

临沂市教育局

临教函〔2020〕27号

关于做好疫情防控常态化条件下 学校体育工作的通知

各县区、开发区教育（体）局，局直属各学校：

为贯彻落实《教育部应对新冠肺炎疫情工作领导小组办公室关于在常态化疫情防控下做好学校体育工作的指导意见》（教体艺厅函〔2020〕12号）、《山东省教育厅关于做好疫情防控常态化条件下学校体育工作的通知》（鲁教体函〔2020〕7号）要求，扎实做好疫情防控常态化条件下学校体育工作，确保复学后体育与健康课程科学、规范、有序，保障师生生命安全，促进学生身心健康全面发展，特提出如下意见，请认真贯彻执行。

一、充分认识疫情防控常态化条件下做好学校体育工作的重要意义

新时代学校体育工作的重要使命和目标是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。在疫情防控常态化条

件下，积极有序开展学校体育工作，对树立健康第一理念，增强学生体质、提高免疫力、疏导心理焦虑，实现体育与健康教育深度融合，培养学生良好体育卫生习惯，保障学生生命安全，维护教育系统安全稳定具有重要意义。各县区、各学校要充分发挥体育在抗击疫情中的重要作用，在疫情防控常态化条件下切实做好学校体育工作。

二、综合研判学校体育工作面临的风险

各县区、各学校要高度重视疫情防控形势变化，精准掌握学生身体健康状况，充分考虑夏季气温升高、学生长时间居家、学生体质、体力和运动技能下降等因素，对学校开展体育工作作出综合研判，围绕课程内容设置、教学计划调整、课堂组织变化、场地器材设施使用、分时错峰活动、应急安全防范、居家体育锻炼等方面制定切实可行的工作方案，积极稳妥设计和安排好体育教育教学活动。

三、统筹推进疫情防控和体育教育教学活动

各学校要根据疫情防控需要，合理划分运动区域，科学规划进出路线；要为师生配备好参加体育活动必要的防疫物资，在课前课后及时对体育场地、器材设施进行适度消毒防护，合理安排使用运动器材，避免交叉使用。师生体育活动应安排在户外或通风较好的体育场馆进行，一般保持 1.5 米间距，或对间隔距离进行最大化安排，尽量减少接触。学生在运动过程中不需要佩戴口罩。体育课前教师应带领学生充分做好热身运动，课中要关注学

生的机体和情绪变化，合理调控运动强度和运动密度，注意学生学练动向，防止扎堆聚集运动，应教育学生在自己身体不适时主动报告情况；发现异常，及时停止运动并送医检查。根据教育部、省教育厅“暂停当前学校大型聚集性活动和运动会”有关要求，组织开展学校体育竞赛体系创新研究，在疫情防控期间，尽量避免人员聚集类、项目集中类、竞技类的学校体育竞赛。鼓励线上线下相结合，开展错时、延时和持久性的非聚集类体育竞赛活动（或网络远程学生体育“云”竞赛和“云”上运动会），培养学生健康习惯和锻炼行为能力。

四、优化体育课程内容和教学方式方法

各学校要对延期开学期间学生居家学习体育情况进行摸底和诊断，在评估的基础上确定教学起点，加强居家学习和复课后体育教学的衔接。体育课程内容要根据学生实际在教学计划中作出调整，复课初期应适当降低课程标准规定的运动强度及密度要求，不提倡组织统一距离、统一速度的集体跑步，尽量避免接触式、高强度运动的体育活动。遵循循序渐进、合理运动强度原则，及时评估学生身体状况，以中等或中上等运动强度为宜，科学制定授课内容，以发展心肺功能的有氧运动和自主单人的技术动作练习为主。有条件的学校可为班级或学生制定“一班一案”“一生一策”的教学计划。鼓励各学校结合实际，积极探索新兴体育、校本特色项目，如轮滑、体育舞蹈、滚铁环、抖空竹等运动项目，充实和完善体育教学内容，丰富授课项目，提高学习广度，为终

身体育打下良好基础。鼓励学校把学生分成不同小组，安排不同的体育项目或教学内容。调整课堂组织形式，分组分区域集合整队。对于学校运动队和体育特长生，应进行分区域、分项目错时训练与指导，避免扎堆训练，确保训练效果和安全。

五、切实落实每天锻炼一小时要求

各学校要在确保师生安全和身体健康前提下，认真执行国家课程标准，开齐、开足、开好体育课。坚持大课间体育活动制度，学校每天上午组织安排 25-30 分钟的大课间体育活动，要根据疫情防控要求，修订完善大课间、课外体育活动方案，调整大课间形式和内容，分时段、分区域、分批次开展大课间、课外体育活动，建议以慢跑练习、跳绳、健美操、自编操、球类（个人技术练习）及具有校本和地域性特点的非接触类体育项目为主。各年级可在体育教师指导下设置不同练习内容，进行定期的项目轮换，增强学生练习兴趣。恢复寄宿制学校早操制度，早操运动时间不少于 20 分钟。

六、创新形式加强学校健康教育教学

各学校要加强健康教育教学工作，坚持理论与实践课相结合，通过讲述防疫过程中的先进事迹，渗透德育教育，培养学生树立正确的世界观、人生观、价值观。通过体育赛事，培养学生的规则意识、法制意识以及人际交往的能力。做好健康教育科普工作，引导学生掌握健康教育知识，树立健康第一理念，养成健康生活方式。广大体育教师要增强健康教育的意识，加强自身学

习,创新健康教育的形式,利用多种渠道传播健康的理念与知识,促进学生养成健康习惯。学校要安排心理专家、心理教师(或班主任)定期开展心理咨询,做好心理疏导。

七、扎实做好体育特长生招生考试工作

各县区、各高中学校要扎实做好体育特长生招生工作。要结合实际,提前制定好招生工作方案和安全预案,确保学生安全有序参加考试。在确保安全的情况下,学校可为参加体育特长生考试的学生和学校运动代表队制定专门的运动训练计划,增强学生体能,提高学生运动水平。

八、家校协同营造良好体育学习环境

各学校要积极主动与学生家长沟通,布置体育家庭作业,动员家长对学生体育锻炼进行经常指导和监督,引导学生在疫情防控常态化条件下积极参加体育锻炼。家长要密切关注学生的身体和心理健康,及时向学校、教师反馈学生在家体育锻炼情况、体质健康变化情况等,通过家校互动、居家锻炼指导、居家锻炼展示及案例评选等活动,引导居家锻炼常态化,为学生积极营造家校协同共进的良好体育学习环境。

九、提升体育教师队伍综合素质

各学校要适应疫情防控常态化要求,通过视频培训、现场指导等方式,帮助体育教师熟练掌握健康教育、疫情防控、心理疏导、线上教学、网课制作、家校联动等专业知识和专项技能,着

力打造一支政治思想觉悟高、专业技能水平强、创新思维活跃的复合型体育教师队伍。

十、加强组织领导压实主体责任

各县区、各学校要始终把师生生命安全和身体健康放在第一位，强化学校疫情防控的主体责任，及时研究制定体育复学复课工作方案，积极指导、督促和检查学校的体育教学活动，确保万无一失。要把疫情防控、健康教育、安全教育和体育教育有机结合起来，制定体育运动风险管控制度和体育运动伤害事故处理预案，开展有针对性的安全教育，落实安全防护措施。强化校医配备，提高校医专业素养。组织体育教师和学生开展急救常识学习和心肺复苏等急救技能训练。购置急救药品和自动体外除颤器，充实校医院、医务室急救物资配备，增强应对体育风险能力。

临沂市教育局

2020年5月26日