

# 广德市滨河学校两操管理制度及实施方案

为了树良好校风、创文明校园、建优良秩序、提高学生的整体素质，使学校的两操能正常、有序地开展，提高全校学生的身体素质，经校务会议研究决定，对两操作如下规定：

一、全校各班必须严格按照学校安排的日课表进行“两课两操”活动。

二、总体要求：

1. 体育课：由体育教师负责，组织学生按教学计划落实教学的各个环节，学生必须严格遵守课堂常规。

2. 课外活动：全校各年级各班均由班主任负责，组织全班学生整队和活动，体育教师负责活动器材的出借回收和技术指导。

三、学生两操实施方案：

（一）广播操

1.广播操集合站队要“快”、“静”、“齐”。

（1）早上第二节课下课铃响后，各班必须按“轻声慢步、靠楼梯右行”的原则，有序、安静地进入操场的指定地点集合站队，班主任要到位监督管理。

（2）广播操结束，各班必须在体育老师的统一指挥下，按体育组安排的秩序，整齐、安静地依次退场。

2.进、退场要文明、安静、确保安全、有序。

（1）各班上、下楼梯时要整齐、安静列队，一个班接一个班靠右行走，不得喧哗，不得拥挤。

（2）班主任负责检查监督，杜绝不安全因素，做好文明管理。

3.做操时要态度认真、精神饱满、动作到位。

(1) 做操过程中，各班安静、有序、不讲话、不干与做操无关的事。

(2) 全套操从头至尾动作要整齐、到位，达到锻炼目的。

4. 要保证做操出勤率，做操环境良好。广播操时间，学生个人不得无故在教室，不下楼做操。

5. 广播操的全过程班主任要到位、跟班并认真管理，指导教育学生文明守纪，认真锻炼，提高素质。体育老师要到位指导。

## (二) 眼保健操

### 1. 做好准备。

(1) 预备铃响，各班学生必须在教室里做好准备。当堂教师负责眼保健操管理及指导工作。

(2) 上操铃响，学生闭目静待眼操开始，不得再做其他事。到各功能教室上课的班级和上体育课的班级，科任老师应在教室组织学生做完眼操后，才能带队安静、有序地到功能教室上课。

### 2. 要保证做操率，提高眼操质量。

(1) 眼操时间，学生一律停止其他活动，人人做操。

(2) 眼操过程要态度端正、动作认真、点按到位。

广德市滨河学校教导处

2023 年 8 月 30 日