的学校体育教学模式，积极开展各具特色的体育技能项目，帮助学生掌握 1—2 项运动技能。定期进行集中备课和集体研学，加强教学指导，适时对体育课的教学质量进行评价。

四、深入开展校园体育活动。各校要切实保障学生每天校内体育活动一小时，其中每天大课间体育活动时间不少于 30 分钟，课间积极探索符合本校实际的各种大课间体育活动模式，开展组织严密、内容丰富、运动适宜、面向全体、全员参与的大课间活动，活动结束后要求学生合理补充水分，培养其良好的运动习惯。针对当天没有体育课的班级增设体育兴趣活动课，促进学生体质健康，丰富校园文体生活。体育师资配备充足的学校，可以根据体育教师运动项目特长和学生需求开展多种体育兴趣活动课，鼓励学生自带体育器材，如跳绳、篮球、足球等，有组织、有计划、安全有序地活动，按课时计算工作量；体育师资力量较弱的学校，可以安排科任老师协助组织和管理。

五、加强学生体质健康监测。各学校要认真开展春、秋两季

学生体质健康质量监测，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，做到有计划、有反馈、有评价。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。把“以赛促练”的模式运用到每一年的学生体质健康测试工作中，根据学生所达到等级（如合格 1 分、良好 2 分、优秀 3 分）累积到班级比赛的团体总分，促进学生能更积极主动参与测试工作，同时以赛促质，各中小学校每学年要召开 1-2 次运动会，及足球、篮球、排球等比赛，切实有效增强学生体质，培养学生终身体育锻炼的习惯。

六、完善管理评价考核体系。各校要把体质健康管理工作的评价考核体系，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。严格落实《综合防控儿童青少年近视实施方案》《福建省综合防控儿童青少年近视行动方案》《泉州市实施“六大工程”全面加强儿童青少年近视防控综合工作实施方案》，严格按照普通中小学校建设标准，落实教室、宿舍等场所采光和照明要求，使用利于视力健康的照明设备，完善中小学生学习视力状况监测机制，学校每学期组织 2 次视力监测，落实每天 10 分钟的眼保健操时间，

指导学生科学用眼及用眼卫生，每节课课间安排学生走出教室活动或远眺等，确保各校学生近视率每年下降 0.5 个百分点以上，保障我区中小学生体质健康标准达标优良率稳步提升。

七、形成家校协同育人合力。各校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给家长，让家长对自己孩子体质健康有全面的了解，更好地督促孩子进行体育锻炼，达到提升素质的目的。同时协调好文化学习、体育锻炼与作息时间的关系，保证学生有充足的睡眠时间。大力推广家庭体育锻炼活动，对体育锻炼内容、锻炼强度和时长等方面进行相应规划，提供最优质的锻炼资源及锻炼处方，帮助家长选择适合孩子年龄和身体特点的体育运动项目，家长根据孩子自己的兴趣爱好，选择参加各种体育兴趣小组或体育俱乐部学习培训来达成对课外一小时的补充，促进每个学生真正掌握 1-2 项运动技能。

八、落实体质健康管理责任。各校要将体质健康管理工作的纳入学校的日常管理，定期召开会议进行专题研究，建立“分管校领导——班主任——当班体育教师”三级负责制，明确责任，抓好落实，确保到 2030 年我区中小学生体质健康水平达到《“健康中国 2030”规划纲要》要求，达标优秀率 25%以上，达标优良率 60%以上。

九、强化体质健康督导检查。区教育局将学生体质健康管理作为学校督导评估内容，指导学校将学生体质管理状况纳入学生体质健康监测和教育质量评价监测体系，开展动态监测和经

常性督导评估。督导评估结果将作为考核学校相关负责人的重要依据。

泉州市丰泽区教育局

2025年4月3日

