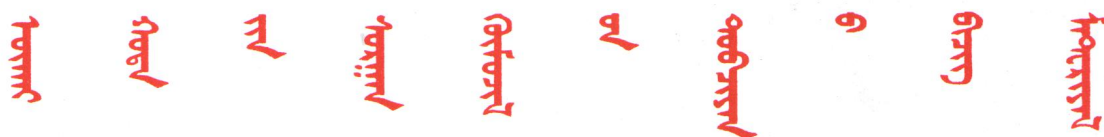


办理结果：A

同意对外公开

乌海市教育局文件



乌教复字〔2026〕23号

关于乌海市政协十届五次会议第0069号提案 办理情况的答复

王蕾委员：

《关于统筹推进青少年身心健康协同发展的提案》已收悉，现将具体办理情况答复如下：

一、统筹部署，以专项行动系统重塑健康育人生态

聚焦学生体魄强健、心理阳光、全面发展核心目标，制定并实施《乌海市学生身心强健三年行动方案》，系统破除传统体育健康教育单一化、形式化短板，创新推进校园体育健康教育“转型升级”。一是压实层级推进责任。市教育局先后召开全市教育系统“健康第一”教育理念推进会、校园体育工作部署会、学生

身心健康提质攻坚会等专题会议 4 次，细化任务清单、压实校园长主体责任，实行清单化管理、项目化推进，彻底扭转重智育、轻体卫的惯性思维；二是**系统破解突出短板**。聚焦学生体能下滑、近视肥胖高发、体育教学质量不均、家校社育人合力不足等痛点，建立问题、任务、责任“三本台账”，推动学校体育工作从“课时开齐开足”向“质量提质增效、特色品牌赋能、学生全面育人”深度转变；三是**整体效能提升**。方案实施以来，全市中小学生体质健康优良率稳步提升，心理健康状态良好学生占比稳定保持在 95% 以上，各学段学生日均户外活动时间 2 小时全面达标，学生近视率上升势头得到有效遏制，超重肥胖学生比例稳中有降，青少年整体身心健康态势持续向好。

二、课程提质，体育教学从“被动达标”转向“主动提质”

一是**刚性守住课时教学底线**。严格落实各学段体育课时标准，实现义务教育学段每日 1 节体育与健康课、高中阶段每周 3 节体育课刚性全覆盖。设立市级体育课时监督举报电话，常态化开展专项督查，2026 年以来累计督查学校 40 所，未发现体育课挤占、挪用、随意调课等问题，坚决守住体育教学主阵地。统筹优化每日 2 小时综合体育活动体系，科学拆分课内教学、课间活动、课后延时锻炼时段，形成闭环运动体系；二是**创新特色选课教学模式**。全面推行“点单式”选项走班教学，实现小学四、五年级、初中一年级 100% 全覆盖，开设篮球、足球、排球、武术、

跳绳、健美操等 15 类特色运动项目，打破传统统一化、单一化教学模式，充分适配学生兴趣特长，让学生自主选择、主动参与、深耕热爱，保障学生熟练掌握 1—2 项终身受用的体育技能；三是**深化五育融合课堂建设**。坚持体育与德、智、美、劳、心理深度融合，以赛明德锤炼学生意志品格，以体启智融入生物、科学等跨学科知识，以体润美联动校园艺术展演，以体促劳涵养吃苦耐劳品质。从小学高年级起每周开设不少于 0.5 课时体心融合专项课程，鼓励学校创编心理放松操、运动减压小游戏，实现强体魄、润心灵双向赋能。

三、全域激活，课间效能从“闲置空档”转向“活力全开”

一是**优化课间作息闭环**。规范校园作息，将上、下午大课间均延长至 30 分钟以上，常规课间保障 15 分钟自由运动时间，并将课间活动质量纳入常态化考核。上午常态化开展护眼远眺、广播体操、体能大循环，下午推行“小步操+体能加油站”趣味模式，彻底杜绝课间“静坐闲置”问题；二是**盘活校园运动空间**。深度挖掘校园“金角银边”资源，因地制宜打造微型运动场、AI 体育体验区、趣味运动角，通过增设体能器材、绘制运动图案、改造闲置场地等方式扩容运动场景，其中 2026 年乌达区累计新增优质校园运动空间近 9000 平方米，有效破解场地不足、场景单一难题，实现校园处处可锻炼、时时能运动；三是**厚植全员运动氛围**。常态化开展校园体育挑战赛、班级体育比拼、体育文化墙展示、运动标兵评选等特色活动，将学生日常运动表现、体育素养纳入

综合素质评价，引导学生养成主动运动、坚持锻炼的良好习惯，让运动成为校园新风尚。

四、健全赛事体系，体育育人从“单点活动”转向“常态贯通”

一是搭建三级赛事平台。构建“班级超级联赛、校级选拔赛、区域对抗赛”三级竞赛体系，实现赛事全员覆盖、常态开展。2026年以来，全市各中小学累计开展班级联赛 1000 余场、校级选拔赛 320 场、区域对抗赛 244 场，真正实现“周周有比赛、月月有活动、人人都参与”；**二是完善贯通培养机制。**建立“小学筑基、初中提升、高中培优、高水平输送”全链条体育人才培养体系，配套落实体育优秀学生专项直招政策，2026 年准备开展专项直招选拔输送体育特长生，兼顾全员普及与特长培优；**三是健全评价激励机制。**将学生赛事参与、日常锻炼、体能提升、习惯养成等情况全面纳入学校综合素质评价，以刚性约束倒逼责任落地，全力营造全社会关心关爱青少年身心健康的良好氛围。

五、数字赋能增效，健康管理从“经验粗放”转向“精准智治”

一是实现平台全域覆盖。建设覆盖全市所有中小学的智慧管理平台，配备体质健康检测机、智慧体育运动仓、AI 心理助手等专业设施，为学生建立身心健康“一生一档”动态电子台账，实现健康数据一屏总览、动态更新；**二是常态化精准筛查干预。**2026 年上半年已完成全员视力筛查、心理健康普查各 1 次，覆盖学生 5.5 万余人，占全市中小学生总数的 97.2%，根据测评结果，按照“一生一档”原则，建立学生心理成长档案和重点学生“三级预警管理档案”，并同步开展家访；**三是创新趣味运动载体。**常态

化开展线上体能打卡、AI 运动闯关、AI 运动比拼等体育游戏活动，累计参与学生超 3 万人次，乌达区实验中学 AI 体育小站成为课间热门打卡点位，有效激发学生自主锻炼积极性。

下一步，市教育局将始终坚守“健康第一”的教育理念，紧扣《乌海市学生身心强健三年行动方案》既定目标，聚焦中小學生身心健康提升核心任务，持续在补短板、强弱项、提质量、创特色上精准发力、久久为功，力争 2028 年实现全市学生体质健康优良率超 70%。持续深化体育教学改革、丰富赛事活动供给、强化数字智慧赋能，不断完善身心健康育人体系，同时深化家校社协同育人机制，凝聚多方育人合力，全力营造全社会关心关爱青少年身心健康成长的浓厚氛围，全方位护航全市中小學生体魄强健、心态阳光、全面发展。

感谢您对我们工作的关心和支持,请继续提出宝贵意见!

主要领导：樊 力

联 系 人：郝苗纯

联系电话：0473-8991955



附件4

市人大代表建议
市政协提案 办理情况征询意见表

姓 名	王 蕾	议案、建议、提案编号	0069		
议案、建议 提案标题	关于统筹推进青少年身心健康协同发展的提案				
代表委员 联系电话		满意	比较满意	不满意	
			✓		
1.您对办理情况的意见:					
2.您有何进一步的建议和要求:					
3.请您推荐先进承办单位:					
代表委员签名: 王蕾					
2026年5月26日					

注: 1.请代表委员在“满意”、“比较满意”、“不满意”下方空格内选择画“√”号。

2.该表由代表委员本人填写后,再由主办单位送至乌海市委督查室2份(联系电话: 8991037)、本单位留存1份。

关于乌海市政协十届五次会议第69号提案办理情况的答复

王蕾委员

《关于统筹推进青少年身心健康协同发展的提案》已收悉，现将具体办理情况答复如下：

基本情况：

当前青少年面临的身体与心理“双重挑战”，以及学校重学业轻体卫、家校社协同不足、健康服务资源不均等突出问题，市教育局坚持“健康第一”的教育理念，统筹部署、系统推进。2026年以来，我们以《乌海市学生身心强健三年行动方案》为总抓手，从课程提质、活动激活、赛事贯通、数字赋能及家校社协同五个维度入手，全面重塑健康育人生态。目前，全市中小学生体质健康优良率稳步提升，心理健康状态良好学生占比稳定保持在95%以上，学生近视率上升势头得到有效遏制，青少年整体身心健康态势持续向好。

提案所提主要问题：一是部分学校仍存在重智育轻体卫现象，体育课时有挤占风险，活动形式单一；二是家校沟通多停留在

学业通知层面，对身心健康深度交流不足，社区资源整合利用不充分；三是校际间健康服务资源不均衡，针对青少年个性需求的营养、运动、心理等服务内容较为单一。

建议一：	构建‘体卫融合’的校园健康教育体系
------	-------------------

办理情况：

1.强化课程融合，保障运动时长。刚性落实义务教育学段每日1节体育与健康课、高中阶段每周3节体育课。设立市级监督举报电话，2026年以来累计督查学校40所，未发现挤占挪用问题。统筹优化每日2小时综合体育活动体系，科学拆分课内教学、课间活动、课后延时锻炼时段，形成闭环运动体系。

2.创新教学模式，提升运动兴趣。全面推行“点单式”选项走班教学，实现小学四、五年级及初中一年级100%全覆盖，开设篮球、足球、武术、跳绳等15类特色项目，确保学生掌握1-2项终身受益的体育技能。在小学高年级每周开设不少于0.5课时的体心融合课程，推广心理放松操、运动减压游戏。

3.健全监测机制，配齐专业师资。建设全市智慧管理平台，为学生建立“一生一档”动态电子健康档案。2026年上半年已完成全员视力筛查与心理健康普查各1次，覆盖学生5.5万余人。全市中小学体育教师、专职心理教师已按标准基本配齐，并开展了首期200人次的跨学科“育心”能力提升培训，提高教师对学生心理行为偏常的早期识别与干预能力。

不能采纳原因	无。该建议已全面采纳并积极推进。
建议二	打造‘协同共育’的健康成长环境
办理情况： 1.畅通家校联动渠道。建立“体育老师+心理老师+班主任+家长”四方联动机制，通过家长会、线上平台等定期反馈学生体质与心理状况，共同制定个性化改善方案。鼓励开展家庭“息屏行动”，引导学生减少网络过度依赖。 2.整合社区服务资源。推动有条件的学校体育场馆在周末、寒暑假向社会及本校学生开放，同时鼓励社区健身中心、文化活动中心向青少年提供免费或低收费服务。联合市卫健委，在全市中小学增设健康副校长，开展青少年健康义诊、心理辅导等公益服务。	
不能采纳原因	无。该建议已全面采纳并积极推进。
建议三	健全‘综合保障’的长效工作机制
办理情况： 1.强化政策支持。已将学生体质健康优良率、心理健康覆盖率等核心指标纳入对学校的年度教育评价体系。2026年投入500万元用于学校运动场地改造、智慧体育设施配备及心理辅导室	

升级。

2.加强社会宣传引导。依托市融媒体中心、教育官方公众号等平台，开设身心健康科普报道，累计发布文章及视频 30 期。结合“5·25”心理健康日等节点，开展专家进校园、家长课堂等线上线下活动，努力破除社会对心理问题的认知偏见。

不能采纳原因

无。该建议已全面采纳并积极推进。

补充说明

（一）办理过程。收到您的提案后，市教育局积极组织相关科室进行专题研讨，并与市卫健委、市文体旅广电局等部门沟通协商，共同研究落实举措。在答复起草过程中，我们充分吸纳了基层学校和一线教师的意见，确保措施切实可行。

（二）下一步计划。尽管取得了一定成效，但与您的要求和社会期盼相比仍有差距。2027 年，我们将重点推进以下工作：一是实施“体育教师培训计划”，进一步提升体育与健康教学质量；二是全域推广 AI 智慧体育设施和学生心理健康服务终端，以数字化赋能精准干预；三是压实各方责任，明确各方职责，形成更强大的育人合力。力争到 2028 年，全市学生体质健康优良率超过 70%，心理健康核心知识知晓率达到 90%以上。

 宁波市教育局 2026年5月22日			
办理结果：A			
签发人		承办科室	体育卫生与艺术教育科
联系人	郝苗纯	联系电话	8991955