**武进区马杭中心小学学生体质健康管理方案**

当前，受疫情影响，中小学生日均户外活动量下降，电子产品使用过度，体育锻炼时间减少，学生课业负担过重的问题突出，体重超重和肥胖现象增多，学生近视率上升。为全面贯彻党的教育方针，促进学生身心健康、全面发展，以提高学生体质健康水平为目的，培养终生体育意识为目标，特制订本方案。

**一、加强学校体育工作**

1. **全面落实学校体育课程**

按照国家体育与健康课程标准，**严格落实小学一二年级每周4课时，三至六年级每周3课时。**根据青少年学生身心发展规律和疫情防控要求，创新教学方法和教学组织形式，充分挖掘教材，循序渐进、科学安排体育课程内容。创设内容丰富的大课间活动，**大课间体育活动每天时间不少于 30 分钟。全体学生每天上午、下午各做 1 次眼保健操。合理引导学生课间活动。**

1. **积极开展阳光体育**

深入开展阳光体育运动，促进学生积极参加体育锻炼，养成良好的锻炼习惯，**确保中小学生每天1 小时以上体育活动时间，根据各学段学生特点，每周完成“体育家庭作业”打卡。**加快推进特色运动项目建设，探索疫情防控常态化条件下学校体育联赛办法。加强对课外体育锻炼活动的组织和指导，积极推广“一校一品”“一校多品”校园体育模式，形成学校体育文化品牌，培养学生1~3项终身受益的体育特长。

1. **全面实施学生体质健康监测**

严格执行《国家学生体质健康标准》，实施《学生体质健康监测评价办法》《中小学校体育工作评估办法》《学校体育工作年度报告办法》，建立健全包括学校测试上报、部门逐级审查、随机抽查复核、信息反馈公示、评价结果应用等相关制度和管理措施在内的学生体质健康监测评价体系。实施学生体测向社会公布制度，形成倒逼机制。探索将学生体质测试成果应用到学生综合素质评价中的途径方法。

1. **加强学校体育安全管理**

建立健全校园体育风险防范机制，建立学校体育设施安全检查制度，为青少年体育锻炼提供科学指导，培养学生安全意识和自我保护能力。加强体育场馆、设施的维护管理，确保安全运行。对于少数有基础性疾病的学生，在全面排查的基础上采取个别化、针对性措施安排适度体育活动，防控运动风险。

**二、加强学校传染病防控**

1. **落实校园传染病防控工作责任**

将传染病防控工作作为学校日常管理的重要内容，提高学校卫生工作的专业水平和防控能力，预防重大传染病疫情在校园内发生。针对新冠肺炎、结核病、流感、诺如病毒感染等疫情特点，加强对保健教师及班主任的防疫培训、疫情防控物资储备和设施保障，防止、减少聚集性疫情在校园内的发生。

1. **落实传染病防控措施**

严格落实传染病疫情及突发公共卫生事件的报告、学生晨午检、因病缺课登记及追踪、复课证明查验、学生健康管理、学生免疫规划管理、传染病预防控制的健康教育、通风消毒等制度，完善长效工作机制。

1. **落实传染病应急处置预案**

**坚持每日健康监测，新冠肺炎疫情防控应急响应期间实行“零报告”“日报告”制度。**落实突发公共卫生事件的应急预案，完善应急处置机制，加强应急演练，提高应急处置能力。一旦发生传染病疫情等突发公共卫生事件，立即启动应急处置机制，规范、合理、快速、妥善处置。

1. **加强校园环境卫生治理**

开展校园每日巡查，落实学校工作人员传染性病毒携带者上岗限制办法，健全并落实校园环境、空调系统、饮用水设施设备定期清洁维护等制度。定期对门把手、课桌椅、讲台等高频接触面或教玩具等做好消毒，防止交叉感染。同时要防止消毒过度造成对人体的伤害。

**三、加强近视综合防控工作**

1. **落实学生减负工作**

严格按课程标准和进度要求教学，落实《江苏省中小学生减负工作实施方案》**，严禁以任何形式、方式公布学生考试成绩和排名。**深化课程改革和考试评价改革，科学控制考试难度。

1. **规范学生作息制度**

遵循青少年生长发育和人体生理活动规律，确保青少年休息睡眠时间。**保证小学生每天睡眠时间10小时。**学校的作息时间表，向学生及家长公布，接受社会监督。

1. **限制中小学幼儿园电子产品使用**

停止线上教学和线上作业。**不得以APP等形式布置作业，**线下教学中也要尽量控制电子产品使用，**学生不得擅自携带电子产品进校。**

1. **夯实近视防控基础工作**

进一步加强课桌椅采购和管理的规范化，**根据学生身高适时调节课桌椅高度，**不得以保持整齐为由硬性规定统一课桌椅高度。加强健康教室建设管理，确保与视觉健康和近视防控密切联系的环境、器具标准的执行落地。实施在校学生近视监测制度，确保**每年开展1-2次视觉健康检查，建立学生视觉健康电子档案，**一人一档。

1. **落实家长近视防控责任**

加强家校联系，引导家长切实履行家庭教育职责，注重从小培养孩子良好的体育锻炼、饮食卫生、视力保护和卫生文明健康生活方式。要将学生视力检测情况反馈家长，指导家长落实家庭监督并随时纠正孩子不文明习惯和不良读写姿势，教育孩子保持“一尺、一拳、一寸”要求，配合学校减轻孩子课内外作业负担，参加亲子体育锻炼，有意识地控制使用电子产品，保障孩子基本睡眠时间。鼓励家长安排孩子参加力所能及的家务劳动。

**四、加强学校食品安全工作**

1. **落实学校食品安全工作责任**

落实《学校卫生工作条例》《学校食品安全与营养健康管理规定》等规范，校行政要加强对学校食品安全管理指导，及时消除食品安全隐患。**学校食品安全实行校长负责制。**学校配备食品安全管理员，建立并落实岗位责任制度，明确责任。**建立学校领导陪餐、师生同餐制度，定期开展家长陪餐活动。**

1. **加强学校食品安全管理**

建立并执行从业人员健康管理制度和培训制度以及食品安全追溯体系，严格落实“阳光食堂”监管平台。与供餐单位签订食品安全责任书。加强对配送食品的监管，杜绝“以包代管”现象。

**（三）加强饮用水卫生管理**

健全和落实校园饮用水卫生管理制度、饮用水设备运行维护制度、水质送检制度、饮用水污染事件报告制度等制度，制订校园饮用水污染突发卫生事件应急预案。**每学期开学前一周内当对饮用水设备及涉及的管路进行消毒、检查和维护，进行水质检验，合格后方可供水。**按规定及时更换符合国家相关卫生标准和规范要求的水处理材料和消毒装置，加强对饮用水设备的日常保洁和维护管理。

**（四）推进明厨亮灶工程建设**

进一步推进学校“明厨亮灶工程”建设，实现食品制作实时监控，食堂卫生实时监管，自觉接受学生、家长和社会监督。

**五、营造促进学生体质健康的良好氛围**

1. **加强学校健康教育工作**

开展形式多样的健康教育活动，有针对性地开展传染病预防、卫生安全、食品安全、近视防控、公勺公筷行动、科学营养、心理健康等健康教育，预防和控制肥胖、近视、龋齿、习惯性脊柱弯曲，**将健康教育纳入学校教学计划，落实健康教育课时和内容。**在学生中普及卫生、食品安全等科普知识，养成良好的行为习惯，增强学生防病意识和自我保健能力。

**（二）营造良好的社会环境**

在全社会倡导 “健康第一”的理念，大力宣传和普及科学的教育观、人才观、健康观，弘扬体育文化，培育体育精神和卫生文明习惯。促使全社会形成鼓励青少年积极参加体育锻炼、加强卫生健康的社会氛围。

**（三）加强保障投入**

按规定落实学校体育卫生工作经费，不断改善学校办学条件。加强教体、教医结合，引入社会优质体育、健康资源补充与改善学校教育教学与训练条件，共同促进学生体质健康。

武进区马杭中心小学

2021年3月