

宁德市教育局文件

宁教规〔2023〕1号

宁德市教育局关于全面加强和改进新时代 学校体育工作的实施方案

各县（市、区）教育局、东侨经济技术开发区教育局，各高校、各市属院校：

为深入贯彻中共中央办公厅、国务院办公厅《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》和福建省教育厅印发的《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》，不断增强学生体质，促进学生健康成长，结合我市实际，制定本实施方案。

一、总体目标

结合“双减”政策，全面推动体教融合，推进青少年文化学

习和体育锻炼协调发展，帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。到 2025 年，力争打造 5 所体教融合试点校，创建县级以上体育传统特色中小学校 200 所，学生体质健康测试合格率达 95% 以上，逐步提升优良率，学生肥胖率和总体近视率逐年下降。到 2030 年，学生体质健康优秀率达到 25% 以上，6 岁儿童近视率控制在 3% 左右，小学生近视率力争下降到 38% 以下，初中生近视率力争下降到 60% 以下，高中阶段学生近视率力争下降到 70% 以下。到 2035 年，多样化、现代化、高质量的学校体育体系基本形成。

二、主要任务

1. **开齐开足上好体育课。**严格落实学校体育课程开设刚性要求，不断拓宽课程领域，逐步增加课时，丰富课程内容，探索室内体育课，严禁削减、挤占体育课时间。幼儿每天户外活动时间一般不少于 2 小时，其中体育活动时间不少于 1 小时。小学一、二年级每周至少 4 课时，三至九年级每周至少 3 课时，普通高中每周至少 2 课时，中职学校总学时不低于 144 学时，不得以体育特色项目挤占体育课时。鼓励有条件的基础教育阶段学校每天开设 1 节体育课。高职院校落实好每日锻炼一小时，列入课表的体育教学时数不少于 108 学时（“三二分段制”和“五年一贯制度”高职段不少于 60 学时）。

2. **全面加强体育课程建设。**以学生为中心，优化设置学校体

育课程，明确各学段体育课程目标，推进学校体育课程大中小幼有序相衔接，聚焦提升学生核心素养。学前教育阶段开展适合幼儿身心特点的小篮球、小足球等游戏活动，培养体育兴趣爱好，促进运动机能协调发展。义务教育阶段体育课程帮助学生掌握跑、跳、投等基本运动技能和足球、篮球、排球等 1-2 项专项运动技能，夯实学生体质基础，养成体育锻炼习惯，引导学生树立正确健康观。高中阶段开设专项选修课，鼓励与体育俱乐部、体育社团等活动相结合，发展学生运动专长，引导学生养成健康生活方式，形成积极向上的健全人格。职业教育体育课程与职业技能培养相结合，培养身心健康的技术人才。普及心肺复苏课程，鼓励有条件的学校逐步配备 AED 除颤仪或建立心肺复苏特色专用教室。

3. 引导学生养成体育锻炼习惯。深入贯彻“双减”政策，着力减轻中小学生学习负担，保障学生每天校内、校外各 1 个小时体育活动时间，促进学生养成终身锻炼的习惯。中小学校要将“每天一小时校园体育活动”列入教学计划，严格落实体育大课间、眼保健操和课后体育活动制度，每节课间应安排学生走出教室适量活动和放松。利用课后服务时间积极组织学生参加体育社团或体育兴趣小组，科学安排运动强度，活动内容应与体育课教学相衔接。可适当引入有资质的第三方青少年体育俱乐部配合开展体育活动，科学安排学生校外 1 小时体育活动，制定家长评价等反馈机制，确保校外 1 小时体育锻炼时间得到充分保障，控制电子

产品使用，合理调整作息，保护学生视力。

4. 强化学校体育教学训练。聚焦“教会、勤练、常赛”，逐步完善“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，教会学生科学锻炼和健康知识，指导学生掌握跑、跳、投等基本运动技能和足球、篮球、排球、田径、游泳、体操、武术、冰雪运动等专项运动技能。依托我市省级中小学体育名师工作室优势资源，开展中小学体育教研活动，推广丰富经验。健全体育锻炼制度，广泛开展普及性体育活动，组建体育兴趣小组、社团和俱乐部，推动学生积极参与常规课余训练和体育竞赛。中小学要组建不少于5个体育兴趣小组或体育社团、体育俱乐部，带动学生积极参与常规课余体育训练和体育竞赛。中小学要严格落实上、下午各30分钟大课间体育活动，全面推行学生体育家庭作业，合理安排校外体育活动时间，寄宿制学校落实出早操制度，着力保障学生每天校内、校外各1小时体育活动时间，促进学生养成终身锻炼的习惯。切实做好高中学生军训工作。

5. 健全学校体育竞赛体系。建立校内竞赛、校际联赛、选拔性竞赛为一体的学校体育竞赛体系，各地教育、体育部门共同组织青少年竞技体育系列赛事和少年儿童系列锦标赛，构建市、县（区）、学校三级学校体育竞赛体系和选拔性竞赛制度，统一运动员注册认证和裁判员信息系统。全市每2年组织一次中小學生田径运动会，每年组织“三大球”（足球、篮球、排球）校园系列赛事，各县（市、区）每年组织一次中小學生田径运动会和区

域内学生体育节活动。初高中每年组织一次综合性体育节赛事；小学每年在春秋两季各组织一次趣味运动会、田径运动会；幼儿园以发展幼儿体能为主要目的，每年在春秋两季各组织一次适合学龄前儿童身心特点、家长共同参与的亲子趣味运动会。由学校购买商业保险，保障全校师生体育训练、比赛期间的安全。

6. 构建学校人才培养体系。中小学校要建设学校代表队，积极参加区域乃至全国联赛。推动体教融合，加强体育传统特色学校建设，完善中小学竞技体育人才培养体系，探索学校与体校、有资质的社会体育俱乐部合作，共同开展体育教学、训练、竞赛，促进竞赛体系深度融合。规范招生政策，打破跨区选材壁垒，拓宽体育特长生入学、升学渠道，允许体育特长生合理流动，允许体教融合试点校开展特色项目自主招生机制，为体育特长生创造良好的成长环境。

7. 推广中华传统体育项目。因地制宜，探索推进“一校一品”“一校多品”体育传统特色学校建设，争取做到班班有项目、校校有特色。认真梳理和整合武术、摔跤、棋类、射艺、龙舟、毽球、五禽操、舞龙舞狮等中华传统体育项目，因地制宜开展闽东特色传统体育教学、训练和竞赛活动，并形成长效机制，发扬闽东体育特色。积极开展传统体育进校园等系列活动，培育出一批有特色、可以借鉴、可推广的传统体育试点校。涵养阳光健康、拼搏向上的校园体育文化，培养学生爱国主义、集体主义、社会主义精神，增强文化自信，促进学生知行合一、刚健有力、自强

不息。加强宣传推广，让中华传统体育在校园绽放光彩。

8. 配齐配强体育教师。加大力度配齐中小学体育教师，小学按每 5 个教学班配备 1 名体育教师、初中按每 5-6 个教学班配备 1 名体育教师、高中（含中职）按 7-8 个教学班配备 1 名体育教师；农村 200 名学生以上的中小学至少配备 1 名专职体育教师，有条件的地方及体育传统特色学校可以适当提高配备比例。未配足配齐体育教师的地方应在每年新招聘教师计划中划出专门岗位用于招聘体育教师。体育教师入校后不能转岗教授其他学科。发挥当地教研机构和体育名师工作室对学校体育高质量发展的支撑作用，市、县（区）要配齐专职体育教研员，积极创建体育名师工作室，开展课程研发、教研培训、实践指导等工作。畅通体育教师入职渠道，改革体育教师招聘方式，鼓励优秀退役运动员、教练员担任体育教师。通过“国培计划”“省培计划”“市县级骨干教师培训”等项目加大对体育教师的培训力度，并向农村中小学体育教师倾斜，五年内完成一轮体育教师全员培训。市、县（区）每年各举办一次中小学体育教师教学基本功比赛，提升教师业务水平，备赛省级基本功比赛。

9. 改善场地器材建设配备。按照《中小学体育场地器材配备标准》，建好满足课程教学和实践活动需求的场地设施、专用教室，充分利用校园的空地，整体考虑、合理布局，加大对学校老旧操场、场馆的改扩建工作力度，“一校一策”解决各中小学校体育场地设施不足的实际困难。新建、改扩建中小学体育场地、

设施及体育器材配备，必须达到《国家学校体育卫生条件试行基本标准》和《福建省义务教育阶段教育技术装备标准》要求。把农村学校体育设施建设纳入市县义务教育均衡发展规划，鼓励有条件的地方在中小学（中职学校）建设体育场馆，与体育基础薄弱学校共用共享。小规模学校以保基本、兜底线为原则，配备必要的功能教室和设施设备。学校配齐体育教学所需器材设备，建立体育器材更新与补充机制。鼓励有条件的学校修建体育场馆或风雨场地，配备智能化体育设备，辅助开展学校体育工作。在遵循利于教学、利于师生锻炼、利于管理、利于安全防范的原则上不断丰富教学内容，提高体育器材的利用率。

10. 统筹整合社会资源。紧抓省委省政府为民办实事契机，逐步改造教室照明设施设备，完善学校和社会体育场馆开放互促共进机制，鼓励学校体育场地在满足正常教学需求的前提下向社会有序开放。推进公共体育场馆向学生免费或低消费开放，提高体育场馆开放程度和利用效率。有条件的地方可以通过购买服务方式，与相关专业机构等社会力量合作向中小学提供体育教学服务，缓解体育师资不足问题。积极推动社会体育俱乐部与学校加强合作，帮助学校开展专项体育活动。综合利用公共体育设施，将开展体育活动作为中小学课后服务工作的重要载体。

三、完善机制

11. 全面实施《国家学生体质健康标准》。按照《国家学生体质健康标准》《学生体质健康实施办法》要求，把学生体质健康

监测作为评价学生全面健康发展的重要指标。数据测试实行校长负责制，学校按要求按时完成测试、成绩汇总，审核上报国家数据库等工作。全面推行《国家学生体质健康标准》测试报告书制度、公示制度，每年测试数据上报完成后，各校（园）要对本年度测试工作形成书面报告，上报辖区教育局；学校要将学生测试项目、测试结果告知家长，确保 2023 年优良率达到 40%，2024 年达到 45%，并逐年提高。保证学生近视率每年下降 0.5%-1%，逐年降低学生肥胖率。各地教育局要组织人员对各校（园）《国家学校体质健康标准》测试数据进行抽查核对，将其结果纳入学校考核，每年对辖区学校《国家学生体质健康标准》测试工作的情况进行公示。鼓励各地通过购买服务、集中测试等形式，每年集中开展学生体质健康测试。

12. 推进学校体育评价改革。完善体育教学考核制度，将达到国家学生体质健康标准要求作为教育教学考核的重要内容，中小学校要将学生参与体育活动和竞赛情况、学生体质健康标准测试达标情况和 1—2 项专项运动技能测试成绩定期向家长反馈，并建立学生体质健康档案。完善初中学生综合素质评价，从心理健康、日常体育锻炼、体能测试、兴趣性运动技能等维度进行学生身心健康评价。继续落实体育科目纳入初、高中学业水平考试范围，学业水平考试成绩合格方可毕业（按规定免测的学生除外）。改进中考体育测试内容、方式和计分办法，科学确定并逐步提高分值，实现过程评价与结果评价相统一。把学校体育政策

措施落实情况、体育与健康教育教学质量、学生体育健康状况等，纳入义务教育优质均衡发展评估和普通高中达标评估、各类特色校建设评选指标。加强学生综合素质评价档案使用，将体质健康状况、体育课成绩、参与体育活动等情况作为学生综合素质评价的重要内容和评先评优依据。

13. 完善体育教师岗位评价。围绕教会、勤练、常赛的要求，完善体育教师绩效工资和考核评价机制。将学校安排的组织大课间、课后训练、课外活动、课后服务、体质监测、指导参赛和走教任务等科学计入体育教师工作量，并根据学生体质健康状况和竞赛成绩，在绩效工资分配时给予倾斜。在各级联赛和选拔性竞赛中，学生个人或集体获得奖项的，应当向其指导教师或教练员颁发相关证书。完善体育教师职称评聘标准，建立科学合理的体育工作成果评价机制，确保体育教师在职务职称晋升、教学科研成果评定等方面，与其他学科教师享受同等待遇。提升体育教师科研能力，在市、县（区）教育科学规划课题、人文社会科学研究项目中设立体育专项课题。加大对体育教师激励力度，在教学成果奖等评选中，保证体育教师占有一定比例。

14. 健全教育督导评价体系。将学校体育工作纳入市、县（区）政府发展规划，明确政府、教育行政部门和学校职责。把政策落实、学生体质健康状况、素质测评情况和支持学校开展体育工作情况等纳入教育督导评估范围。加强《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》

的贯彻落实和中小学体育工作年度督导检查。组织开展国家、省义务教育体育质量监测和普通高中体育质量监测，督促问题整改。对政策落实不到位和学生体质健康达标率持续下降的地方政府、教育行政部门和学校负责人，依规依法予以问责。

四、工作要求

15. 加强组织领导。各地各校要认真贯彻落实本方案，把学校体育工作纳入重要议事日程，校长是学校体育工作和学生体质健康第一责任人。加强对学校体育工作的领导，为学校体育工作开展、学生的健康成长创造条件，学校要成立体育工作领导小组，认真制定学校体育工作规划、年度教研工作计划，定期组织体育教育教学活动。

16. 增加投入保障。各地各校要进一步加大对学校体育资金投入，保障学校体育教学改革、校园足球、体质监测、体育竞赛、体育文化节、体育教师高温补贴、服装费等经费需求，重点支持提升学校场地设施、体育教师和教练员培养、青少年运动训练竞赛体系建设、人才选拔等。安排体育彩票公益金支持学校体育场地设施建设、体育竞赛等青少年体育工作。引导社会资金支持发展学校体育，吸引社会捐赠，多渠道增加学校体育投入。

17. 强化管理考核。各地教育部门要根据《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》，对学校体育工作进行专项督导，并予以通报。要将学校体育工作纳入学校和校长考核管理，加大体育工作和学生体

质健康状况在学校考核中的权重。

18. 营造社会氛围。各地各校要树立“健康第一”的教育理念，加强舆论引导，凝聚社会共识，总结经验做法，广泛宣传学校体育工作重要性，充分利用报刊、广播、电视及网络等手段，推广优秀校园体育文化，传播典型经验做法，普及科学锻炼知识，营造全社会共同促进学校体育发展的良好社会氛围。

宁德市教育局

2023年3月3日

（此件主动公开）

