

# 沂源县悦庄镇青龙山小学体育课安全管理制度

## 一、课前准备阶段

### 1、健康筛查与档案管理

建立动态健康档案，通过班主任、校医、家长三方联动，提前 48 小时确认特异体质学生（如哮喘、心脏病等），制定个性化运动方案并标注于教师教案。每学期初进行全员体质评估，对 BMI  $\geq 28$  或体脂率  $\geq 30\%$  的学生实施分级管理（红/黄/蓝三级预警）。

### 2、场地器材安全标准

执行双人核查制：体育教师与器材管理员共同检查，重点测试单杠承重（ $\geq 200\text{kg}$ ）、篮球架稳定性（晃动幅度  $< 5^\circ$ ），填写《体育设施安全日报表》并电子存档。投掷类项目需设置 5 米警戒区，铅球、标枪等器材实行一用一消毒制度，使用后立即归位并上锁。

### 3、服装装备强制规范

发布《运动装备白皮书》：禁止穿牛仔裤、凉鞋及佩戴智能手表（防摔坏），体操课需配备防滑袜（摩擦系数  $\geq 0.8$ ）。实行红黄牌制度：首次违规黄牌警告（记录在案），二次违规红牌禁止参与当日活动并通知家长。

## 二、课堂教学阶段

### 1、标准化教学流程

采用 3+2 热身法：3 分钟动态拉伸（高抬腿、侧弓步）+2 分钟专项激活（篮球课需进行手指关节活动，每组动作重复 15 次）。高风险项目执行四保护原则：教师站位保护（距离学生  $\leq 2$  米）、学生分组保护（每组  $\leq 8$  人）、器材辅助保护（海绵垫厚度  $\geq 10\text{cm}$ ）、视频回放保护（录制动作供复盘）。

## 2、课堂管理量化指标

网格化管理：将场地划分为  $5\text{m} \times 5\text{m}$  区域，每组配备安全员（佩戴荧光袖标），教师每 5 分钟巡查一次并签字确认。

行为积分制：违规攀爬器材扣 3 分，扰乱课堂秩序扣 2 分，累计 10 分者需参加 2 学时安全知识补习并通过考核。

## 三、应急处理机制

1、分级响应预案。配备五级响应包：

一级（创可贴、冰袋）

二级（止血带、夹板）

三级（AED、担架）

四级（应急药品箱）

五级（应急车辆联络卡）

执行 30 分钟报告制：轻微伤 30 分钟内校医处理，中重度伤 30 分钟内启动家校联动机制并上报教育局。

## 2、事故追责流程

（1）、三查制度：查监控录像（保存期  $\geq 90$  天）、查器材日志（每日签字）、查教师教案（含安全预案）。

（2）、一案一档：包含现场照片（需标注时间水印）、医疗

记录（医院盖章）、家长签字等材料，保存期不少于 3 年。

#### **四、安全事故责任人处理**

发生重大责任事故（如骨折、脑震荡）取消年度评优资格并通报批评。

沂源县悦庄镇青龙山小学