**薛家实验小学体质管理办法**

**1.保障课程实施：**每周提前制定一周教学计划并及时上传校园网，加强教研组集体备课研讨，建立行政日巡课反馈制，保障体育课程的开齐开足，严禁削减、挤占体育课时间。

**2.认真做好“两操”：**引导学生科学锻炼，认真做好[广播体操](https://wenwen.sogou.com/s/?w=%E5%B9%BF%E6%92%AD%E4%BD%93%E6%93%8D&ch=ww.xqy.chain)及[眼保健操](https://wenwen.sogou.com/s/?w=%E7%9C%BC%E4%BF%9D%E5%81%A5%E6%93%8D&ch=ww.xqy.chain)，增强体质[保护视力](https://wenwen.sogou.com/s/?w=%E4%BF%9D%E6%8A%A4%E8%A7%86%E5%8A%9B&ch=ww.xqy.chain)。**一是宣传到位。**通过召开全体教师会，向教师们宣传做好两课两操对保证师生身体健康的重要意义，促使师生们以积极向上、阳光健康的心态去学习和生活。**二是督促到位。**学校明确行政一日常规巡视职责，强化督办督查，每天的值日行政深入班级和课间操现场，关注学生做操质量，清点出操人数，并及时做好反馈。

**3.丰富体育活动：一是不断丰富大课间体育活动组织形式和活动内容,科学合理地安排运动负荷。**各班级要注重开展群众性的文体活动,面向全体学生,遵循教育规律和学生身心发展特点,本着实践与研究相结合、普及与提高相结合、校内与校外相结合、统一与灵活相结合的原则,在创新活动形式、丰富活动内容上下功夫。**二是学校每年至少组织一次大型体育活动**,如春季田径运动会等；每学期组织一次小型的体育比赛,如足球、跳绳、拔河、踢毽子等项目及趣味性游戏等。鼓励以班级或年级为单位开展一项特色的体育活动,培养青少年学生树立终身锻炼的意识，进而达到幸福生活一辈子的目标。**三是创建特色体育活动第二课堂**,成立校内田径队、排球队、足球队、健美操队、跆拳道队等,保证每个学生每天有一小时的体育锻炼时间,帮助每位学生掌握至少2项日常锻炼，终身受益的体育技能,形成良好的体育锻炼习惯,促进体质健康水平切实得到提高。

**4.落实体质监测：**建立和完善《学生体质健康标准》测试结果记录体系,测试成绩记入小学生成长记录。同时,建立《学生体质健康标准》通报制度,及时把学生的体质健康状况反馈给家长,对学生的体质状况的差异提出好的解决方法，督促学生积极参与体育锻炼。体育组要按照要求完成《学生体质健康标准》的测试和数据上报工作。