

江苏宣传工作动态

社科基金成果专刊

第 15 期

中共江苏省委宣传部

2020 年 6 月 9 日

关于疫情防控期间科学开展体育课 及体育锻炼的对策建议

摘要：落实常态化疫情防控举措事关复学复课安全。在深化体教融合促进青少年健康发展背景下，要树立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，加强学校体育工作。当前江苏省部分地区中小学已陆续开学，体育课也进入正常轨道，针对疫情对我省学校体育的影响，超前研判可能出现的学生体育锻炼盲区、室内外锻炼方式和标准是否合理等问题，提出了进一步加快线下体育课持续向好发展，促进学生身心健康、体魄强健的应对之策。

以“科学锻炼、区别对待、精准施策”为导向，改革创新体育教学模式，全面提升体育教学质量，夯实学生体育素养，切实发挥体育在培育和践行社会主义核心价值观、推动德智体美劳“五育并举”的战略进程中的时代价值。苏州大学王家宏承担的国家社科基金项目“中国体育深化改革重大问题的法律研究”，结合调研，提出了优化我省疫情防控期间科学开展体育课及体育锻炼的政策建议。

一、树立健康第一理念，开齐开足体育课

1. 实行“低起点”教学。认真落实我省对体育课程的规定，不得以任何理由削减、挤占体育课时间。各地各校要精准分析学情，科学评估学生体能状况和运动能力，有针对性地以“低起点”制订教学计划。

2. 体育教学组织形式。划分固定区域并固定上课路线，错开体育课时间。设置多元化教学形式，保证锻炼安全性。体育课中学生不面对面站立，建议前后、左右间隔距离不低于1.5米，或对学生之间的间隔距离进行最大化安排。在相互间保持安全间隔距离的基础上，可以不戴口罩。严禁佩戴N95口罩进行体育运动。

3. 体育教学内容。开展多种形式的强身健体活动，提高教学质量，形成学校的体育特色。避免进行身体直接对抗性和接触性的体育活动，以发展心肺功能的有氧运动和单人自主完成的练习动作为主，要创新体育活动内容、方式和载体，增强体育活动的趣味性和吸引力。

4. 运动强度及密度。运动强度及密度要符合课程标准的要求，复课初期可以适当降低，建议小学、初中及高中生平均心率

应分别不低于 110 次/分、115 次/分、120 次/分，各学段练习密度要达到 30%以上。根据学生情况逐渐调整，注重实际效果。

二、实施“体育+”行动，丰富课外体育锻炼形式

1. 体育与生命教育融合。充分挖掘《体育与健康》教材的内涵，筛选适合进行生命教育的内容，以课外体育锻炼为载体，对学生进行认识生命、珍惜生命、敬畏生命、欣赏生命、提高生存技能和生命质量的教育活动。

2. 体育与健康教育融合。把疫情防控的健康教育融入体育课堂内外。强化健康理念和知识的学习与掌握、健康技能的学习与应用。课外体育锻炼形式和体育作业的选择以有利于疫情的防控，有利于学生增强学生体能为目的。

3. 体育与劳动教育融合。中小学校可根据本校实际情况，探索课外校外劳动与课外体育锻炼结合的方式，通过科学的体育教学和锻炼过程，全面发展学生的身体素质，提高心理健康水平，并有机地渗透劳育内容。

4. 体育与安全教育融合。夏季体育锻炼要依自己的身体状态量力而行，并做好“三防”措施，即防晒伤、防中暑、防脱水。提高师生体育健身锻炼中的自身安全意识，加强学生自我保护意识和安全防范能力方面的引导。将运动过度危害、运动不当危害、科学锻炼误区、户外运动风险等涉及安全问题的教育内容融入到体育课堂。

三、增强基础能力，完善学校体育的保障机制

1. 加强体育教师队伍建设。加强疫情防控知识的岗位培训，各地要利用现有政策和渠道，按标准配齐体育教师和体育教研人

员，可以采取“先上岗、再考证”的过渡举措。加强复学后优秀教学案例的观摩学习和校际交流。

2. 推进体育设施建设。各地要按照《国家学校体育卫生条件试行基本标准》《中小学校体育设施技术规程》及相关学校建设标准和技术规范要求，加大对学校体育设施建设的支持力度。开发和改造可利用的场地设施为体育课和课外体育锻炼开展提供环境支持。

3. 完善经费投入机制。各级人民政府在安排财政转移支付资金和本级财力时要对学校体育给予倾斜。鼓励和引导社会资金支持发展学校体育，多渠道增加学校体育经费投入。

四、加强考核评估，促进学校体育健康发展

1. 加强体育教学质量监测。建立中小学体育课程实施情况监测制度，定期开展体育课程国家基础教育质量监测。加快建立符合素质教育要求的过程性与结业性相结合的考试评价制度，引领青少年体质向好发展。

2. 调整考试评价办法。构建课内外相结合、各学段相衔接的学校体育考核评价体系。现阶段调整以《国家学生体质健康标准》为依据的考核，突出过程性考核，从学生出勤、课堂表现、健康知识、运动技能、体质健康、课外锻炼、参与活动情况等方面进行全方位的考核评价。

3. 落实教育督导制度。各级政府和教育部门要加强对学校体育的督导检查，强化对学生体质健康状况、体育课风险防控、疫情防控成效进行全面督导检查，检查结果作为对学校进行考核和问责的重要依据。

五、强化大局意识，健全学校体育风险防范体系

1. 落实卫生防疫的安全规范。在卫生部门指导下开展学校卫生工作，发挥卫生室功能作用。体育教师要熟悉疫情防控 and 教学全过程安全的应急处置预案。器材使用前后要清洁消毒，器材尽量不交换使用，开展好体育活动的同时确保防疫安全，督促学生按照疫情防控要求做好洗手消毒工作。

2. 健全风险管理机制。按照《学校体育工作条例》《学校卫生工作条例》《学生伤害事故处理办法》《中小学新型冠状病毒肺炎防控指南》要求，完善学校安全条例。各地各有关部门要加强对学校体育安全的指导和监督，建立健全政府主导、社会参与的学校体育风险管理机制，形成包括安全教育培训、活动过程管理、保险赔付的学校体育风险管理制度，依法妥善处理学校体育意外伤害事故，保障学校体育工作健康有序开展。（省社科规划办公室供稿）

本期送：省委、省政府、省人大、省政协领导同志

中宣部、全国社科规划办公室、省委办公厅、省政府办公厅、省社科规划领导小组成员，省有关厅局及高校、各市委市政府领导同志
各市委常委宣传部长、省直宣传文化系统各单位负责同志
本部各部领导、各处室

中共江苏省委宣传部研究室编

共印 360 份

苏简字 1003 号