

成都市成华区教育局文件

成华教〔2021〕1号

成都市成华区教育局 关于印发《成华区新时代学生体质健康促进 行动方案》的通知

各中小学、幼儿园，直属单位，机关各科室：

为贯彻落实国家、省市区新时代教育部署，推动立德树人根本任务在成华全面落地落实，促进青少年身心健康全面发展，助推成华教育高质量发展和“教育强区”建设，办好人民满意的教育，根据国家、省市区相关文件精神，结合成华实际，区教育局制定了《成华区新时代学生体质健康促进行动方案》（以下简称《行动方案》）。现印发你们，请结合本单位实际，切实抓好贯彻落实。

一、高度重视，提升站位。青少年体质健康事关中华民族的未来，关乎学生个人健康成长和亿万家庭的美满幸福。各单位务必高度重视，站在为党育人、为国育才的战略高度，深刻认识做好新时代学生体质健康促进工作的重大意义，统一思想、凝聚共识、更新观念，将其作为新时代全面深化教育改革、全面提高教育质量的重要内容和抓手，系统谋划、重点推进、务求实效。

二、加强领导，压实责任。各单位要根据《行动方案》需要，主动适应新形势下现代学校制度建设实际，优化内部治理，创新工作机制，强化组织领导，明确工作目标，压实工作责任，抓好组织实施，形成工作合力，确保学生体质健康促进工作时间保障到位、师资和场地器材配备到位、经费投入到位、相关政策配套落实到位。区教育局将对各学校贯彻落实《行动方案》情况进行专项督查检查，同时将学生体质健康促进工作纳入学校督导和目标考核内容。

三、聚焦关键，综合施策。各单位要围绕《行动方案》的目标任务，紧扣“立德树人”根本任务，坚持“健康第一”理念，聚焦健康体锻、健康环境、健康素养、健康饮食等影响学生体质健康的关键因素，聚力教练赛、体教融合、师资队伍、综合评价等关键环节，科学作为、综合施策，精准发力，务求突破。

四、立足校本，扎实推进。各学校、幼儿园要根据本《行动方案》，结合学校实际，科学制定本校务实可行的《学生体质健康促进行动方案》及《学校 2021 年学生体质健康促进工作清单》，

坚持定目标、定项目、定时限、定责任人，扎实推进相关工作，确保相关任务有效落地、按时完成。学校、幼儿园《方案》及《工作清单》于3月19日前经校长签字审阅，加盖学校公章，以PDF形式上报区教育局。

中小学联系人：德育教科贺电；联系电话：84316451。

邮箱：181766965@qq.com。

幼儿园联系人：学终科梁靓；联系电话：84329876。

邮箱：2046403110@qq.com。

特此通知。

附件：成华区新时代学生体质健康促进行动方案



附件

成华区新时代学生体质健康促进行动方案

为贯彻落实国家、省市区新时代教育部署，推动立德树人根本任务在成华全面落地落实，促进青少年身心健康全面发展，加快推进教育现代化、建设教育强区，办好人民满意的教育，根据中共中央国务院《深化新时代教育评价改革总体方案》（中发〔2020〕19号）、中共中央办公厅国务院办公厅印发《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》（中办发〔2020〕36号）、《中共四川省委四川省人民政府关于印发〈四川省教育现代化 2035〉〈四川省加快推进教育现代化实施方案（2020—2022 年）〉的通知》（川委发〔2020〕20号）、《四川省人民政府办公厅关于印发〈新时代深化改革推进基础教育高质量发展实施方案〉的通知》（川办发〔2020〕80号）、《中共成都市委成都市人民政府关于印发〈成都市教育现代化 2035〉的通知》（成委发〔2021〕5号）及《中共成都市成华区委成都市成华区人民政府关于加快建设“教育强区”率先建成“成渝地区双城经济圈教育高质量发展示范区”的实施意见》（成华委发〔2021〕7号）等文件精神，结合成华实际，特制定本行动方案。

一、重大意义

少年强则国强。广大青少年身心健康、体魄强健、意志坚强、充满活力，是一个民族旺盛生命力的体现，是社会文明进步的标

志，是衡量国家综合实力的重要指标。青少年体质健康不仅关系到中华民族的未来，同时也关系到个人的健康成长和亿万家庭的美满幸福。让孩子身体健康、人格健全、一生幸福，是每个家长的愿望，更是教育发展的首要任务。历年来，党和政府十分重视青少年体质健康，习近平总书记多次就儿童青少年体质健康做出重要指示批示，党中央、国务院出台了一系列重大文件，对新时代增强青少年体质健康提出明确要求。

近年来，随着阳光体育运动的深入开展，“健康第一”理念不断深入人心，广大青少年体质健康状况总体上逐步得到改善，形态发育、营养状况稳中向好，但仍然存在令人十分担忧的问题，肥胖率日趋增长，肺活量指标下降，视力不良检出率和新发近视率不断攀升，“小胖墩”“小眼镜”“豆芽菜型”数量急剧增多，小学生柔弱娇气，抗挫能力差、漠视生命，因心理问题导致的伤害事件逐年增加……全区教育系统务必引起高度重视，务必站在为党育人、为国育才的战略高度，切实增强责任感、使命感和紧迫感，树立科学的教育质量观、人才观，采取切实有力的措施有效加以解决。

二、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻习近平总书记关于教育的系列重要讲话和指示批示精神，落实国家、省市新时代教育系列决策部署，坚持全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，坚持五育并举融合发展，牢固树立“健

康第一”理念，紧紧围绕“教育强区”建设，以全国青少年校园足球试点区和“满天星”训练营、全国青少年校园篮球“满天星”训练营、全国儿童青少年近视防控试点区建设为抓手，着力以校为本、多方联动、综合施策，系统推进学生体质健康促进行动，全面提升我区学校体育卫生工作水平和学生身心健康水平，助力成华教育高质量发展，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

三、工作目标

到 2023 年，全区学校体育卫生保障要素明显改善、支撑环境更加优化，课内课外校内校外、学校家庭社区全时段一体化的促锻炼增体质机制基本建立，享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志的“四位一体”目标有效落实，统筹指导科学、协调联动顺畅、条件保障到位、监督检查有力、舆论导向良好的学校体育卫生与健康工作新格局逐步形成。全体学生积极锻炼、健康生活的主体意识大幅增强，卫生防病和自我保健能力明显提高，体质健康测试达标优良率逐年晋等升位，努力实现“五增五降”的体质健康目标：

——学生经常参与体育锻炼的人数比例显著增加。到 2023 年，全区学校实现每班每天 1 节体育课，学生每天校内校外体育活动时间不少于 2 小时。

——学生掌握专项运动技能的人数显著增加。到 2023 年，全区 100% 的学生每人掌握 1 至 2 项体育运动技能。

——学生参加各级各类体育赛事的人数显著增加。到 2023 年，学生各级各类体育赛事参与率达 100%。

——学生健康知识全面普及、健康素质明显增强。到 2023 年，教师、学生、家长健康知识及科学锻炼普及率达 100%。

——学生体质健康测试合格率稳中有升、优良率明显增加。到 2023 年，学生体质健康水平位居省市前列，小学初中高中总体合格率达 97%以上，优良率总体达 65%以上。

——学生过重课业负担明显下降。小学一二年级不布置书面家庭作业，三至六年级书面家庭作业完成时间不超过 60 分钟，初中不超过 90 分钟，小、初、高学生每天 10、9、8 个小时睡眠时间得到有效保障。

——学生总体近视率得到遏制、新发近视率明显下降。到 2023 年，全区学生近视防控知识知晓率达 100%，总体近视率低于全省平均水平、在 2020 年基础上每年降低 0.5 个百分点。

——学生营养不良、超重及肥胖率得到有效遏制并呈下降趋势，达到国家省市相关标准。到 2023 年，全区学校 100%配备营养健康管理人员、100%持证上岗，师生家长、食堂从业人员营养健康知识普及率达 100%。

——学生乳牙及恒牙龋病患病率有效降低。到 2023 年，全区学生口腔健康知识宣传覆盖率达 100%，为升入三年级学生的口腔健康检查、窝沟封闭率达 40%。

——学生因心理问题导致的伤害事件逐年下降。到 2023 年，

全区学校心理专职教师配置率力争达到 100%，学生抗挫力明显增强，学生因心理问题导致的伤害事件逐年下降，低于全市平均水平。

四、任务举措

（一）实施体育教学质量“提升”计划。

1.保障体育课时“充足化”供给。充分发挥体育课堂教学在促进学生体质健康方面的主渠道主阵地作用。在严格落实学校体育课程开设刚性要求基础上，统筹课程设置，充分利用学生在校时间，增加体育课时，逐步实现中小学每班每天 1 节体育课。任何组织和个人不得以任何理由和方式削减、挤占体育课和体育活动时间。

2.推动体育课堂“高效化”教学。坚持“幼儿游戏化、小学趣味性、初中多样化、高中专项化”原则，开发区域中小学特色体育拓展课程。中小学探索实施“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”教学模式，教会学生体育锻炼和健康知识，指导学生掌握跑、跳、投等基本运动技能和足、篮、排、游泳、体操、武术等专项运动技能。保证课内合理的运动负荷，切实改变无运动负荷、无运动技能传授、无比赛的“三无”体育课现象。建立健全体育与健康教学质量监控机制，加强体育教师教学评价，制定《成华区中小学体育运动技能评定标准》。

3.探索体育教学“多样化”发展。探索“体育+健康+学科”融合模式，探索跨学科合作有效路径，在学科教学中有机融入体

育、健康元素，同时在体育课、健康课中有机融入其它学科知识，促进学生体育、健康学习与文化课学习一体化。鼓励在文化课学习中有机开展 1-2 分钟的“微运动”；鼓励在学生持续用眼 20 分钟后开展“微调节”、组织学生进行“远眺”“闭眼”等视力养护活动；鼓励在文化课中有机开展 1-2 分钟“微讲座”、普及一个体育及健康知识点。

（二）实施学生体育锻炼“提效”计划。

4.深入开展“阳光体育、活力校园”活动。深入开展阳光体育运动，着力提高大课间活动质量，义务教育段和高中阶段学生每天大课间体育活动时间分别不少于 60、40 分钟。实施“课间清空”行动，鼓励学生课间到户外活动，课间休息时间不得少于 10 分钟。坚持每天两次眼保健操，确保眼保健操质量。寄宿制学校要科学安排学生早操、晨跑等体育活动。将开展体育活动作为课后延时服务的重要载体，统筹课后延时服务时间，每天延时服务时间段内要安排普及性体育活动及特色体育项目训练，确保正常天气情况下学生每天校内校外体育活动时间不少于 2 小时（中等及以上强度身体活动时间不低于 1 小时）。幼儿园每天 2 小时户外活动得到有效落实（其中体育活动时间不少于 1 小时）。

5.创新开展“家校共育、呵护健康”活动。强化家校协同，严格控制学生持续用眼时间，看书、写字、使用电子屏幕产品达 20 分钟后，应适当休息调节。学校使用电子屏幕产品开展教学时长原则上不超过教学总时长的 30%。大力推行中小学体育家庭作业制

度，研发《成华区学生居家（室内）体育活动资源库》，为家庭锻炼提供有效指导。建立家长体育锻炼培训机制，每学期开展家长体育专题培训不少于 1 次。经常性开展亲子运动会、亲子体育活动视频大赛等，让社区、小区亲子体育活动成为一种新常态、新时尚。倡导家长每学期参与学校体育活动不少于 1 次、每周陪伴孩子参与校外体育活动不少于 1 次。

6.严格落实“减负减压、提质增效”措施。切实减轻学生过重课业负担，确保小学、初中、高中学生充足睡眠时间。加强家长引导，理性关注学生学业水平，合理规划学生校外时间，切实改变“学校减负、家庭增负、校内减负、校外增负”现象。禁止对小学三年级以下（含三年级）及六年级学生进行任何形式的统一考试及学业质量监测（小学毕业考试除外）。小学每学期可进行一次期末文化课考试，初中每学期文化课考试不得超过两次。积极推行精选分层等作业布置改革，建立分年级、分班各学科作业量、学生完成作业时间的统筹和公布制度，原则上采用纸质作业，不得使用手机等电子产品布置作业或要求学生利用手机等电子产品完成作业。

（三）实施学生体育运动“常赛”计划。

7.建立“广泛参与”的体育竞赛活动体系。办好一年一度的中小學生校园足球、篮球、排球、田径、游泳、中华传统体育项目等区级赛事，确保学校参与面达 100%。坚持学校每年举办春、秋两季运动会，鼓励因校制宜举办体育节、体育月、体质健康测试

达标运动会等活动，确保学生体育活动竞赛参与面达 100%。科学设置赛事规则，统筹体育课堂、大课间、延时服务等时段，创新开展“课课赛”等小型比赛活动，吸引更多的学生走向运动场参与体育比赛。

8.打造“人人关注”的体育赛事交流品牌。创新探索区域竞赛模式，努力打造“升降级联赛+体质健康大比武+幼儿体育嘉年华”等区级赛事品牌。主动融入“成渝地区双城经济圈”建设，依托区域优势体育项目，借力成都国际友城平台，创办“成渝两地青少年体育交流赛”“熊猫杯青少年体育国际邀请赛”等国内国际赛事品牌。充分利用新媒体技术，提升赛事组织能力和水平，扩大赛事影响力，提高学生和家长的关注度，增强学生对校园体育赛事活动的参与感和荣誉感。拓展学校体育人文交流，鼓励学校积极参与国际国内体育交流和校外全民健身运动。

（四）实施体教融合创新“提质”计划。

9.突出“一校一品”打造体育特色学校。加强与市体校合作，依托市体校体育优质资源，合作冠名共同举办“成都市体校附属幼儿园、小学、中学”，共建青少年网球、田径等项目基地校，做大做强网球、田径品牌。深化全国校园足球、篮球、排球、网球等各级各类特色学校（幼儿园）建设。加强花式跳绳、武术、舞龙舞狮、空竹、棋类等中华传统体育项目和体育文化的传承与发展，加快形成“一校一品、一精多品”学校体育特色发展格局，培育打造一批全省乃至全国实力领先的体育龙头学校。

10.紧扣“全学段”模式培养体育拔尖人才。积极争取上级教育体育行政部门在区内中小学校组建高水平运动队。全面实施运动员注册管理制度，建立“幼小结对+小初划片+初高按项”学段贯通层层衔接的系统培养网络体系，有针对性培养品学兼优的体育特长学生。适当调整各学段入学、转学条件，妥善解决体育特长生文化学习和体育训练问题，努力为高校体育专业及高水平运动队、职业俱乐部输送大批优质体育人才。

11.着眼“创新发展”孵育社会体育组织。创新组建“成华区青少年运动管理中心”，统筹推进青少年体育赛事开展、体育后备人才培养和社会体育组织认证管理等工作。依据社会体育组织准入标准，强化公益性质，通过购买服务、学校自主选择等形式，为学校体育活动普及提供支持。“孵化培育”一批区级单项协会，为区域体育赛事、人才培养提供服务。

（五）实施学生营养健康“提档”计划。

12.织密学生健康“安全网”。针对不同年龄段学生营养健康需求，编制《成华区学校营养健康食谱大全》。实施学生营养餐“三减”行动（减油、减盐、减糖），每周公布学生餐带量食谱和营养素供给量，引导学生科学营养用餐。结合“520全国学生营养日”，广泛宣传推广科学配餐、膳食营养等理念。加强家长培训，指导家长科学合理安排家庭饮食。非寄宿制学校不得在校内设置小卖部、超市等，寄宿制学校确有需要设置的应当依法取得许可并备案，禁止售卖高盐、高糖及高脂食品。实施学校“营养健康指导

师”制度，开展适应学校需求的营养健康专业人员培训。

13.筑牢学生健康“防火墙”。不断强化学生是自己健康第一责任人、父母是孩子健康成长第一守护人意识。将健康教育纳入教学计划，按要求开好上好健康课，倡导每天普及一则营养健康、近视防控、禁毒防艾、环保宣传及卫生防病等健康小常识。统筹做好各项卫生防病工作，提高广大师生员工的自我防护意识，有效控制学校集聚性传染病发生。大力增强全体师生家长健康意识，将健康知识、科学锻炼方法等纳入教师、家长培训内容。实施“学生口腔健康干预项目”，将口腔健康教育知识有机融入健康教育，培养刷牙习惯，指导学生正确刷牙，增强学生自我维护口腔健康的能力和习惯。

14.撑起学生健康“保护伞”。深化与专业机构合作，每年至少开展2次视力检测。坚持每年10月集中开展体质健康测试，11月开展区级抽测，确保体质健康测试工作规范、数据真实。实施学生体质健康及运动参与“互联网+”项目，探索实施体育锻炼“打卡”制度，充分发挥大数据、人工智能等现代科技手段的作用，建设并应用好学生参与体育锻炼、体质健康、近视防控信息平台。建立学生个性化电子健康档案，定期对学生肥胖、视力不良、力量、耐力等相关数据进行预警和有针对性的干预指导。

（六）实施体育健康教师“提能”计划。

15.配齐配足学校体育健康教师。多渠道配齐配强中小学体育教师，支持教练员、退役运动员等高水平专业体育人才经过培训

和考核到中小学任教。加强专业健康教师配备，深入实施“健康副校长”制度，充分发挥“健康副校长”在学校健康促进工作中的作用。按要求配齐配足学校专职校医（保健教师），寄宿制学校需 100% 配备校医。

16. 强化教师体育健康专业培训。将健康教育纳入新聘新岗教师职前教育和职后培训内容。丰富“体育名师”内涵标准，鼓励支持分学段、分项目、分区域建立体育名师工作室，加强体育骨干教师和体育名师等领军人才培养。实施“应急救护培训进校园项目”，充分发挥学校红十字会职能，不断提升学校、家庭、学生自主应急救护能力。全面加强体育及保健（校医）教师专业培训，建立“周周划片研+学期集中培”的常态化研培机制。

（七）实施学校健康环境“提标”计划。

17. 做优学校卫生健康环境。实施“学校光环境提升改造项目”，按照《中小学校教室采光和照明卫生标准》（GB7793-2010），《国家学校体育卫生条件试行基本标准》（教体艺〔2008〕5号），《中小学校设计规范》（GB5009-2011）、《幼儿园建设标准》等要求，规范配置宿舍、食堂、饮用水、厕所、卫生保健室等卫生设施设备。实施“我与课桌椅共成长”计划，落实“一人一桌”每周“座位循环”等制度，每学期至少对学生课桌椅高度进行 1 次个性化调整。

18. 做强学校体育运动功能。加大学校运动场地建设投入，依据运动场地相关建设标准，因校制宜，加快现有运动场改扩建速

度。深入实施运动场“照明”行动，将学校运动场照明设备采购与施工列入专项计划，到2023年前实现中小学全覆盖。加大学校体育场地设施开放力度，在周末、节假日、寒暑假等时间段有序向师生家长免费开放，有效拓展学生课余体育活动时间、空间。鼓励实施“校社共建”，合理利用校园周边体育场地，妥善解决体育课场地不足问题。已开办幼儿园要不断改善运动场地及设施条件，新开办幼儿园要严格执行《幼儿园建设标准》及相关审批标准。将运动场地和设施条件作为民办幼儿园年度审核及相关考核的底线标准，确保幼儿活动场地达标。

（八）实施学校评价改革“护航”计划。

19. 健全完善学生综合素质评价机制。探索建立“运动参与+体质健康+技能掌握+健康知识”四位一体的学生体育素质综合评价机制。规范建立健全学生全周期体育素质综合评价档案。将体育素质综合评价纳入学生综合素质评价指标，作为各类评优与评奖的重要依据。除体育免修学生外，针对体育素质综合评价不合格的学生，不得发放毕业证书。严格按照《国家学生体质健康标准》要求，做好学生体质健康的全面监测、干预和评价。研发《成华区幼儿体质健康指导意见》及《成华区幼儿体质健康监测体系》。

20. 健全完善教师岗位考核评价机制。把学生体质健康促进工作纳入每位教师考核内容，将学生体育素质综合评价情况纳入体育教师和班主任工作考核内容。完善体育教师绩效工资和考核评价机制。科学建立体育教师工作量认定机制，将承担学校安排的

课后训练、课外活动、课后服务、指导参赛等计入工作量，并根据学生体质健康状况和竞赛成绩，在绩效工资内部分配时给予倾斜。完善体育教师职称评聘标准，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。加大对体育教师表彰力度，在教学成果奖等评选表彰中，保证体育教师占有一定比例。

21.健全完善学校督导考核评价机制。将学生体质健康促进工作纳入督导和目标考核内容，建立健全督导、评估、考核和检查细则，不断提升学校体育卫生健康工作水平和教育教学质量。加大学生健康素质在教育质量综合评价中的分值比重。建立学生健康素质约谈机制，对学生健康素质不达标的学校予以问责。

五、工作保障

（一）强化组织保障。组建“成华区学生健康管理中心”，落实工作专班，建立健全区级相关部门协同育人机制，统筹推进全区学校体育卫生与近视防控等工作。各学校要主动适应新形势下现代学校制度建设实际，优化内部治理，建立健全学校“大健康”促进工作机制，切实将增进学生健康素质作为学校教育的基本目标之一，将学生体质健康与近视防控工作纳入学校改革发展整体统筹规划，列入年度工作计划，切实抓好组织实施，确保工作落地见效。

（二）强化经费保障。建立学校体育卫生、近视防控经费增长机制，按体育卫生设施设备配置标准，足额确保学校体育、保

健室、心理辅导室等硬件设施标准化建设和学生体质健康监测、近视防控、卫生防病、健康环境改善等经费投入，所需经费纳入学校和区教育局年度预算，原则上每年投入数不低于上年。

（三）强化风险保障。按照政府、学校、家长“三个三分之一”原则，推动实施体育运动意外伤害保险普及。规范体育安全管理制度，加强运动风险防范，建立完善的体育运动伤害处理机制。强化师生家长体育运动安全教育，正确看待体育运动伤害，坚决杜绝“校闹”等极端事件。

（四）强化宣传引导。充分利用智媒体手段，加大对学生体质健康促进工作的宣传报道。广泛传播健康理念，大力宣扬校园“体质颜值”文化，涵养坚强勇敢、阳光自信、拼搏向上的校园体育文化，坚决遏制“羸弱体质”文化。积极动员社会组织、媒体等参与和关注学生身心健康促进工作，引导学生、家长和社会树立科学的教育观、人才观和健康观，形成有利于学生身心健康全面发展和学校办学水平综合提升的良好氛围。

- 附件：1.成华区学生体质健康促进行动“教育局清单”
2.成华区学生体质健康促进行动“学校清单”
3.成华区学生体质健康促进行动“教师清单”
4.成华区学生体质健康促进行动“学生清单”
5.成华区学生体质健康促进行动“家长清单”

附件 1

成华区学生体质健康促进行动“教育局清单”

重点任务	任务清单	牵头单位	责任单位
实施体育教学质量“提升”计划	1.统筹课程设置，科学指导中小学逐步实现每班每天 1 节体育课。	小教科 中教科	德育科 教科院
	2.研发《成华区新时代学校体育与健康课程指南》及《成华区幼儿体质健康指导意见》。	教科院 学终科	德育科
	3.建立体育与健康教学质量监控机制，制定《成华区中小学体育运动技能评定标准》。	教科院	德育科
	4.探索学科融体育模式，促进学生体育、健康学习与文化课学习一体化。	教科院	德育科
实施学生体育锻炼“提效”计划	5.督促指导学校每天延时服务时段内安排普及性体育活动及特色体育项目训练。	小教科	德育科
	6.督促指导学校、幼儿园按要求保障学生每天体育锻炼时间。	德育科 学终科	教科院
	7.推行体育家庭作业制度，研发《成华区学生居家（室内）体育活动资源库》。	教科院	德育科
	8.加强培训机构管理，防止培训机构过度宣传。	应急管理科	小教科 中教科
	9.制定《成华区学校电子屏幕类产品使用制度》。	技装中心	德育科 教科院
	10.在区级运动会中设置“亲子”项目，开展亲子比赛等，鼓励家长积极参加。	德育科	教科院
	11.督促学校按要求严格落实各项学业减负措施。	小教科 中教科	督导室

重点任务	任务清单	牵头单位	责任单位
实施学生体育运动“常赛”计划	12.办好一年一度区级综合运动会。	德育科	教科院
	13.打造区级赛事品牌，创办“成渝两地青少年体育交流赛”“熊猫杯青少年体育国际邀请赛”等赛事品牌。	德育科	学终科 办公室 教科院
	14.充分利用新媒体技术，提升赛事组织能力和水平，扩大赛事影响力。	德育科	技装中心
	15.鼓励支持学校积极参与国际国内体育交流，鼓励师生积极参与校外全民健身运动。	德育科	办公室 学终科 教科院
实施体教融合创新“提质”计划	16.制定《成华区体教融合实施方案》。深化与市体校合作，共同举办“体校附属幼儿园、附属小学、附属中学”，共建青少年网球、田径等项目基地校。	德育科	中教科 小教科 学终科
	17.深化全国校园足球、篮球、排球、网球等各级各类特色学校、幼儿园建设。	德育科	学终科 教科院
	18.大力发展特色体育项目，培育打造一批全省乃至全国实力领先的体育龙头学校。	德育科	教科院
	19.积极争取上级部门在成华区中小学校组建高水平运动队。实施运动员注册制度。	德育科	教科院
	20.建立“幼小结对+小初划片+初高按项”学段贯通层层衔接的系统培养网络体系，有针对性培养品学兼优的体育特长学生。	德育科	学终科 小教科 中教科
	21.统筹解决体育特长生文化和体育训练问题，努力输送优质体育人才。	小教科 中教科 德育科	考试中心
	22.组建“成华区青少年运动管理中心”。	德育科	教科院
	23.研制《成华区学校社会体育组织准入标准》，扶持培育一批区级单项协会。	德育科	应急管理科

重点任务	任务清单	牵头单位	责任单位
实施学生营养健康“提档”计划	24.编制《成华区食品安全及营养健康实施细则》。实施学生营养餐“三减”行动（减油、减盐、减糖）	德育科	学终科 教科院
	25.结合“520 全国学生营养日”，广泛宣传推广科学配餐、膳食营养等理念。	德育科	办公室
	26.规范学校小卖部、超市设置和管理。	德育科	督导室 中教科
	27.制定实施《成华区师生家长健康素养提升三年行动计划》及《成华区师生家长健康应知应会》。	德育科	教科院
	28.统筹做好传染病防控、禁毒防艾、食品饮用水安全等各项卫生防病工作。	德育科	各相关科室
	29.每年至少开展 2 次全区学生视力专项检测。	德育科	学终科
	30.每年 10 月集中组织开展全区学生体质健康测试，11 月开展区级抽测。	教科院	德育科
	31.实施体质健康及运动参与“互联网+”行动，建好用好“成华区学生体质健康”等档案信息平台。定期就学生肥胖、视力不良、力量、耐力等数据向学校进行预警。	德育科	教科院 技装中心
实施体育健康教师“提能”计划	32.多渠道配齐配强中小学体育教师。支持教练员、退役运动员等高水平专业体育人才经过培训和考核到中小学任教。	人事科	德育科
	33.深入实施“健康副校长”制度。	德育科	人事科
	34.按要求配齐配足学校专职校医（保健教师），寄宿制学校需 100%配备校医。	德育科	人事科
	35.加强体育教师培养培训，整体提升全区体育教师队伍德能素质。	教科院	人事科 德育科
	36.将健康教育纳入体育教师职前教育和职后培训内容。	人事科	教科院
	37.建立体育名师工作室，加强体育骨干教师和体育名师等领军人才培养。	人事科	教科院 德育科
	38.大力开展校医、体育教师和班主任应急救护培训，提升应急救护能力。	德育科	教科院
	39.全面加强保健（校医）教师专业培训。	德育科	

重点任务	任务清单	牵头单位	责任单位
实施学校健康环境“提标”计划	40. 制定实施《成华区学校教室光环境提升改造三年行动计划》。	德育科	基建科 技装中心
	41.规范配置宿舍、食堂、饮用水、厕所、卫生保健室等卫生设施设备。	教服中心	基建科 德育科 技装中心
	42.每年聘请专业机构开展学校卫生环境监测。	德育科	
	43.依据运动场地相关建设标准，因校制宜，高质量新建、改扩建学校运动场。	基建科	
	44. 制定实施《成华区体育场地（含灯光）改造三年行动计划》，将学校运动场照明设备采购与安装列入专项计划。	基建科 技装中心	
	45.督促指导学校有序开放体育场地设施。	学终科	
	46.深化校社共建，整合校园周边资源，妥善解决体育课场地不足问题。	德育科	
	47.督促已开办幼儿园不断改善运动场地及设施条件，将运动场地和设施条件作为民办幼儿园年度审核及相关考核的底线标准，确保幼儿活动场地达标。	学终科	应急管理科 基建科
实施学校评价改革“护航”计划	48. 建立学校督导考核评价机制，将学生体质健康促进工作纳入督导和目标考核内容。	督导室	相关科室
	49.加大“学生体质与视力健康”在教育教学质量综合评价中的分值比重。	小教科 中教科	德育科 教科院
	50.建立“学生体质与视力健康”约谈机制，对学生体质与视力健康水平不达标的学校予以问责。	德育科	学终科 应急管理科
	51.加大体育教师表彰力度，在教学成果奖等评选表彰中，保证体育教师占有一定比例。	人事科	德育科
	52.将体质健康纳入学生“五育并举”综合素质评价指标，作为各类评优与评奖的重要依据，除体育免修学生外，体质健康测试不合格的不发放毕业证书。	小教科 中教科	德育科 教科院
	53.制定实施《成华区学生体育素质综合评价方案》。	教科院	督导室 德育科
	54.研发构建《成华区幼儿体质健康监测体系》。	学终科	教科院

重点任务	任务清单	牵头单位	责任单位
营造人人重视体质健康良好氛围	55.组建“成华区学生健康管理中心”，建立区级相关部门协同育人机制。	德育科	教科院
	56.建立学校体育卫生、近视防控经费增长机制，所需经费纳入区教育局年度预算。	计财科	德育科
	57.推动实施体育运动意外伤害保险普及。	应急管理科	
	58.强化师生家长体育运动安全教育宣传，杜绝“校闹”等极端事件。	应急管理科	办公室 德育科
	59.大力宣扬校园“体质颜值”文化，坚决遏制“羸弱体质”文化，传播健康理念。	办公室	德育科
	60.积极动员社会组织、媒体等参与和关注学生身心健康促进工作。	办公室	德育科

附件 2

成华区学生体质健康促进行动“学校清单”

重点任务	任务清单	责任单位
实施体育教学质量“提升”计划	1.统筹课程设置，积极创设师资、场地条件，逐步实现每班每天 1 节体育课。	中小学
	2.结合学校实际，开发校本特色体育拓展课程及幼儿特色体能活动课程。	中小学 幼儿园
	3.探索实施“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”教学模式及教师教学评价机制。	中小学
	4.探索实施“体育+健康+学科”融合模式及文化课“三微”活动。	中小学 幼儿园
实施学生体育锻炼“提效”计划	5.落实义务教育段和高中阶段学生每天大课间体育活动时间分别不少于 60、40 分钟。	中小学
	6.落实每天 2 次眼保健操，寄宿制学校须科学安排学生早操、晨跑等体育活动。	中小学 幼儿园
	7.实施“课间清空”计划，鼓励学生课间到户外活动。	中小学
	8.每天延时服务时段内须安排普及性体育活动及特色体育项目训练。	中小学
	9.督促教师严格控制学生在校持续用眼时间，规范教学中电子屏幕类产品使用。	中小学
	10.大力推行中小学体育家庭作业制度，建立家长体育锻炼指导培训机制。	中小学 幼儿园
	11.经常性开展亲子运动会、亲子体育活动视频大赛等。	中小学 幼儿园
	12.落实各项学业减负措施。	中小学 幼儿园

重点任务	任务清单	责任单位
实施学生体育项目“常赛”计划	13.积极参与区级以上各级各类运动会。	中小学 幼儿园
	14.坚持每年举办春、秋两季运动会，举办体育节、体育月、体质健康测试达标运动会等活动，开展班级、年级体育比赛。创新开展“课课赛”等小型比赛活动。	中小学 幼儿园
实施体教融合创新“提质”计划	15.主动融入青少年网球、田径等项目基地校建设，积极争创各级各类体育特色传统学校。	中小学 幼儿园
	16.深入开展全国校园足球、篮球、排球、网球等各级各类特色学校（幼儿园）建设，大力发展花式跳绳、武术、舞龙舞狮、空竹、棋类等中华传统体育项目。	中小学 幼儿园
	17.积极争取上级教体部门支持，在学校组建高水平运动队，全面落实运动员注册制度。	中小学
	18.主动融入幼小初高学段贯通层层衔接的体育后备人才培养体系，培养品学兼优的体育特长学生。	中小学 幼儿园
	19.妥善解决体育特长生文化学习和体育训练问题，输送优质体育人才。	中小学
	20.积极引入符合资质的社会体育组织，加强管理，为学校提供专业服务。	中小学 幼儿园
实施学生营养健康“提档”计划	21.按要求制定每日菜谱，每周公布学生餐带量食谱和营养素供给量，引导学生科学营养用餐。	中小学 幼儿园
	22.实施学生营养餐“三减”行动（减油、减盐、减糖）。	中小学 幼儿园
	23.结合“520全国学生营养日”等契机，大力开展营养健康宣传活动。	中小学 幼儿园
	24.加强家长培训，引导家长科学合理安排家庭饮食。	中小学 幼儿园
	25.非寄宿制学校不得在校内设置小卖部、超市等，寄宿制学校确有需要设置的应依法取得许可并备案，禁止售卖高盐、高糖及高脂食品。	中小学 幼儿园
	26.多渠道聘请专（兼）职营养健康管理人員。	中小学 幼儿园

重点任务	任务清单	责任单位
实施学生营养健康“提档”计划	27.开好上好健康课，每天普及一则营养健康、近视防控、禁毒防艾、环保宣传及卫生防病等健康常识。	中小学 幼儿园
	28.做好各项卫生防病工作，提高师生员工自我防护意识，有效控制学校集聚性传染病发生。	中小学 幼儿园
	29.将健康知识、科学锻炼方法等纳入全体师生员工及家长培训内容。	中小学 幼儿园
	30.每年至少组织开展2次学生视力检测并落实相关防控措施。	中小学 幼儿园
	31.每年10月集中开展学生体质健康测试与上报。	中小学
	32.积极探索通过大数据、人工智能等做好学生体质健康、体育锻炼时间、近视防控等信息监测。	中小学
	33.建立学生个性化电子健康档案，定期就学生肥胖、视力不良、力量、耐力等相关数据向家长进行预警并给予有针对性的干预指导。	中小学 幼儿园
实施体育健康教师“提能”计划	34.多渠道配齐配强中小学体育教师。	中小学
	35.建立体育教师工作量认定机制。	中小学
	36.加强专业健康教师配备，深入实施“健康副校长”制度。	中小学 幼儿园
	37.按要求配齐配足学校专职校医（保健教师），寄宿制学校须100%配备校医。	中小学 幼儿园
	38.加强体育教师培养培训，将健康教育纳入体育教师职前教育和职后培训内容。	中小学
	39.加强体育骨干教师和体育名师等领军人才推荐与培养。	中小学
	40.引导全体教职员工积极参加体育锻炼、为学生做好表率。	中小学 幼儿园

重点任务	任务清单	责任单位
实施体育健康教师“提能”计划	41.大力开展师生家长应急救护培训，不断提升学校、家庭、学生自主应急救护能力。	中小学 幼儿园
	42.全面加强体育及保健（校医）教师专业培训，支持保健教师、健康教师参加“周周划片研+学期集中培”的常态化研培活动。	中小学 幼儿园
实施学校健康环境“提标”计划	43.按相关标准，认真组织实施学校光环境提升改造计划。	中小学 幼儿园
	44.规范配置体育场地器材，不断改善卫生及生活设施。	中小学 幼儿园
	45.实施“我与课桌椅共成长计划”。	中小学 幼儿园
	46.加强管理，推动学校运动场地设施有序向师生家长开放。	中小学 幼儿园
	47.主动落实“校社共建”，合理利用校园周边体育场地，妥善解决体育课场地不足问题。	中小学
	48.坚持办园条件底线标准，确保幼儿活动场地达标。	幼儿园
实施学校评价改革“护航”计划	49.把学生体质健康促进工作纳入每位教师考核内容。将学生体育素质综合评价情况纳入体育教师和班主任考核内容。	中小学
	50.完善体育教师绩效工资和考核评价机制。	中小学
	51.完善体育教师职称评聘标准，确保体育教师与其他学科教师享受同等待遇。	中小学
	52.加大对体育教师表彰力度，在教学成果奖等评选表彰中，保证体育教师占有一定比例。	中小学
	53.规范建立学生体育素质综合评价机制，将体育素质综合评价纳入学生综合素质评价指标。	中小学
	54.严格按照《国家学生体质健康标准》要求，做好学生体质健康监测、干预和评价，定期向师生、家长发布学生体质健康报告。	中小学

重点任务	任务清单	责任单位
营造人人重视体质健康良好氛围	55.建立健全学校“大健康”促进工作机制。	中小学 幼儿园
	56.建立学校体育卫生、近视防控经费增长机制。	中小学 幼儿园
	57.全面实施体育运动意外伤害保险普及。	中小学 幼儿园
	58.规范体育安全管理制度，建立完善的体育运动伤害处理机制。	中小学 幼儿园
	59.充分利用智媒体手段，加大对学生体质健康促进工作的宣传报道。	中小学 幼儿园
	60.引导学生、家长和社会树立科学的教育观、人才观和健康观。	中小学 幼儿园

附件 3

成华区学生体质健康促进行动“教师清单”

任务指标	任务清单	责任人
全面提升学校体育课程课堂质量	1.探索“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”教学模式，教会学生体育锻炼和健康知识，帮助学生掌握1至2项运动技能。	体育教师
	2.保证合理运动负荷，切实改变无运动量、无技能教学、无比赛的“三无”体育课现象。	体育教师
	3.在学科教学中有机融入体育、健康元素，在体育课、健康课中有机融入其它学科知识。	全体教师
	4.实施文化课“三微”行动。	文化课教师
实施学生体育锻炼“提效”计划	5.保障学生课间休息时间，鼓励学生课间到户外活动。	全体教师
	6.加强大课间研究，确保学生有效活动时间，提升大课间体育活动质量。	体育教师
	7.科学组织住校学生早操、晨跑等体育活动。	全体教师
	8.实施高效课堂，落实各项学业减负措施。	文化课教师
	9.严格控制学生在校近距离用眼时间，看书、写字、用计算机时间达20分钟，应督促提醒学生休息并进行“远眺”“闭眼”等护眼活动。	文化课教师
	10.使用电子屏幕产品开展教学时长原则上不超过教学总时长的30%。	全体教师
	11.科学设计中小学体育家庭作业并开展有效指导。	体育教师
	12.推动实施家长体育培训计划。	体育教师
	13.推动实施亲子体育活动策划，积极组织开展亲子运动会、亲子体育活动视频大赛等。	体育教师

任务指标	任务清单	责任人
实施学生体育项目“常赛”计划	14.积极鼓励学生参加各级体育赛事，科学组织，确保安全。	体育教师
	15.科学设置校级体育赛事规则，确保全体学生参与。	体育教师
	16.利用体育课堂、大课间、延时服务等时段，创新开展“课课赛”等小型比赛活动。	体育教师
实施体教融合创新“提质”计划	17.积极融入学校体育特色项目发展，充分发挥专项特长，组织学生科学训练。	体育教师
	18.充分用好相关政策，积极争取支持在学校组建高水平运动队。	体育教师
	19.开展专业训练同时，加强家校沟通，注重学生文化学习发展，培养品学兼优运动员。	体育教师
实施学生营养健康“提档”计划	20.结合“520 全国学生营养日”等契机，广泛宣传推广科学配餐、膳食营养等理念。	健康教师
	21.加强家长培训，指导家长科学合理安排家庭饮食。	健康教师
	22.上好健康课，倡导每天普及一则营养健康、近视防控、禁毒防艾、环保宣传及卫生防病等健康小常识。	全体教师
	23.认真组织开展学生国家体质健康测试、上报及分析等工作，并以此改进体育教育教学。	体育教师
	24.规范建立学生健康档案，定期对学生提供针对性的干预指导。	体育教师 健康教师
	25.根据学生体质健康实际情况，有针对性地开展科学体育锻炼。	体育教师 健康教师
实施体育健康教师“提能”计划	26.积极参加体育锻炼，为学生做好表率。	全体教师
	27.积极参加应急救护培训，不断提升自己应急救护能力。	全体教师
	28.积极参加常态化健康知识研培活动。	全体教师
实施学校评价改革“护航”计划	29.加强学习，主动适应体育评价考核方式变革。	体育教师
	30.主动适应新中考体考改革，坚持学段贯通，规范做好学生体育素质综合评价过程性工作。	体育教师

附件 4

成华区学生体质健康促进行动“学生清单”

任务清单
1.严格自律，牢固树立“自己是健康第一责任人”的意识。
2.认真上好每堂体育课，全面掌握体育锻炼方法和健康知识，主动掌握 1-2 项运动技能。
3.养成良好体锻习惯，积极参与课内外体育锻炼，争做“运动小达人”。
4.坚持德智体美劳全面发展，认真上好学校每堂课，充分用好课堂时间，提高学习效率，为课余体锻赢得时间。
5.养成良好用眼习惯，持续用眼时间达 20 分钟后，自觉开展“远眺”“闭眼”等护眼活动。
6.严格遵守学校关于手机管理的各项规定，尽量减少非学习目的使用电子产品时间。
7.积极参与各级各类体育赛事，积极动员家长参与学校亲子体育活动。
8.积极参加课余体育训练，努力实现“一人一特”“一精多特”。
9.养成良好的健康饮食习惯，充分理解学校营养餐“三减”行动（减油、减盐、减糖），尽量不购买高盐、高糖及高脂食品。
10.积极参加应急救护培训，不断提升自主应急救护能力。

附件 5

成华区学生体质健康促进行动“家长清单”

任务清单
1.坚持新时代正确的育儿观、成才观，牢固树立“父母是孩子健康成长第一守护人”的意识，督促引导孩子不断强化“自己是健康第一责任人”的意识。
2.理性关注孩子学业水平，合理规划孩子校外时间，切实改变“学校减负、家庭增负、校内减负、校外增负”现象。
3.科学指导孩子完成家庭作业，确保孩子充足睡眠时间。
4.帮助孩子养成良好的用眼习惯，严格控制孩子在家非学习目的使用电子产品时间。督促提醒孩子持续用眼时间达 20 分钟时及时进行“远眺”“闭眼”等护眼活动。
5.督促指导孩子完成体育家庭作业，确保安全。
6.积极参加学校组织的体育专题培训、亲子运动会、亲子体育活动视频大赛等。
7.鼓励孩子积极参加课余体育训练、各级各类体育赛事活动，并为孩子提供相关保障。
8.积极参加营养健康知识、科学体育锻炼、应急救护培训学习，养成良好健康习惯，提高自身健康素养。
9.充分理解学校营养健康及卫生防病相关措施并积极配合支持。
10.合理安排家庭饮食，主动践行家庭营养餐“三减”行动（减油、减盐、减糖），督促孩子不购买高盐、高糖及高脂食品。

信息公开属性：主动公开

成华区教育局办公室

2021 年 2 月 25 日印发
