

# 学生体质健康检测方案(精选5篇)

无论是在个人生活中还是在组织管理中，方案都是一种重要的工具和方法，可以帮助我们更好地应对各种挑战和问题，实现个人和组织的发展目标。方案的格式和要求是什么样的呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

## 学生体质健康检测方案篇一

### 检测报告

本校共有学生196人，其中男生102人，女生94人。我校联系镇医院对学生进行了健康体检，对数据进行了分析统计，根据体检情况对学生的健康情况向家长汇报，结合体检数据对学生的体育课进行针对性的调整。

镇医院进行了健康体检后，我校对学生的体质健康数据进行了测试。项目包括跳绳、坐位体前屈、立定跳远和50米、400米跑，对一至六年级分别进行了测试，数据真实可靠。测试的数据显示所有被测试者中，总体上看学生大多处在良好和及格档上，从样本数的综合评定等级人数比例来看，我校196名被测学生中，优秀率为46.98%，良好率为82.55%，及格率为95.97%，不及格率为4.03%。并根据小学生的生理、心理的特点，从体育保健课、课外活动和体育课程的延伸等方面提出了相应的对策，旨在通过这几方面的努力，切实提高我校学生的体质健康水平，促进学生的健康成长。

体质包括体格、体能和适应能力三方面，而当前我校学生的体质测试的结果看，学生的生理、心理健康状况令人担忧。通过分析，主要原因有以下几个方面：

- 1、劳动减少，体能下降

造成我校学生体能下降的原因中，现代生活方式对人们的影响占了不容忽视的地位，过去爬楼梯，现在坐电梯；过去骑自行车，现在坐汽车；人类的劳动活动大大减少，造成体能下降。再则，生在“饭来张口，衣来伸手”的“小皇帝”时代的相当一部分小学生，仗着祖父辈及父母的宠爱，连家务的边都摸不到，缺乏了最基本的活动内容，久而久之，形成了一种惰性心理，而且长期的溺爱造成了不少学生娇气的性格，一遇到运动量比较大的活动或者不好的天气（炎热或寒冷），潜意识使其产生了惧怕及抵制心理。学生在家里娇生惯养，一切行动依他为主，不乐意进行体育运动，如跑步等无趣味的活动，如上种种，使之学生体质下降。

## 2、营养过剩，胖墩增加

据测试的数据显示，我校学生肥胖率以达10%，肥胖成为威胁青少年健康的主要问题之一。校里有那么多的“小胖墩”，究其原因，主要是物质生活有了很大的转变，加上遗传及营养过剩等综合性的因素，使学生中肥胖者的数量日趋渐增。因为自身机能的限制，使这些小胖墩在运动中比常人承受了更大的负荷量，稍微活动一下就气喘吁吁，满头大汗，使胖墩们对运动产生了畏惧心理，减少了活动量，也导致了身体素质下降。

## 3、小学生对体育的重视程度不够，出现“重主轻体”的现象

学生对体育课的偏爱往往是出于个人兴趣，相当一部分同学对体育还缺乏足够的认识，认为体育课是单纯的游戏课，为了活动而活动，不像语数等主课那样，测验获得好成绩就欢呼雀跃，而对体育课成绩高分及满分的追求欲不是很高，进取心不强，学生家长也看重学习成绩，而对体育成绩普遍不重视，导致了重视主课，轻视体育的现象。

针对我校学生身体健康存在的问题，我想教育教学中可以从这么几个方面着手予以改进，以提高学生的身体素质。



质教育对我们每一个教育工作者来说将是任重道远的。期待社会、学校、家庭共同来关注孩子的身体健康，促进我们下一代的茁壮成长。

\*\*\*\*\*学校

2013.12.20

## 学生体质健康检测方案篇二

为了全面贯彻《学生体质健康标准》试行方案，牢固树立“健康第一，素质第一”的思想，使学生和广大的学生以及家长能够及时了解学生的健康水平，督促学生积极参加体育锻炼，上好体育课，养成良好的锻炼习惯，进而全面增进学生的体质健康水平。把学生培养成德、智、体美全面发展的高素质的人才。

组长□x

副组长□x

成员：教导处、体育组、各班班主任

测试操作人□x

材料保管负责人□x

软件管理负责人□x

1、首先按照教学大纲和课程标准的要求，制定出切实可行的计划。计划的内容根据学生的生理、心理特点，针对学生体质健康存在的问题，重视选择具有一定运动负荷，能有效提高学生身体素质的体育项目，以改善学生的心肺功能，全面提高学生的身体素质，培养学生吃苦耐劳，坚忍不拔的意志

品质。

2、其次，向班主任和学生推行“学生体质健康标准”。介绍体质测试的内容、方法。介绍关于此方面素质的辅助练习内容。致家长一封信，告诉家长积极配合学校督促学生积极进行自我锻炼，合理安排学生的作息时间，并让学生了解自己的体质健康状况，针对存在的问题进行科学的锻炼，以达到增强体质健康水平的目标。

3、体育教师在课堂教学中，采取多种形式激发学生的运动兴趣，养成自觉积极进行体育锻炼的习惯，积极推进学生课外体育活动和大课间活动的开展，在抓好体育课堂教学的同时，落实学生每天一小时的活动，大力推选大课间体育活动，充分调动学生锻炼身体的积极性。

4、最后，通过学生的自我锻炼，教师的有效指导，学校的高度重视，安排学生集中进行分组测试，并进行成绩的统计和上报。

1、九月初向学生介绍体质测试的内容、标准以及测试的方法。布置增强体质辅助练习手段，让学生利用课外时间进行自我锻炼。

2、从九月上旬开始，利用体育课上的素质练习时间，加强此方面内容的练习，为学生进行体质测试奠定基础。

3、九月二十一日对学生进行测试。

4、十月十八至二十日对学生的体质测试数据进行统计、分析、并上报测试数据。

## **学生体质健康检测方案篇三**

### **一、全校学生体质监测总体情况**

本年度，全校共上报“国家学生体质健康标准数据管理系统”学生共 339人，其中男生160人，女生179 人，上报率为100%。总体达标率为98%，其中优秀分数段人数占43%，及格分数段人数占55 %，不及格分数段人数占2 %。

二、我校增强学生体质健康水平采取措施：

（一）开足开齐体育课，保证体育教学质量。

1、开足上好体育课。认真执行国家课程标准，保质保量上好体育课，1-2年级每周4课时，小学3-6年级每周3课时，各任课教师不得以任何理由削减或挤占体育课，确保体育课的正常开课。体育教师认真制定科学的教学计划，认真备课，完善教案，高质量地上好每节体育课。

2、开展丰富的大课间活动。每天上午统一安排30分钟大课间体育活动。认真组织学生做好眼保健操、广播体操，结合各班实际，开展一些符合学生身心发展特点的舞蹈。新生入学时强化广播体操的教学和评比，组织好广播体操比赛，使全体学生都能做好广播体操。组织好课间体育活动，充分利用1 校园体育器材设施，开展趣味体育活动、游戏、跳大绳等，激发学生兴趣，确保人人参与。

3、周密组织体育活动课。由教导处安排在下午第二节课后，组织学生进行一节课集体体育活动。积极探索适应学生特点的活动方式和内容开展体育创新项目和特色项目活动。在冬春两季安排学生进行运动量适度的集体跑步活动。体育活动课在班主任、体育教师和任课教师的组织、参与下，以班为单位集体进行。

（二）以体育活动为引领，全面实现学生体质达标。

1、因地制宜开展体育活动。根据场地器材条件、传统特色和气候特点，因地制宜开展学生每天一小时校园体育活动。以

阳光体育活动为载体，鼓励学生走向操场，走进大自然，走到阳光下，参加丰富多彩的“达标争先”活动，形成青少年学生体育锻炼的热潮。挖掘学校体育资源潜力，充分调动一切积极因素，丰富活动形式与内容，满足不同特长、不同兴趣、不同层次学生的需求，保证学生有丰富的锻炼项目、足够的锻炼时间和良好的锻炼效果。

2、全面实施《国家学生体质健康标准》。制定《国家学生体质健康标准》达标方案，完善《国家学生体质健康标准》测试、报告和定期公告制度。学 2 生体质健康状况、参与体育活动表现以及体育考试成绩纳入学生综合素质评价体系，记入学生档案，作为评价学生全面发展的重要指标。

### （三）明确责任，提供保障

1、明确工作责任。学校成立以校长为组长的活动领导小组，切实加强对该项工作的领导、组织、协调、监督和检查。明确责任人，建立健全工作责任制。校长及学校中层干部带头参加活动；班主任组织好学生大课间活动和体育活动课，带领并督促学生积极参加体育活动；体育教师要在上好体育课的同时，对课间、体育活动课及各种体育竞赛形式和内容进行科学设计和专业指导，并结合学校实际积极开发特色体育锻炼项目；其他学科教师要坚持做到不挤占体育课和体育活动时间，要在学校统一安排下积极支持和参与这项工作。

2、加强学校体育场地建设。加大对落实保证中小學生每天一小时校园体育活动的投入，每年安排一定比例的经费用于建设体育活动场地和购买体育器材，努力使学校运动场地建设和体育器材配置达到标准。管理好体育器材室，加强对器材进行规范管理。积极发动广大师生因地制宜，自制坚固耐用、安全可靠的活动器材，创造条件保证中小學生每天一小时校园体育活动。

3、加强体育安全管理。组织与实施中小學生每天一小时校园

体育活动，要遵循教育规律，结合中小學生身心发展特点设置运动项目，开展相关活动。建立完善体育安全管理制度，制定安全预案，落实安全责任，加强安全教育和过程管理，避免学生意外伤害事故发生，确保学生安全。

#### （四）加强评价考核 完善评价监督

1、建立表彰奖励和问责制度。学校将组织开展中小學生每天一小时校园体育活动情况作为教师年度考核重要指标，并与评先评优直接挂钩。每学年组织阳光体育活动先进班级、先进个人评选活动。凡没有认真执行国家、省市区和学校规定的，在各种评先评优活动中实行“一票否决”。

2、自觉接受社会监督。向社会公布学生每天一小时校园体育活动实施方案、活动情况、基本要求和监督电话，自觉接受社会、媒体和家长的监督。对群众反映的问题要认真对待，及时核查、反馈，对存在的问题要及时整改。将实施方案张贴到各班教室和学校室外宣传栏。

3、营造良好的舆论环境。坚持正确的舆论导向，倡导健康第一的理念。通过召开教师会、学生会，通过校园网、黑板报、手抄报、宣传栏、张贴标语等形式，宣传上级文件精神，让广大师生人人明白，深入人心，动员广大师生积极参与到活动中来。

二〇一五年十月二十七日

## 学生体质健康检测方案篇四

第一百二十九期

理县杂谷脑小学二〇一三年九月二十四日

学生体质健康检测工作简报

为贯彻落实《中共中央国务院关于进一步加强青少年体育增强青少年体质的意见》精神，大力推动学校体育工作，根据省市要求，2013年9月，杂谷脑小学严格按照《国家学生体质健康标准》对学生进行了体质健康测试。

## 一、高度重视，宣传到位

县教育局高度重视学生体质健康测试工作，下发了《理县教育局关于做好2013年国家学生体质健康标准测试数据上报工作的通知》，要求各中小学高度重视，充分认识抓好学生体质健康测试工作的重要意义，广泛宣传，让广大师生积极参与、配合体质健康测试工作。我校按照要求，迅速成立了学生体质健康测试工作领导小组，并明确了分工和职责。

2013年9月24日，我校小学学生体质健康测试数据全部上传至国家学生体质健康网，测试工作圆满完成。全校共有342名学生参加测试。

体质健康测试工作的开展，让每位学生清楚地了解了自身体质与健康状况，有助于他们有的放矢地设定锻炼目标，有针对性地进行体育锻炼。各校对学生体质健康测试数据进行了全面分析，并制定出了适合本校学生体质健康发展的具体要求和重点指标，为全面提高学生体质，深入推进素质教育打下了坚实基础。

报：县教育局办公室学校存档

## 学生体质健康检测方案篇五

### 一、全校学生体质监测总体情况

2013年，全校共上报“国家学生体质健康标准数据管理系统”学生共104人，其中男生56人，女生58人，上报率为100%。总体达标率（及格率）为93%，其中优秀分数段人

数占 31 %，及格分数段人数占 62 %，不及格分数段人数占 7 %。

## 二、我校增强学生体质健康水平采取措施：

### （一）开足开齐体育课，保证体育教学质量。

1、开足上好体育课。认真执行国家课程标准，保质保量上好体育课，1-2年级每周4课时，小学3-5年级每周3课时，各任课教师不得以任何理由削减或挤占体育课，确保体育课的正常开课。体育教师要制定科学的教学计划，认真备课，完善教案，高质量地上好每节体育课。

2、开展丰富的大课间活动。每天上午统一安排30分钟大课间体育活动。认真组织学生做好眼保健操、广播体操，结合各班实际，开展一些符合学生身心发展特点的健身操或舞蹈等。新生入学时要强化广播体操的教学和评比，组织好广播体操比赛，使全体学生都能做好广播体操。组织好课间体育活动，充分利用校园体育器材设施，开展趣味体育活动、游戏、跳大绳等，激发学生兴趣，确保人人参与。

3、周密组织体育活动课。没有体育课的当天，由教导处安排在下午第二节课后，组织学生进行一小时集体体育活动。积极探索适应学生特点的活动方式和内容开展体育创新项目和特色项目活动。与“亿万学生阳光体育冬季长跑活动”相结合，在冬春两季安排学生进行运动量适度的集体跑步活动。体育活动课要在班主任、体育教师和任课教师的组织、参与下，以班为单位集体进行。

### （二）以体育活动为引领，全面实现学生体质达标。

1、因地制宜开展体育活动。要根据场地器材条件、传统特色和气候特点，因地制宜开展学生每天一小时校园体育活动。以阳光体育活动为载体，鼓励学生走向操场，走进大自然，

走到阳光下，参加丰富多彩的“达标争先”活动，形成青少年学生体育锻炼的热潮。挖掘学校体育资源潜力，充分调动一切积极因素，丰富活动形式与内容，满足不同特长、不同兴趣、不同层次学生的需求，保证学生有丰富的锻炼项目、足够的锻炼时间和良好的锻炼效果。

2、全面实施《国家学生体质健康标准》。制定《国家学生体质健康标准》达标方案，完善《国家学生体质健康标准》测试、报告和定期公告制度。学生体质健康状况、参与体育活动表现以及体育考试成绩纳入学生综合素质评价体系，记入学生档案，作为评价学生全面发展的重要指标。

### （三）明确责任，提供保障

1、明确工作责任。学校成立以校长为组长的活动领导小组，切实加强对该项工作的领导、组织、协调、监督和检查。明确责任人，建立健全工作责任制。校长及学校中层教干带头参加活动；班主任组织好学生大课间活动和体育活动课，带领并督促学生积极参加体育活动；体育教师要在上好体育课的同时，对课间、体育活动课及各种体育竞赛形式和内容进行科学设计和专业指导，并结合学校实际积极开发特色体育锻炼项目；其他学科教师要坚持做到不挤占体育课和体育活动时间，要在学校统一安排下积极支持和参与这项工作。

2、加强学校体育场地建设。加大对落实保证中小小学生每天一小时校园体育活动的投入，每年安排一定比例的经费用于建设体育活动场地和购买体育器材，使学校运动场地建设和体育器材配置达到《山东省普通中小学基本办学条件标准》。管理好体育器材室，加强对器材进行规范管理。积极发动广大师生因地制宜，自制坚固耐用、安全可靠的活动器材，创造条件保证中小小学生每天一小时校园体育活动。

3、加强体育师资队伍建设。按照《国家学校体育卫生条件试行基本标准》配齐体育教师。加大对体育教师的培训力度，

兼职教师须经专业考核合格后方可上岗。体育教师每学年接受继续教育应不少于48学时，并取得培训证书。倡导教师全员参与，根据非体育专业教师自身的爱好、特长，积极鼓励他们参与到体育活动中来，使他们成为活动的参与者和指导者。

4、加强体育安全管理。组织与实施中小學生每天一小时校园体育活动，要遵循教育规律，结合中小學生身心发展特点设置运动项目，开展相关活动。建立完善体育安全管理制度，制定安全预案，落实安全责任，加强安全教育和过程管理，避免学生意外伤害事故发生，确保学生安全。

#### （四）加强评价考核 完善评价监督

1、建立表彰奖励和问责制度。学校将组织开展中小學生每天一小时校园体育活动情况作为教师考核重要指标，并与评先评优直接挂钩。每学年组织阳光体育活动先进班级、先进个人评选活动。凡没有认真执行国家、省市区和学校规定的，在各种评先评优活动中实行“一票否决”。

2、自觉接受社会监督。向社会公布学生每天一小时校园体育活动实施方案、活动情况、基本要求和监督电话，自觉接受社会、媒体和家长的监督。对群众反映的问题要认真对待，及时核查、反馈，对存在的问题要及时整改。将实施方案张贴到各班教室和学校室外宣传栏。

3、营造良好的舆论环境。坚持正确的舆论导向，倡导健康第一的理念。通过召开教师会、学生会，通过校园网、黑板报、手抄报、宣传栏、张贴标语等形式，宣传上级文件精神，让广大师生人人明白，深入人心，动员广大师生积极参与到活动中来。

二〇一三年十二月十七日