**奉贤区头桥中学2020学年学生体质健康数据测试工作实施方案**

**一、指导思想**

认真贯彻落实国务院、教育部、市教委关于体育工作的文件精神和《标准》实施的工作要求，切实做好我校《标准》的测试和数据上报的各项工作，促进我校体育工作，努力提高学生体质健康水平，特制定我校《标准》测试工作实施方案。

**二、工作目的**

1、遵循“求真、求实、求质”原则，完成本年度《标准》的测试和上报工作。

2、了解、掌握学校学生体质健康状况和发展趋势，指导学生开展科学健身，树立健康观念，培养健康意识，养成健康习惯。

**三、工作要求**

1、高度重视，加强组织动员。

2、精心组织，按时完成任务。

3、加强培训，提高工作质量。

4、加强协调，落实安全保障。

**四、工作安排**

1、成立《标准》领导小组和工作小组

领导小组：

组长：唐怡

副组长：刘建江 宋建国

组员： 黄洁 张明奎 宋瑾 唐丹丹

工作小组

组长：宋建国

副组长：陈柯吉

组员：范强 陈柯吉 许伟来 李素云 各年级组长 班主任

2、测试项目

六年级：身高、体重、肺活量、坐位体前屈、50米、1分钟跳绳、仰卧起坐、50米\*8往返跑、裸眼视力、串镜、屈光不正

七、八、九年级：身高、体重、肺活量、坐位体前屈、立定跳远、50米、引体向上（男生）/仰卧起坐（女生）、1000米（男生）/800米（女生）、裸眼视力、串镜、屈光不正。

3、测试对象

2020学年在籍在校的学生，对因病学生不能参加测试的学生，须提供三级甲等及以上的医疗机构提供的证明材料，方可免测。

4、2020年10月准备测试仪器，检查仪器和添置仪器。

5、2020年10月制定实施方案，并召开学校体育工作会议。

6、2020年10月和11月，体育老师利用体育课、活动课进行指导、训练和模拟测试。

7、测试安排

2020年11月（第12周-13周），学校分集中和分散进行测试

（1）分散测试：各年级体育老师利用体育课、活动课进行身高、体重、肺活量、坐位体前屈测试。12周完成。

（2）集中测试：第13周完成。

学校组织对50米、50米\*8往返跑、800米（女生）、1000米（男生）、立定跳远、引体向上（男生）、1分钟仰卧起坐（女生）、1分钟跳绳进行统一测试。

卫生室12周完成裸眼视力、串镜、屈光不正的测试

8、第14周数据整理、复测，数据上报。

头桥中学

2020年10月