**新桥实验小学学生体质管理实施方案**

根据上级通知要求和学校工作具体部署，坚持树立健康第一的指导思想，加强学校体育工作，促进学生积极参加体育锻炼，养成良好的体育习惯，进而提高学生体质，结合我校实际情况，特制定本管理实施方案。

**一.成立体质健康管理小组**

组 长： 张红梅

副组长：张丽、高春媛、姚建法、章丽红

组 员：全体中层、各班班主任、体育教师、全体家长

**二.做好体质健康监测**

 全面贯彻落实《国家体质健康标准（2014年修订）》《学生体质健康监测评价办法》等系列文件要求，对学生体质健康管理内容定期进行全面监测。每学年的第一学期做好测试、汇总、上报工作，将测试数据上报“国家学生体质健康标准数据库”，及时总结分析学生体质状况，建立学生体质健康数据库，分析监测数据，向家长公布健康监测结果，建立学生特异体质档案，做好相应的改进。

根据学生的生长发育规律，从身体形态、身体机能、身体素质等方面综合评定学生的体质健康状况，分年段进行体质健康测试。

一、二年级项目∶身高、体重、坐位体前屈、50米跑、1分钟跳绳。

三、四年级项目∶身高、体重、坐位体前屈、50米跑、1分钟跳绳、1分钟仰卧起坐。

五六年级项目∶身高、体重、坐位体前屈、50米跑、400 米跑、1分钟跳绳、1分钟仰卧起坐。

**三.加强体质健康过程管理**

1.严格执行课时计划，开足课程并上好体育课，一二年级每周四节体育课，一节体育活动课，三至六年级每周三节体育课，两节体育活动课，严禁挤占体育课时间，严禁拖堂，课间积极引导学生走出教室活动，保护视力健康。

2.每学期举办一次运动会，每年举办一次体育节，积极开展大课间活动、课外体育活动，确保学生每天在校期间体育活动不少于1小时。每个学生至少掌握两项体育技能，养成体育锻炼好习惯。

3.形成教育合力，坚持体育达标练习。充分利用体育课、大课间、课外体育活动时间，体育教师及班主任合力加强学生体育达标训练，确保学生100%达标，达到国家体质健康标准，同时做好学生、教师、家长的宣教工作，让学生懂得增强体质健康的重要性，让教师重视学生体质健康，让家长支持学校开展学生提高体质活动，同时合理制定学生家庭体育锻炼的计划与内容，做到科学、合理、易操作、安全性强。

4.合理安排组织午间散步。因学校班级较多，场地有限，为确保学生活动空间与活动安全，每天学校合理安排部分班级午间操场散步，增强体质。

5.加强学生运动安全教育，在日常体育锻炼、测试、竞赛活动中做好安全防范工作，对安全事故要追究直接责任人的责任。