

SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO HÀ NỘI
TRƯỜNG THPT LÝ THÁNH TÔNG



KẾ HOẠCH

Triển khai thực hiện Bộ tiêu chí thể lực - tâm
vóc học sinh Hà Nội

Năm học 2026 – 2027

Số 83/KH-THPTLTT ngày 24/7/2026



Hà Nội-Tháng 07 năm 2026

SỞ GD&ĐT HÀ NỘI
TRƯỜNG THPT LÝ THÁNH TÔNG

-----o0o-----

Số: 83 /KH-THPTLTT

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

Hà Nội, ngày 24 tháng 07 năm 2026

KẾ HOẠCH

Triển khai thực hiện Bộ tiêu chí thể lực - tầm vóc học sinh Hà Nội

Năm học 2026 - 2027

I. CĂN CỨ XÂY DỰNG KẾ HOẠCH

Căn cứ Luật Giáo dục số 43/2019/QH14;

Luật số 123/2025/QH15 về sửa đổi, bổ sung một số điều của Luật Giáo dục;

Luật Thể dục, Thể thao số 77/2006/QH11;

Luật số 26/2018/QH14 về sửa đổi, bổ sung một số điều của Luật Thể dục, thể thao;

Luật Bảo vệ dữ liệu cá nhân số 91/2025/QH15 ngày 26/6/2025 và Nghị định số 356/2025/NĐ-CP ngày 31/12/2025 của Chính phủ;

Nghị quyết số 72-NQ/TW ngày 09/9/2025 của Bộ Chính trị về một số giải pháp đột phá, tăng cường bảo vệ, chăm sóc và nâng cao sức khỏe Nhân dân;

Quyết định số 641/QĐ-TTg ngày 28/4/2011 của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011-2030;

Quyết định số 2892/QĐ-BYT ngày 22/10/2022 của Bộ Y tế về việc ban hành tài liệu chuyên môn “Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị bệnh béo phì”;

Quyết định số 3777/QĐ-BYT ngày 16/12/2024 của Bộ Y tế về việc ban hành tài liệu hướng dẫn chuyên môn “Đánh giá tình trạng dinh dưỡng trẻ em bằng các chỉ số nhân trắc cơ bản tại cộng đồng”;

Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành quy định đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên;

Kế hoạch số 168/KH-UBND ngày 28/8/2018 của UBND thành phố Hà Nội về Phát triển thể lực, tầm vóc người Hà Nội đến năm 2030;

Thực hiện Công văn số 2615/UBND-KGVX ngày 08/6/2026 của UBND

thành phố Hà Nội;

Căn cứ Kế hoạch số 3262/KH-SGDĐT ngày 06/7/2026 của Sở Giáo dục và Đào tạo Hà Nội về việc triển khai thực hiện Bộ tiêu chí thể lực - tầm vóc học sinh Hà Nội.

Căn cứ tình hình thực tế về cơ sở vật chất và định hướng phát triển toàn diện học sinh của trường THPT Lý Thánh Tông.

II. MỤC ĐÍCH, YÊU CẦU

1. Mục đích

- Đánh giá khách quan thực trạng thể lực, tầm vóc học sinh toàn trường, làm cơ sở để tư vấn chế độ dinh dưỡng và vận động cá nhân hóa cho học sinh.
- Xây dựng hệ thống dữ liệu sức khỏe điện tử đồng bộ, phục vụ công tác quản lý và chăm sóc sức khỏe học đường theo tiêu chuẩn cao.

2. Yêu cầu

- **An toàn là trên hết:** Đảm bảo an toàn tuyệt đối trong quá trình kiểm tra thể lực.
- **Tính bảo mật:** Bảo vệ dữ liệu cá nhân của học sinh theo quy định của pháp luật, không công khai kết quả gây mặc cảm.
- **Thực chất:** Đánh giá khách quan, không chạy theo thành tích, không dùng kết quả để xếp loại thi đua học sinh hay giáo viên.

III. CHỈ TIÊU THỰC HIỆN

- **100%** học sinh (trừ trường hợp miễn, tạm hoãn theo chỉ định y tế) được đánh giá các chỉ số thể lực, tầm vóc ít nhất 01 lần/năm học.
- **100%** cán bộ, giáo viên liên quan được tập huấn về quy trình đo đạc và nhập liệu.
- **100%** phụ huynh nhận được thông báo kết quả và tư vấn chuyên môn (đối với các trường hợp cần lưu ý).

IV. NỘI DUNG VÀ QUY TRÌNH THỰC HIỆN

1. Thành lập Tổ triển khai

- **Trưởng ban:** Phó Hiệu trưởng (Phụ trách kế hoạch).
- **Phó ban thường trực:** Nhân viên y tế học đường.

- **Thành viên:** Giáo viên Giáo dục thể chất (chủ trì chuyên môn), Giáo viên chủ nhiệm (phối hợp), cán bộ CNTT (nhập liệu).

2. Rà soát điều kiện cơ sở vật chất và trang thiết bị

- Chuẩn bị thước đo chuyên dụng (độ chính xác 0,1cm), cân điện tử (độ chính xác 0,1kg).
- Trang bị lực kế bóp tay, đồng hồ bấm giây, thảm bạt xa, đệm gập bụng.
- Kiểm tra sân bãi: Đường chạy 30m, khu vực chạy 5 phút đảm bảo bằng phẳng, không trơn trượt.

3. Quy trình đánh giá (Theo 7 bước chuẩn của Sở GD&ĐT):

- **Bước 1:** Lập danh sách học sinh theo lớp, mã định danh.
- **Bước 2:** Xây dựng lịch kiểm tra chi tiết cho từng khối lớp.
- **Bước 3:** Thông báo cho cha mẹ học sinh về lịch trình và yêu cầu chuẩn bị (trang phục, sức khỏe).
- **Bước 4:** Thực hiện đo nhân trắc (Chiều cao, Cân nặng) lồng ghép với khám sức khỏe định kỳ.
- **Bước 5:** Thực hiện 05 nội dung kiểm tra thể lực: Chạy 30m, Bật xa, Lực bóp tay, Gập bụng 30s, Chạy tùy sức 5 phút.
- **Bước 6:** Nhập liệu vào hệ thống, tính toán chỉ số BMI và Z-score.
- **Bước 7:** Tổng hợp, phân tích và báo cáo.

4. Quy trình bảo mật dữ liệu sức khỏe học sinh

Căn cứ pháp lý và nguyên tắc chung

Quy trình bảo mật phải tuân thủ **Luật Bảo vệ dữ liệu cá nhân số 91/2025/QH15** và **Nghị định số 356/2025/NĐ-CP**. Nhà trường tuyệt đối **không sử dụng kết quả đánh giá để thi đua, xếp hạng** học sinh hoặc giáo viên, đồng thời đảm bảo quyền riêng tư tối đa cho các em. Mọi kết quả bất thường hoặc thông tin sức khỏe cá nhân đều **không được công khai** dưới bất kỳ hình thức nào, bao gồm cả việc quay phim hay phát trực tiếp trong quá trình kiểm tra khi chưa được phép.

Công khai minh bạch với phụ huynh và học sinh

Trước khi triển khai, nhà trường có trách nhiệm thông báo rõ ràng cho học sinh và cha mẹ/người giám hộ về:

- **Mục đích và phạm vi** thu thập dữ liệu sức khỏe.
- **Thời gian lưu trữ** và các đối tượng được quyền tiếp cận dữ liệu này.
- **Các quyền liên quan** của học sinh đối với dữ liệu cá nhân của mình.

Kiểm soát quyền truy cập và lưu trữ dữ liệu

- **Phân quyền chặt chẽ:** Chỉ những cán bộ được phân công trong Tổ triển khai mới có quyền truy cập vào hệ thống dữ liệu. Hệ thống phải **ghi nhật ký truy cập** và thực hiện sao lưu định kỳ để tránh mất mát.
- **Thiết bị lưu trữ:** Dữ liệu không được phép lưu trữ lâu dài trên các thiết bị cá nhân của cán bộ, giáo viên. Nhà trường phải bố trí nơi lưu trữ hồ sơ giấy an toàn và có quy định cụ thể về việc tiếp cận.
- **Kênh truyền tin:** Tuyệt đối **không gửi danh sách có thông tin sức khỏe cá nhân** qua các tài khoản, ứng dụng không được cơ quan có thẩm quyền cho phép.

Bảo mật trong công tác báo cáo

Dữ liệu báo cáo gửi lên UBND phường, xã và Sở Giáo dục và Đào tạo là **dữ liệu tổng hợp (con số thống kê)**. Danh sách chi tiết từng cá nhân chỉ được lưu giữ tại cơ sở giáo dục và hệ thống chuyên môn được phân quyền, trừ khi có yêu cầu hợp pháp từ cơ quan có thẩm quyền. Kết quả cá nhân chỉ được **thông tin riêng** tới học sinh và cha mẹ để phục vụ tư vấn chuyên môn.

Quy trình xử lý sự cố an ninh dữ liệu

Trong trường hợp phát hiện dữ liệu bị lộ, mất, sai lệch hoặc có sự truy cập trái phép, nhà trường phải lập tức thực hiện các bước:

- **Cô lập và bảo toàn** thông tin hiện có để ngăn chặn thiệt hại lan rộng.
- **Báo cáo ngay** cho đầu mối quản lý cấp trên.
- Thực hiện các biện pháp xử lý theo đúng quy định của pháp luật về an toàn thông tin.

Quy trình này đảm bảo rằng dữ liệu sức khỏe của học sinh chỉ được sử dụng đúng mục đích là nâng cao thể lực và tầm vóc, đồng thời loại bỏ rủi ro về việc xâm phạm đời tư hay gây mặc cảm cho các em

V. TIỀN ĐỘ THỰC HIỆN NĂM HỌC 2026 - 2027

Giai đoạn	Thời gian	Nội dung công việc cụ thể	Đơn vị chủ trì
GD 1: Chuẩn bị	Tháng 08/2026	- Ban hành kế hoạch, kiện toàn Tổ triển khai. - Mua sắm/kiểm định thiết bị đo. - Tập huấn chuyên môn cho giáo viên.	BGH, Tổ Hành chính
GD 2: Triển khai	Tháng 09 - 12/2026	- Tổ chức đo tầm vóc lồng ghép khám sức khỏe định kỳ. - Tổ chức kiểm tra thể lực theo các tiết học GDTC. - Nhập dữ liệu vào phần mềm.	Tổ GDTC, Y tế, GVCN
GD 3: Tư vấn & Xử lý	Tháng 01 - 04/2027	- Phân tích dữ liệu, gửi thông báo riêng cho phụ huynh. - Tư vấn dinh dưỡng/vận động cho nhóm "Thấp còi", "Béo phì", "Thể lực chưa đạt".	Y tế, Tổ GDTC
GD 4: Tổng kết	Tháng 05/2027	- Hoàn thiện báo cáo tổng hợp gửi Sở GD&ĐT (trước 15/5). - Họp rút kinh nghiệm cho năm học sau.	Tổ triển khai

VI. ĐỊNH HƯỚNG TƯ VẤN VÀ HỖ TRỢ HỌC SINH

Sau khi có kết quả, nhà trường triển khai các hoạt động can thiệp phù hợp:

- **Nhóm thấp còi/gầy còm:** Tư vấn thực đơn tại bếp ăn nhà trường đủ năng lượng, khuyến khích các môn thể thao phát triển chiều cao (Bóng rổ, bơi lội).
- **Nhóm thừa cân/béo phì:** Điều chỉnh khẩu phần ăn tại trường, tăng cường vận động giờ ra chơi, hạn chế đồ uống có đường.
- **Nhóm thể lực chưa đạt:** Giáo viên GDTC thiết kế bài tập bổ trợ nhẹ nhàng để cải thiện sức bền và sức mạnh cơ bắp.

VII. KINH PHÍ THỰC HIỆN

- Nguồn kinh phí: Trích từ quỹ hoạt động thường xuyên của nhà trường và các nguồn huy động hợp pháp khác.
- Đảm bảo tiết kiệm, hiệu quả, không thu thêm các khoản trái quy định từ phụ huynh học sinh.

VIII. TỔ CHỨC THỰC HIỆN

- **Ban Giám hiệu:** Chỉ đạo chung, phê duyệt báo cáo cuối cùng.
- **Tổ Giáo dục thể chất:** Chịu trách nhiệm về kỹ thuật kiểm tra và tính chính xác của số liệu thể lực.

- **Nhân viên Y tế:** Giám sát an toàn, sơ cấp cứu (nếu có tình huống phát sinh) và rà soát hồ sơ sức khỏe trước khi tập.
- **Cán bộ CNTT:** Đảm bảo hạ tầng mạng, bảo mật dữ liệu và hỗ trợ giáo viên nhập liệu.

IX. CÁC PHỤ LỤC ĐI KÈM

(Sử dụng các biểu mẫu chuẩn theo Công văn 3262/KH-SGDĐT)

1. **Phụ lục 1:** Danh mục kiểm tra điều kiện trước khi tổ chức đánh giá (Checklist).
2. **Phụ lục 2:** Phiếu ghi kết quả đánh giá cá nhân *(Dùng cho giáo viên ghi chép tại sân)*.
3. **Phụ lục 3:** Biểu tổng hợp kết quả của nhà trường *(Để gửi báo cáo Sở)*.

Nơi nhận:

- Sở GD&ĐT;
- Hội đồng trường;
- Tổ chuyên môn;
- Đoàn thanh niên;
- Lưu: VP.

TM. BGH
Phó Hiệu trưởng

Trần Trọng Nghiệp

PHÊ DUYỆT CỦA HỘI ĐỒNG TRƯỜNG

Chủ tịch Hội đồng trường

Đào Bình Thăng

Phụ lục 1
Danh mục kiểm tra điều kiện trước khi tổ chức đánh giá

TT	Nội dung kiểm tra	Yêu cầu tối thiểu	Đạt/Chưa đạt	Ghi chú
1	Kế hoạch của cơ sở giáo dục	Có lịch, đối tượng, phân công, phương án an toàn, nhập liệu và báo cáo		
2	Tổ triển khai	Có lãnh đạo phụ trách, y tế trường học, giáo viên giáo dục thể chất, giáo viên chủ nhiệm, cán bộ dữ liệu		
3	Danh sách học sinh	Đủ họ tên, ngày sinh, giới tính, lớp, mã học sinh; xác định đối tượng miễn/tạm hoãn		
4	Thông báo cho học sinh và cha mẹ	Đã thông báo mục đích, thời gian, yêu cầu chuẩn bị, nguyên tắc bảo mật		
5	Thước đo chiều cao	Chuyên dụng, ổn định, đọc đến 0,1 cm, kiểm tra điểm 0		
6	Cân	Đặt trên nền cứng, ổn định, đọc đến 0,1 kg, kiểm tra điểm 0		
7	Lực kế bóp tay	Hoạt động tốt, điều chỉnh phù hợp bàn tay, đọc đến 0,1 kg		
8	Thiết bị đo thời gian	Đồng hồ bấm giây hoạt động tốt, đọc đến 1/100 giây		
9	Khu vực bật xa/gập bụng	Bằng phẳng, an toàn; có thảm/đệm, thước đo, vạch xuất phát		
10	Đường chạy	Đủ chiều dài, rộng, vạch, cọc tiêu, khoảng giảm tốc; không trơn trượt		
11	Điều kiện môi trường	Thời tiết, chất lượng không khí, ánh sáng và nhiệt độ phù hợp		
12	Phương án y tế	Có nhân viên y tế, túi sơ cấp cứu, nước uống, liên hệ khẩn cấp		
13	Phần mềm/phiếu ghi	Sẵn sàng, phân quyền, có tài khoản; phiếu dự phòng và quy trình đối chiếu		
14	Bảo vệ dữ liệu	Có nơi lưu hồ sơ, quy định truy cập, không sử dụng thiết bị/ứng dụng không được phép		

Phụ lục 2
Phiếu ghi kết quả đánh giá cá nhân

Cơ sở giáo dục:

Họ và tên học sinh: Mã học sinh:

Ngày sinh:/...../..... Giới tính: Lớp:

Ngày đánh giá:/...../.....

TT	Chỉ số/Nội dung	Kết quả	Đơn vị	Phân loại/Cảnh báo	Người thực hiện
1	Chiều cao		cm		
2	Z-score chiều cao theo tuổi				
3	Cân nặng		kg		
4	Z-score cân nặng theo tuổi (chỉ dưới 10 tuổi)				
5	BMI		kg/m ²		
6	Z-score BMI theo tuổi				
7	Chạy tùy sức 5 phút		m		
8	Bật xa tại chỗ		cm		
9	Lực bóp tay thuận		kg		
10	Nằm ngửa gập bụng 30 giây		lần		
11	Chạy 30 m xuất phát cao		giây		

Tình trạng thực hiện: ☐ Đủ các nội dung ☐ Tạm hoãn ☐ Không thuộc đối tượng áp dụng

Lý do tạm hoãn/không áp dụng:

Khuyến nghị theo dõi, tư vấn:

NGƯỜI GHI KẾT QUẢ	NHÂN VIÊN Y TẾ/NGƯỜI TRÁCH Y TẾ	LÃNH ĐẠO CƠ SỞ GIÁO DỤC

Phụ lục 3
Biểu tổng hợp kết quả của cơ sở giáo dục

Cơ sở giáo dục: Xã/phường: Năm học:

A. TÌNH HÌNH TỔ CHỨC

Tổng số học sinh	Thuộc đối tượng đánh giá	Đã đánh giá đủ	Đánh giá chưa đủ	Tạm hoãn	Không thuộc đối tượng áp dụng	Số lớp	Thời gian thực hiện

B. KẾT QUẢ TẦM VÓC (TỔNG HỢP THEO GIỚI TÍNH)

Giới tính	Số được đánh giá	Thấp còi nặng	Thấp còi	Chiều cao bình thường	Gầy còm	BMI bình thường	Thừa cân	Béo phì	Cân nặng/tuổi nhẹ cân*
Nam									
Nữ									

* Chỉ tổng hợp chỉ số cân nặng theo tuổi đối với học sinh dưới 10 tuổi.

C. KẾT QUẢ THỂ LỰC

Nội dung	Số được đánh giá	Nam - Tốt	Nam - Đạt	Nam - Chưa đạt	Nữ - Tốt	Nữ - Đạt	Nữ - Chưa đạt
Chạy tùy sức 5 phút							
Bật xa tại chỗ							
Lực bóp tay thuận							
Nằm ngửa gập bụng 30 giây							
Chạy 30 m xuất phát cao							

D. TƯ VẤN, CAN THIỆP VÀ KIẾN NGHỊ

Nội dung	Số học sinh/Hoạt động	Kết quả chính hoặc kiến nghị
Học sinh được thông tin, tư vấn cá nhân		
Học sinh được khuyến nghị khám cơ sở y tế		
Hoạt động dinh dưỡng, vận động đã triển khai		
Khó khăn về nhân lực, thiết bị, phần mềm		
Đề xuất, kiến nghị		

