

**中共北京市委办公厅 北京市人民政府办公厅
印发《关于全面加强和改进新时代学校
体育工作的行动方案》的通知**

各区委、区政府，市委各部委办，市各国家机关，各国有企业，各人民团体，各高等院校：

经市委、市政府同意，现将《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的行动方案》印发给你们，请结合实际认真贯彻落实。

中共北京市委办公厅

北京市人民政府办公厅

2020年12月30日

关于全面加强和改进 新时代学校体育工作的行动方案

为贯彻落实习近平总书记关于教育、体育的重要论述精神，切实加强和改进新时代学校体育工作，根据中共中央办公厅、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》，结合本市实际，制定如下方案。

一、总体要求

(一)指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的教育方针，坚持社会主义办学方向，以立德树人为根本，以社会主义核心价值观为引领，以服务学生全面发展、增强综合素质为目标，坚持健康第一的教育理念，推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展，将深化学校体育改革作为实施素质教育的重要手段，以强化体育课和课外锻炼为基础，进一步丰富学校体育供给、加强师资队伍建设、深化协同机制、完善评价机制、强化资源保障，扎实提升体育教育的育人水平，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，为首都经济社会发展提供强大的人才支持和智力支撑。

(二)基本原则

坚持面向未来。立足时代需求,更新教育理念,深化教学改革,使学校体育同教育事业的改革发展要求相适应,同广大学生对优质丰富体育资源的期盼相契合,同构建德智体美劳全面培养的教育体系相匹配。坚持“五育并举”,厚植“以体载德”“以体育美”“以体促劳”“以体筑智”的育人观念,扭转“重智轻体”和“唯升学率”的片面认识,引导学生养成终身锻炼的良好习惯,实现全面发展。

坚持问题导向。聚焦学生体质健康监测、“小眼镜”“小胖墩”现象反映的普遍性问题,以提升课堂教学质量、强化课外体育锻炼、扩大普及比赛活动为着力点,补齐师资、场馆、器材等短板,有效破解制约学校体育发展的瓶颈问题,促进学校体育健康发展。

坚持改革创新。着力推进学校体育育人理念、育人模式和方式方法变革,鼓励学校体育特色发展。弘扬中华体育精神,推广中华传统体育项目,形成“一校一品”“一校多品”的学校体育发展新局面。以发展校园足球、普及冰雪运动为突破口,进一步激发学校体育工作的活力。引导改革成果向学校体育基础性、常规性工作渗透,为实现学校体育工作的内涵发展和整体跃升奠定坚实基础。

坚持科学锻炼。以增强学生体质、促进身体健康为目标,遵循青少年成长成才规律和体育运动规律,坚持因材施教的理念,重视差异化教学和个体化指导,切实增强全体学生体育锻炼的科学性、针对性和实效性,避免“应试体育”教育。

坚持协同推进。加强政府统筹,强化部门协作,凝聚社会共识,联动家庭力量,深化体教融合,健全协同育人机制,建立完善家庭、学校、政府、社会共同关心支持学生全面健康成长的激励机制,为学生纵向升学和横向进入专业运动队、职业体育俱乐部打通通道。进一步优化学校体育改革发展的内外环境,有效促进学校体育育人水平的全面提升。

(三)工作目标

到2022年,配齐配强体育教师,开齐开足体育课,办学条件全面改善,学校体育工作制度机制更加健全,教学、训练、竞赛体系普遍建立,教育教学质量全面提高,育人成效显著增强,学生身体素质和综合素养明显提升。到2030年,学生体质健康水平全面达到《“健康中国2030”规划纲要》要求,保持全国领先。到2035年,多样化、现代化、高质量的学校体育体系基本形成。

二、重点任务

(一)构建具有北京特点的体育与健康课程体系。学校体育课程注重大中小幼相衔接,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游戏活动,培养体育兴趣爱好,促进运动机能协调发展。基础教育阶段将体育与健康纳入课程综合改革统筹谋划,促进“五育”学科课程融合发展、协同育人;制定北京市中小学体育与健康课程实施方案,按照重基础、多样化、强专项的要求,构建学段衔接、贯通培养的一体化体育课程内容体系。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。

高等教育阶段体育课程与创新人才培养相结合,培养具有崇高精神追求、高尚人格修养的高素质人才,将体育纳入人才培养方案,学生体质健康达标、修满体育学分方可毕业;鼓励高校和科研院所将体育课程纳入研究生教育公共课程体系。

(二)增加学生体育锻炼时间,提升锻炼实效。鼓励基础教育阶段学校每天开设1节体育课,小学每周至少5节体育课,初中每周4—5节,高中每周3—5节。增加的课时从地方课程和校本课程中统筹安排。进一步增加学生课外体育活动时间,确保学生每天在校内外各参加1小时以上体育锻炼。高等学校要将体育工作纳入学生培养目标,结合专业设置广泛开展学校体育活动和竞赛,引导学生养成终身锻炼习惯。

(三)深化体育教学训练方式改革。以培养学生运动兴趣和体育养成为导向,坚持因材施教,强化教学相长。聚焦“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。创新体育与健康课程教学方式,优化教学组织模式,提升课堂教学质量,促进学生兴趣培养、主动参与、自主锻炼。规范体育课教学,科学设计和安排运动负荷。将教师评价导向从教了多少转向教会了多少、从完成课时数量转向教育教学质量。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。

(四)健全体育竞赛和人才培养体系。建立校内竞赛、校际联赛、选拔性竞赛为一体的大中小学体育竞赛体系,构建市、区、校三级体育竞赛制度和选拔性竞赛体系。进一步完善分学段、分等级、跨区域的校园体育竞赛机制,促进各类体育竞赛活动全员化、常态化、品牌化发展。市级每年举办综合性、高水平、专业化的体育竞赛活动,发挥示范引领作用。各区要积极开展丰富多彩的青少年体育竞赛活动,定期举办学生运动会和体育节。鼓励中小学以班级、年级为单位开展校内体育周赛、月赛、季赛,每年至少举办一次全员参与的综合性运动会。强化安全教育,加强体育活动安全管理。深化体教融合,整合体教优质资源,在青少年赛事活动体系、注册管理、组织实施、场地共享、课余训练、后备人才培养、教练员裁判员培训等方面探索一体化组织管理机制。加强中小学体育传统特色学校建设,支持高校建立高水平运动队。鼓励中小学校与高校高水平运动队、专业运动队、体育职业俱乐部、社团组织等合作开展课余训练。发挥高水平竞技体育的示范引领作用,推动学校竞技体育与群众体育协同发展,形成体教深度融合、高水平发展的长效机制。

(五)加强体育教师队伍建设。配齐配强中小学体育教师。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。把师德师风作为第一标准,全面提升体育教师的综合素养和执教能力。大力加强高校体育教育专业建设,支持体育类一流专业建设,提高体育人才培养质量。加强新任体育教师培训,强化基

本功技能考核,充分发挥市、区体育骨干教师、学科带头人、特级教师的引领作用。在大中小学校设立专(兼)职教练员岗位,研究制定北京市兼职体育教师管理细则,支持优秀教练员、退役运动员以及其他体育专业人员,经过培训和考核进入中小学任教。有条件的区或学校可通过购买服务方式,与相关专业机构等社会力量合作,向中小学提供体育教育教学服务。实施体育教育专业大学生支教计划。鼓励小学低年级教师经过专门培训兼上体育课。将体育教师课余指导学生勤练和常赛,以及承担学校安排的课间操、体育活动课、课后训练、课外活动、课后服务、指导参赛和走教任务等计入工作量,在绩效工资分配方案中给予充分考虑。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。坚持教学为本、科研先行,提升体育教师科研能力。加大对体育教师表彰力度,在教学成果奖等评选表彰中,体育教师要占有一定比例。落实高校高职体育专业和高校高水平运动队专业教师、教练员配备最低标准,不达标的高校原则上不得开办相关专业。

(六)推进学校体育重点项目改革。认真总结、系统梳理、及时推广各区各学校体育改革的成功经验和有益做法,进一步激发学校体育工作的活力和动能。深入推进青少年校园足球的普及发展,大力提升校园足球特色学校的建设质量。全面落实《北京2022年冬奥会和冬残奥会中小学生学习奥林匹克教育计划》,广泛开展冰雪进校园活动。弘扬和传承中华传统体育文化,积极推广武

术、摔跤、棋类、射艺、毽球、五禽操、舞龙舞狮、抖空竹等中华传统体育项目,因地制宜组织开展教学、训练、竞赛活动,形成中华传统体育项目竞赛体系。构建校园体育文化发展与传播体系,涵养阳光健康、拼搏向上的思想文化,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、刚健有为、自强不息。引导高校和社会资源支持中小学体育改革重点向农村和远郊区倾斜,研究优质资源支持农村和远郊区学校体育发展的政策措施。

(七)推进学校体育评价改革。建立日常参与、体质监测、运动过程中的健康监测和专项运动技能测试相结合的考查机制,将达到国家学生体质健康标准要求作为教育教学考核、示范学校评选的重要内容。完善学生体质健康档案,中小学校要客观记录学生日常体育参与情况和体质健康监测结果,定期向家长反馈。积极推进体育考试改革,科学设置体育与健康学业水平考试(核)内容、方式和计分办法,发挥体育考试的导向作用,合理确定并逐步提高分值,适时推出体育考试改革方案。推动高校在招生测试中增设体育项目,高校要根据人才培养目标和专业学习需要,将学生综合素质评价结果作为招生录取的重要参考。

(八)推进学校、家庭与社会体育融合发展。统筹整合社会资源,完善学校和公共体育场馆开放互促共进机制,推进学校体育场馆向社会开放、公共体育场馆向学生免费或半价开放,提高体育场馆开放程度和利用效率。鼓励学校和社会体育场馆合作开设体育

课程。城市和社区建设规划要统筹学生体育锻炼需要,新建项目优先建在学校及其周边。综合利用公共体育设施,更好地为中小学生课后“三点半”和校外体育锻炼服务。通过入户指导、开展亲子活动、开设家长课堂等方式,进一步加强中小学生体育锻炼的家庭指导。引导家长利用周末和节假日等休息时间,陪伴学生参与体育锻炼。将组织开展青少年体育活动纳入基层政府公共服务职能,加强街道(乡镇)、社区(村)青少年体育服务体系和能力建设,利用节假日和业余时间积极开展青少年社区体育活动,形成学校、家庭和社会体育良性互动的机制。健全家庭、学校、政府、社会共同参与的学校体育运动伤害风险防范和处理机制。

三、保障措施

(一)加强组织领导和经费保障。各级党委和政府要把学校体育工作纳入重要议事日程,加强总体谋划和顶层设计。党政主要负责同志要关心重视学校体育工作,并纳入相关领导干部培训计划。健全政府主导、部门协作、社会参与的学校体育发展机制。强化区级主体责任,将学校体育工作纳入各区经济社会发展总体规划和目标责任考核体系。各区、各相关部门要研究制定强化学校体育工作的具体措施,制定体育教师配备和场地器材建设三年行动计划。完善学校体育卫生工作联席会议制度,抓好统筹协调,推动各项工作落实见效。各级政府要调整优化教育支出结构,完善投入机制,统筹安排财政转移支付资金和本级财力支持学校体育工作。鼓励和引导社会资金支持学校体育发展,吸引社会捐赠,多

渠道增加投入。

(二)优化资源配置。按照有关标准,配齐用好满足体育教学和实践需求的场馆设施。把农村学校体育设施建设纳入义务教育均衡发展规划。加快推进学校室内体育场馆建设。各区要将学校体育场地建设用地纳入国土空间规划和土地供应计划予以优先保障。鼓励和支持城区学校利用地下、楼顶等空间建设体育场地,郊区学校在改造和建设规划时要留足学生锻炼空间。支持有条件的学校建设游泳馆和室内冰场。鼓励学校探索与周边学校、社区等共享共用公共体育场馆,支持有条件的公园、社区规划建设青少年体育场地设施,为学生锻炼创造条件。各区要制定具体方案,列出清单并向社会公开,“一校一策”协调解决体育场地设施不足的实际困难。加强高校体育场馆建设,鼓励有条件的高校与属地政府共建共享。各区各学校要配好体育教学所需器材设备,完善体育器材补充机制。

(三)健全教育督导评价体系。将政策措施落实情况、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,逐步将体育考核纳入人才培养和选拔的评价指标体系。落实学校体育工作综合考核评价制度,并作为各区政府和学校绩效考核的重要指标。加大督导检查力度,对学生体质健康水平持续下降的区和学校负责人,依规依法予以问责。把体育工作及其效果作为高校办学评价的重要指标,纳入高校本科教学工作评估指标体系和“双一流”建设成效评价。

(四)营造社会氛围。加强学校体育工作宣传力度,加大典型经验和先进事迹的成果展示,定期举办学校体育教育教学成果展示活动,扩大宣传覆盖面和影响力,推出一批体育工作突出的学校和德智体美劳全面发展的学生。积极引导各区各学校和全社会统一思想认识,树立科学的素质教育观、健康观和人才观,努力营造全社会理解、支持、重视和参与学校体育的良好氛围。

附件:北京市加强中小学体育增强学生体质健康二十条措施

附件

北京市加强中小学体育 增强学生体质健康二十条措施

为深入贯彻习近平总书记关于“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”的重要指示精神，贯彻落实党中央、国务院有关部署，认真践行“健康第一”的教育理念，切实加强中小学体育工作，着力提升学生体质健康水平，结合本市实际，制定以下措施。

1. 构建科学合理的学校体育教育体系。坚持重基础、多样化、强专项，各区各学校分别制定体育与健康课程实施细则和管理办法，按照教学规律，合理构建体育课程体系，从小培养学生终身体育爱好。鼓励各学校不局限于体育竞赛项目，因地制宜积极发展特色体育教育，使学生普遍参与体育运动。充分利用体育课、课余时间及其他形式，保障学生每天1小时以上体育活动时间，并合理确定体育活动强度。

2. 增加体育课时，保证课外锻炼时间。开足开齐体育课，鼓励基础教育阶段学校每天开设1节体育课，小学每周至少5节体育课，初中每周4—5节，高中每周3—5节，不得以任何形式挤占体育课。学校每天要安排至少25分钟的大课间体育活动。没有体育课的当天要安排不少于45分钟的课外锻炼。学校“三点半”课

后服务要更多地用于学生自主开展体育活动,确保学生每天在校内外各参加1小时以上体育锻炼。

3. 培养学生每天坚持体育锻炼的习惯。学校要利用晨跑、大课间、课外体育活动等,帮助学生加强体育锻炼,养成良好习惯。鼓励学生每天通过跑步、跳绳、球类等简便易行的运动项目,开展丰富多彩的体育活动,确保每天在校内中等及以上强度体育锻炼达到1小时以上,保证每周至少3小时高强度体育锻炼,进行肌肉力量和强健骨骼等练习。

4. 切实提高体育课教学质量。优化教学方式,加强教学管理,重视差异化教学和个性化指导。各区要完善体育课堂教学管理规程。学校要注重培养学生运动兴趣,统筹教学计划,规范教学环节,提高教学效果,杜绝说教课和碎片化教学,保证体育课合理的运动负荷和练习密度。深化小班化教学、走班制、大单元、长短课和“一校一品”等改革成果,每年开展聚焦课堂教学质量的主题活动,培育和遴选优秀教学成果并积极推广。改革学生体育成绩考核评价,适时调整初、高中体育学业水平考试方案。

5. 鼓励学校体育创新发展,形成特色。各区各学校要结合区域优势和自身条件,因地制宜,创建面向全体学生的体育特色。大力发展校园足球、冰雪运动,广泛开展奥林匹克教育,注重武术、舞龙舞狮、抖空竹、棋类等中华传统体育项目和体育文化的传承与发展。推动社会体育场馆和学校合作开设体育课程。建设一批市级体育传统特色学校和示范学校。

6. 多渠道加强体育师资建设。各区要制定实施计划,配齐配强中小学体育教师。加强高校体育教育专业建设,提高人才培养质量和数量,满足学校体育发展的需求。学校要提高全体教师的体育素养,引导全体教职员工积极参加体育锻炼、为学生做好表率,鼓励非体育类学科教师和班主任经培训后从事体育教学和组织体育活动。各区要建立兼职体育教师专项保障机制,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。聘请国际优秀体育教练来京为体育老师开展培训,也可充实到体育教师队伍。鼓励和支持各区各学校建立体育名师工作室。

7. 合理确定体育教师工作量。各区各学校要根据实际情况,坚持同工同酬,合理确定体育教师的周课时量和工作量,关心关爱体育教师的专业发展和个人成长。要将组织学生开展课外体育锻炼、体质健康测试、课余训练、竞赛活动等,科学计入体育教师工作量。

8. 加快解决部分学校体育场地不足的问题。各区要加强统筹,针对场地不达标的学校,“一校一策”制定具体方案,切实解决学校运动场地配备不足的问题。出台支持政策,鼓励社会体育场馆免费或半价向学校和学生开放,各区要列出开放清单和目录并公开,就近就便满足中小学校开展体育活动的需求。

9. 广泛开展校园体育赛事活动。学校要广泛开展班级、年级体育比赛,每学期至少举办一次全员参与的综合性运动会或体育节,各区每年至少举办一次学生运动会或体育节,市级每年举办中小學生体育竞赛活动。进一步完善小学、初中、高中分学段的校园体育

竞赛体系,健全市、区、校三级校园体育联赛机制,打造校园体育精品赛事,促进各类青少年体育竞赛活动全员化、常态化、品牌化。

10. 创新体教融合的体育后备人才培养机制。坚持普及促提高、提高带普及,普及、提高两手抓的发展方向,全力推进教育与体育部门在学生课余训练、赛事体系、注册管理、活动组织、人才选拔、等级认定、资源共享以及教练员与裁判员培训等方面的一体化建设,建立完善各级优秀体育后备人才奖励评估机制。鼓励各区、各中小学校与高等学校高水平运动队、专业运动队、体育职业俱乐部等深度合作,探索建立大、中、小学校“一条龙”的体育后备人才培养模式,逐步构建北京市青少年体育后备人才培养的长效机制。

11. 强化学生体质健康监测及结果应用。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、评估、干预和评价,建立健全学生全周期体质健康档案,为科学加强学生体育锻炼提供依据。每年3月底前,市教委将上一年度学生体质健康测试结果向各区通报并向社会公示,并作为各区政府及校长、体育教师考核评价的重要指标和学生综合素质评价的基本依据。

12. 配齐用好中小学卫生保健机构。按照国家和本市有关要求,加强中小学卫生保健机构建设,充分发挥卫生保健机构作用,做到区有保健所、校有保健室,严格按照学生人数600:1的标准配备校医,不断改善学校卫生条件。

13. 积极拓展学校体育人文交流。在教育教学、教师培训、学生比赛、学术研究、规划管理等方面,与体育发达国家和地区开展

深入交流与合作。实施学校体育海外引智计划,每年选聘一批优秀体育教师到中小学开展培训。选派一批优秀体育教师到体育发达国家和地区进修访学。

14. 建设学生健康成长促进信息平台。充分发挥大数据、人工智能等现代科技手段的作用,建设并应用好学生健康成长促进信息平台。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。提高公共服务水平,重视对家长的培训和引导,帮助家长更好地提高健康意识,掌握提升学生健康水平的方法和手段,深化家校合作、共助学生健康成长。

15. 鼓励社会力量参与学校体育发展。在政府补贴、捐资激励、税费减免等方面,完善政策制度,优化营商环境,进一步激发社会力量参与学校体育发展的活力。强化规范管理,制定准入目录,加强考核评估,公布负面清单,为社会力量参与学校体育社团和高水平运动队建设、组织体育赛事等提供保障。

16. 鼓励家长引导孩子体育锻炼。父母是孩子健康成长的第一守护人。鼓励家长引导孩子进行体育锻炼,促进孩子养成良好的体育锻炼习惯、饮食卫生习惯和文明健康行为习惯。放学后、寒暑假及节假日,引导督促孩子每天完成至少1小时校外体育活动,促进养成终身锻炼的习惯。鼓励小学低年级学生家长陪同孩子一起参加体育锻炼。

17. 努力形成师、生和家庭、学校、社会共同推进学校体育的良性机制。不断强化学生是自己健康第一责任人的意识,充分发挥

学校的主导作用,努力调动社会各界的积极性,共同为学生开展体育锻炼创造条件。家庭、学校和社区要加强沟通与合作,在全社会进一步倡导“健康第一”的理念,树立正确的教育观、成才观。中小学校在课余时间和节假日要向中小學生免费开放体育设施。

18. 加大校园体育运动风险防控力度。各区各学校要认真落实《北京市中小学幼儿园学生伤害事故处理办法》,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。

19. 重视发挥学校体育督导评估的作用。将学校体育工作作为政府履行教育职责的重要内容,采取专项督导与经常性督导相结合的形式,切实加强对政府和学校的督导评估,督导结果向社会公开。对政策落实不到位、学生体质健康达标率和素质测评合格率持续下降的区政府、教育行政部门和学校负责人,依规依法予以问责。

20. 加强组织领导,形成工作合力。各区政府要切实履职尽责,做好学校体育改革的政策、经费和条件保障。教育部门要牵头做好总体协调;宣传部门要加大对加强学校体育、增强学生体质健康的宣传教育;体育部门要积极组织开展训练辅导、竞赛活动;卫生健康部门要指导学校建立和完善公共卫生服务体系;财政部门要加大投入,建立健全学校体育工作的经费保障机制;人力资源社会保障和编制部门要协助教育部门配齐配强体育卫生师资;发展改革、规划自然资源等部门要统筹规划学校体育场地建设;民政部

门要指导社区积极组织中小学生开展社区体育活动；妇联、共青团、少先队等组织要发挥在群众工作中的作用，通过入户指导、开设家长课堂等方式，动员和组织学生及其家庭成员开展健康有益的体育活动，为家长和孩子提供体育锻炼指导服务。