**北京市朝阳外国语学校学生体质健康管理规定**

按照教育部《关于进一步加强中小学生体质健康管理的通知》要求，为贯彻落实《健康中国行动（2019—2030年）》《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》等文件精神，确保2030年《国家学生体质健康标准》达到规定要求，结合我校体育工作的现状,为进一步规范体育工作、切实提高学生体质健康水平,特制定本制度。

一、完善体育管理机制,明确个人职责

1.牢固树立和强化“健康第一” 的指导思想,坚持把增强学生体质健康作为学校教育的基本目标之一。充分保证学校体育课正常开展和学生体育活动时间及锻炼效果。

2.成立全校-校部两级学生体质健康管理机构：学校级由校长、书记牵头，主管学生工作的副校长主责；校部级由校部主管副校长牵头，校部德育主任主责，体育组具体落实。

二、强化措施,上好两操

1.保证学生每天上下午的眼保健操有序开展。

2.平时课间操要充分保障学生做操时长，适当加入其他提升体能、锻炼协调能力和灵活度的素质训练。冬春季安排好长跑活动，灵活组织个人、小组、班级的竞赛或评比。

三、开齐、上好体育课

认真执行国家规定的体育与健康课程相关标准,开齐、上好体育课,学校及个人不得以任何理由和形式强占体育课。

四、建立学生体质健康档案

按照教育部要求落实好每年的《国家学生体质健康标准》监测工作，做到每年秋季对学生进行检测,规范监测方法,严格确保监测数据真实准确,并将监测结果在规定时间上报上级有关部门。

五、开展课外体育活动,丰富学生文体生活

课外体育活动是学校体育工作的重要组成部分,是实现学校体育教育目的、任务的重要途径之一。它是培养学生身心发展的重要环节,是增强体质的有效手段,是发展竞技体育,发现和培养体育人才的必经之路。

1.举办学校-校部两级运动会。每年9月举办全校性的秋季运动会，充分展现各校部、年级和班级的风貌，以及学校体育工作成果。每学年第二学期，各校部分别举行运动会或体育节，使学生锻炼身体、愉悦精神、增进团结。

2.日常性开展篮球、足球、羽毛球、乒乓球等体育赛事。将相关专项赛事分散到两个学期、不同年级，也可以安排学生会组织开展。充分调动学生积极性，形成浓厚的观赛、参赛氛围。

3.“双减”工作背景下，在课后服务中利用好校外资源，整合好本校体育教师特长，组建花绳、冰雪项目、摔跤、腰旗橄榄球、足球、篮球等运动队或社团，结合学校体育教学，让每个学生都具备两项及以上体育运动技能。

六、寒暑假安排体育运动作业

根据体质健康状况对学生进行分层教育，充分调动个人、家庭、共同成长小组的力量，确保假期学生体质健康有人管、有措施、有效果。

七、规范学生参赛行为，确保学生身体健康、生命安全，保障学生合法权益

学生参加校外体育赛事，严格按照学校制定的相关管理制度进行审批，规范报名、审批、派出领队、组织参赛等行为。对存在较大风险，组织不规范的赛事，应劝阻学生及家长参加。

八、每学期，学校将通过实地考察和档案，对各校部体质健康教育开展工组进行检查。

北京市朝阳外国语学校

2021年8月30日