# 小学体育活动方案(十四篇)

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2024-09-21

*方案是从目的、要求、方式、方法、进度等都部署具体、周密，并有很强可操作性的计划。写方案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。小学体育活动方案篇一在学校形成浓郁的校园体育...*

方案是从目的、要求、方式、方法、进度等都部署具体、周密，并有很强可操作性的计划。写方案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

**小学体育活动方案篇一**

在学校形成浓郁的校园体育锻炼氛围和全员参与的群众性体育锻炼风气，有效的促进广大青少年学生积极参加体育锻炼，切实提高学生体质健康水平。培养青少年学生良好的锻炼习惯和健康的生活方式，使校园形成热爱体育、崇尚运动、健康向上的良好风气。

\*\*年3月―12月（分两个阶段）

第一阶段（\*\*年3月――8月）以青春、奥运、健康为主题，采取多种形式增进学生体质健康。搞好阳光体育活动。

（１）继续做好《学生体质健康标准》测试工作。按规定组织学生进行体质健康测试，建立学生健康档案，要认真执行学生体质健康测试标准，做到规范化，制度化。

（2）“六、一”儿童节我校进行学幼班和1－6年级学生的运动会。

（3）合理配置资源，科学设置活动项目。通过“阳光体育运动”使每位学生掌握至少一项日常锻炼的体育技能，使大多数学生能达到《学生体质健康标准》中要求的标准。

（4）把学生的群体活动与课余体育训练有机结合。我校成立了体育活动小组并要求各班有各班的运动队或体育活动小组，有计划、有组织的开展训练和竞赛，通过更广泛的群体竞赛活动，夯实课余体育训练的基础。

（5）具体活动内容：

三月份1―2年段搞一次足球射门比赛。

四月份3―4年段搞一次跳短绳比赛。

五月份5―6年段搞一次拔河比赛。

六月份全校搞一次踢毽子比赛。

经学校研究决定，将乒乓球做为常规训练项目，要求体育老师制定出具体活动方案，做好人员选拔等工作。

（6）要积极参加教育局组织的`6月份中小学生篮球比赛，9月份举办的第五届中小学生运动会，11月份举办的中小学生乒乓球比赛。体育老师做好各项活动的计划、训练方案、人员选拔、参加项目等。

第二阶段（\*\*年\*\*月――12月）以运动会载体，全面发展特色运动项目。

（1）结合学校特点，积极开展田径、球类、体操等运动项目，鼓励学生积极参与体育活动，展示体育锻炼成果。

（2）继续抓好“教体结合”。不断提高体育教师的整体业务素质。利用现有的体育设施，充分发挥体育教师专业特长，建立稳定的专项课外体育活动训练点。有计划地组织多种形式的体育竞赛，推动学生课外体育活动的开展，提高学生的体育运动技能和运动水平，促进学校课余体育训练。

1、高度重视。为了加强对“阳光体育运动”工作的领导，学校成立了“阳光体育运动”领导小组（名单附后）。各班要引起高度重视，要将学生“阳光体育运动”真正摆在学校重要工作日程，通过长期、科学的计划、扎实、有效举措，确保全校学生“阳光体育运动”正常开展。不断探索体育工作的新路子，充分发挥学校体育在健身育人、陶冶情操、壮美人生和弘扬民族精神等方面的积极作用，把青春健康体育运动的阳光洒遍整个校园。

2、加强宣传。加强青少年学生的健康是国家财富，是国家的希望所在。要充分利用校园广播、宣传橱窗、黑板报等宣传阵地，加强宣传，营造氛围，使“健康第一”“以人为本”、“达标争优，强健体魄”、“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”等口号家喻户晓，人人皆知。要努力培养学生自觉参加体育锻炼的习惯，让学生快乐地学习、健康地成长，使学校体育运动成为培养学生阳光心情、展示学生青春活力的快乐源泉。

3、扎实推进。各班要按照方案要求，积极开展学生喜闻乐见、特色鲜明的体育活动，切实落实学生每天1小时体育锻炼时间，让学生们到阳光下、到操场上、到大自然中锻炼自己的体魄，并学会两项基本体育锻炼技能，有一项体育特长。

1、成立以校长为组长的阳光体育运动领导小组，领导和组织学校阳光运动的开展和《学生体质健康标准》实施。各年级要结合本年级实际制定阳光体育运动计划。

2、认真贯彻《义务教育法》、《体育法》和《学校体育工作条例》，不断改善学校体育的基本条件，加强制度建设，提高管理水平，推进科学研究，促进学校体育工作水平的不断提高。根据基础教育课程改革中体育课时增加的实际，合理配齐配强体育教师保证体育教师队伍的稳定。全面落实“人人都是体育运动指导者”的理念，鼓励所有学科教师投身学校体育工作的组织、指导工作中。

3、全面实施《学生体质健康标准》，使体质健康测试成为掌握学生身体素质发展状况的科学载体。把测试结果作为学生综合素质评定的主要内容，列入学生成长档案。

4、切实加强学校体育的安全保障。体育教师和班主任要经常对学生进行体育安全教育，完善学校体育设施、体育课程和活动的各项管理制度，保证体育设施质量，明确安全责任，制定安全措施，做好预防工作，确保师生安全。

组长：

副组长：

成员：

**小学体育活动方案篇二**

一、指导思想：

为了认真贯彻落实中央《关于加强青少年体育运动增强青少年体质的意见》精神，积极推进“全国亿万学生阳光体育运动”，大力宣传“健康第一”的思想，狠抓“五好”机制，引导广大中小学生走向操场、走到阳光下、走进大自然，积极参加体育运动。在注重学生兴趣培养的同时，通过加强学生基本活动能力培养，充分发挥体育教育的增智、益德、健体、审美、协作等功能，促进学生健康、全面发展，养成良好的锻炼身体习惯；并使体育教育和体育运动开展呈现新气象。

二、活动主题：

喜迎奥运、阳光体育、青春运动、健康成长。

三、活动口号：

我运动，我健康，我快乐

四、组织机构：

1．体育工作领导小组：

组 长：（校长）

副组长： （教导主任）

组 员：

五、实施目标：

1．树立科学的人才观，充分认识体育对强身健体、陶冶情操、启迪智慧、壮美人生，以及培养团结、合作、坚强、献身和友爱精神，弘扬民族精神的积极作用。

2．开展阳光体育运动，要上“好”体育课。在注重学生兴趣培养的同时，通过加强学生基本活动能力培养，充分发挥体育教育的增智、益德、健体、审美、协作等功能，促进学生健康、全面发展。

3．与课外体育活动相结合。通过搞好“三课三操两活动两节”，努力做到人人参与、个个争先。并把队列、广播操自编操、民族传统

体育、地方特色体育等内容融会贯穿，充分体现健身性、趣味性、安全性及团队意识，保证锻炼效果。

4. 营造良好的舆论氛围。通过多种形式，大力宣传阳光体育运动，广泛传播健康理念，使“健康第一”、“达标争优、强健体魄”、 “每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”等口号家喻户晓，深入人心。建立评比表彰制度，对在阳光体育运动中取得优异成绩的班级给予加分，以唤起全体老师对学生体质健康的广泛关注，支持阳光体育运动的开展。

5．抓“好”业余训练工作。在体育课、活动课和竞赛中发现和培养人才，把体育特长人才培养作为特色学校建设的重要内容，选拔有责任心、事业心和业务水平较高的体育教师负责训练，培养体育骨干和后备人才。并通过板报、标语、广播等载体宣传加强青少年体育运动，增强青少年体质，用学生喜闻乐见、耳熟能详的标语、字画，激励学生参加锻炼，充分发挥校园体育文化潜移默化的教育作用。

6、建立学校体育活动的长效机制，营造人人参与、个个争先的氛围，形成促进青少年健康成长的良好育人环境。通过学校体育活动，保证每名学生至少掌握两项日常锻炼运动技能，养成终身体育锻炼的习惯。

六、实施主要内容、时间、方法与要求：

（一）、主要内容：

1．各年级保证开足体育课。学校实行“三课、两操、两活动”，1―2年级4节体育课，3―6年级3节体育课，每天做广播体操，眼保健操。

2．根据学校的实际情况将“全国中小学生第一套集体舞蹈”作为阳光运动的主要内容。

3．在每天的活动中穿插学校的特色教育，如中长跑、校园集体舞的活动。

4．根据学校的场地条件每天安排一到两个年级进行“全国中小学生第一套集体舞蹈”培训活动。

（二）、时间：

上午7点50到8点20分，下午4：05到4：25全体学生在辅导员老师的组织和管理下进行校园集体舞、跳绳等活动。

（三）、方法：

1．体育课由体育教师上课，活动课由班主任老师上课。（体育教师巡视指导），晨间和中午活动由辅导老师全面参与组织，学生在教师的指导下学会锻炼的技术与方法，培养学生对体育运动的.乐趣和养成体育锻炼的习惯，促进学生体质健康。

2． 年 10-11月，小学阳光体育运动启动仪式，号召全体师生参与到阳光体育运动中来，把口号“每天锻炼一小时，健康学习工作五十年，幸福生活享受一辈子!”深入到学生中去，开展校园集体舞及各类学生喜爱的体育活动，组织、帮助、鼓励全体学生都参与到体育活动中来。加强学校的体育业余训练，搞好学校田径队、舞蹈队的日常训练，做到持之以恒，讲究方式方法，灵活多变，参加各类体育运动竞赛。

3． 年12月，响应号召，以“绿色奥运”、“人文奥运”、“科技奥运”为主题，开展丰富多彩的体育夏令营活动，让学生走进大自然，亲近自然，学习在野外生活和生存的能力，使学生在活动中获得一种对自然得体验，提升学生的视野。

4． 年3月-6月，举办学校体育比赛活动，开展校园集体舞、健身跑、火炬接力、跳绳、踢毽子等丰富多彩的体育活动，使全体师生参与到体育活动，提高运动技术水平，通过体育课，展示学校阳光体育运动的活动效果。同时，积极抓紧学校业余体育训练，组织参加各类体育比赛，争取以优异的成绩回报自己付出的汗水。

5． 年7-8月，总结学校阳光体育活动的成果，组织新颖活泼的活动，积极锻炼，学会生活。开展学校“阳光班级”、“阳光少年”评选活动，进一步提升“青春、奥运、健康”氛围，使全体师生确立终身体育的思想，使每位师生活动体育运动的乐趣，提高体育活动的学习能力，促进全体师生的健康发展。

6． 年8-12月，学校表彰在迎奥运500天活动中的“阳光班级”和“阳光少年”，开展学校阳光体育活动展示活动，把阳光体育活动真真正正的搞下去。

（四）、要求：

1．严格按照国家课改新课程标准要求，进一步深化课改工作，发扬体育特色学校优势，体现体育学科丰富的育人价值。

2．积极反思总结，进一步提升学生的身心健康，学校体育工作的蓬勃发展。

3．学校阳光体育运动实施小组扎根班级，立足校园，继续开展学生班级体育大联赛、小学生课外文体活动、暑期体育活动等。同时结合奥运，融入社区，带动家庭，广泛开展小型多样、生动活泼的课外健身活动。

五、保障措施：

1．按规定配足配齐体育器材，完善场馆设施。坚持公益性原则，充分利用场地器材，提高使用效率，确保学生课外体育活动的开展。

2．建立健全体育教师的考核制度，不断促进体育教师的业务能力和思想素质的提高。

**小学体育活动方案篇三**

为丰富广大教师课余生活，进步教师身体健康水平，推动全民健身运动的展开，努力创建科学、文明、健康的.体育生活环境，积极展开丰富多彩的群众性体育活动，真正让天天锻炼一小时、健康工作五十年、幸福生活一天生为广大师生的实际行动，让每个师生的健康受益，特制定本方案。

组长：

副组长：

1、由学校工会和体育组同一添置活动用具，布置安排活动场所，活动器材直接发到各个小组，由小组考核负责人同一领取、发放和管理。利用下午4：45-5：30这段时间为集体锻炼活动时间，随作息时间调剂而调剂活动时间。

2、活动情势丰富多彩，根据学校场地和器材实际，本次设置活动项目有拔河、手球。

3、以不定期举行游戏比赛活动等来展现阳光体育活动成果。

拔河设四支队伍，依照低（1、2年级）、中（3、4年级）、高年级（5、6年级）和综合组，赛制采取淘汰制，每场比赛采用三局两胜。每队出一位裁判员和监视员。

手球比赛设立七支队伍，（每支队伍场上队员必须保证两男三女）一至六年级各一支队伍和综合组共七支队伍，比赛采用复合赛制。第一轮抽签分成两个小组，a组三个队进行循环赛决出前两名进入第二轮交叉淘汰。b组四支队伍依照双败淘汰制决出两个优越队伍进入第二轮交叉淘汰。终究决出冠亚军。

1、按一、二、三等奖分别给予一定的奖金或实物福利。

2、拔河设奖为一等奖1名，二等奖1名，三等两名；手球设特等奖1名（冠军），一等奖1名（亚军），二等奖2名，三等奖3名。

**小学体育活动方案篇四**

为了丰富大课间体育活动的.内容，积极有效的开展班级文体活动，合理开发和利用民间体育资源，提高学生的身体素质，xx二小决定召开第x届“冬之舞”体育节现将有关事项工作如下规定：

xxxx月12月15日―12月16日在阳罗二小操场举行。

一至六年级各班

1、一、二、三年级比赛项目。

（1）1分钟单人前摇跳绳（男、女各4人）；

（2）6人集体跳长绳（两人摇绳，4人跳绳，男、女各一队）；

（3）8人2分钟“s”跳长绳，其中一年级改为10米单脚接力跳（男、女各一队）；

（4）1分钟踢毽子（男、女各4人）；

2、四、五、六年级

（1）2分钟双人前摇跳绳（男、女各4队）；

（2）8人集体跳长绳（男女各一队，含2人摇绳）；

（3）10人3分钟“s”形跳长绳（男、女各1队）；

（4）1分钟踢毽子（男、女各4人）；

每队可报领队1人，教练员1人，为了学生运动的参与面，原则上每位学生只能参加一个项目的比赛，若班级人数不够，部分学生可参加两个项目比赛。

1、本班学生2、身体健康者

1、短绳和毽子取前8名按9、7、6、5、4、3、2、1计分，长绳项目按18、14、12、10、6计分；

2、团体总分名次按以各班运动员单项得分之和排列名次，积分高者名次列前。

**小学体育活动方案篇五**

为了全面贯彻党的教育方针，大力推进素质教育，着力促进学生全面发展。根据《学校体育工作条例》和《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》，认真贯彻“健康第一”、“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的现代健康观点，切实加强学校体育工作，让每一个学生都能感受到运动的快乐，从而丰富校园生活，促进学生身心健康，特制定本活动方案。

通过体育课，“二操一活动”形成浓郁的校园体育锻炼氛围和全员参与的群众性体育锻炼风气，有效的促进全体学生积极体育锻炼，切实提高学生体质健康水平，培养学生良好的锻炼习惯，使校园形成热爱体育、崇尚运动、健康向上的良好风气。

1、开齐上好体育课，一至五年级每周4节，四至六年级每周3节，体育教师通过体育课要供每一个学生至少掌握两项体育技能。

2、抓好两操，要求体育教师要教会每一个学生眼保健操和广播体操。

3、合理安排课外活动，每个班级要按学校的安排认真组织好课外活动。

4、组织好每学期一次的`大型体育运动会。

5、开展好每月一次的小型单项体育竞赛。

6、做好每年一次的学生体质健康测试，及时将数据上报国家数据库。

1、建立阳光体育活动领导小组。

组 长：陈庆林副组长：林珊红、张雪萍、况清明成 员：朱文龙、陈谦虚、罗建华、李喜连、全体体育教师、各班课外活动负责人2、开齐体育课。一至三年级每周4节，四至六年级每周3节。

3、抓好体育课的质量，体育组学期初上报各年级本学期要使学生掌握的体育技能项目（至少2个）学校将在学期末组织人员进行检测，成绩算入体育教师的教学成绩。

4、抓好课间操、眼保健操。要求各班上午第二节课和下午第一节的教师要组织好学生做眼保健操，上午第二节课的教学按安排学生到操场上做课间操，并维持好纪律。

5、安排好各年级各班课外活动时间及场地，并制订督查制订。

6、安排并组织每月一次的单项体育竞赛活动。全校学生参加的竞赛成绩将纳入体育教师的教学成绩和班主任的每月班级评估中。

7、每项活动都确定责任人，并进行督查，确保活动开展的安全、有效。

1、上学期单项体育竞赛项目①9月28日眼保健操比赛（全校学生）②10月15日广播体操比赛（全校学生）③11月11-12日田径运动会（全校学生）④12月3日跳绳比赛（每班10人，5男5女）⑤元月7日拔河比赛 （每班30人，15男15女）（具体比赛时间以通知为准）。

2、课外活动①时间：每周二至周四下午第三节课②项目：跳绳、踢键球、趣味游戏③场地：实小操场、四中校区操场④班级：见安排表⑤责任人：体育教师、各班数学教师。

3、体质健康检测10月完成检测，12月初完成上报，责任人：全体体育教师。

**小学体育活动方案篇六**

随着经济社会的发展，城市逐渐变大，我校（朝阳小学）范围人口密度也在急剧增加，而学校基础设施包括操场面积扩大很难，学生人均运动场地自然缩小。缺少体育活动场地是我们学校面临的问题。

每一个学生的个性发展都具有独特性、具体性、每一个学生都有自己的需要，兴趣和特征，都有自己的认知方式和学习方式。一刀切的大课间活动形式让学生乏味，流于形式的活动形同虚设。课间活动内容单一，形式单调，教师、学生都感到枯燥，因而缺乏主动性和积极性。

新《课程标准》强调尊重教师和学生对教学内容的选择性，注重教学评价的多样性，使课程有利于激发学生的运动兴趣，养成坚持体育锻炼的习惯，形成勇敢、顽强和坚韧不拔的意志品质，促进学生身体、心理和社会适应能力等方面健康、和谐地发展。只有根据学生的年龄特征、兴趣爱好等特点设计活动内容，组织形式多样、练习强度适宜的大课间，才能较好地调节学生紧张的学习情绪，缓解学生暂时的精神疲劳，提高学生大课间体育活动的实效性。

目前大课间体育活动存在的问题：

1.大课间体育活动流于形式，组织管理松散，对如何抓好大课间体育活动，有关人员认识与理解不到位，抓而不力。实际上多年来学校大课间体育活动已成为师生的一种例行公事。

2.大课间体育活动内容单调、形式单一。没有种类与形式的变化，年年、天天重复机械的程式化运动，学生觉得枯燥，日久生厌，于是消极应付，有名无实。

3.由于对新时期学校体育的发展目标、任务及学校大课间体育活动的目的、要求理解不够，体育教师业务水平更新不快，大课间体育活动存在着质量不高，活动安排不够科学合理等弊病，挫伤了学生的活动积极性。学生参加活动的热情难以调动起来。

根据以上分析，我们提出了如何提升我校大课间体育活动的实效性这个课题。

大课间体育活动

大课间体育活动是近几年在课间操基础上发展和创造的一种学校体育新的组织形式。与课间操相比，大课间体育活动时间长，活动内容多，组织形式活，练习强度适宜，它不仅可以对学生紧张的学习起到调剂作用，而且对促进学生身心健康有显著的效果。

（一）理论依据：

1.主体教育理论认为：教育过程中应贯彻以人为本的思想，重视人的价值，促进人的发展，即教学活动中以学生的发展为本，发扬学生的主体性，尊重学生的`体验性，调动学生主动地去发现、探索、思考，从而实现提升人的地位、发现人的价值、发掘人的潜能、发展人的个性、发挥人的力量的目标。

2.以《全国亿万学生阳光体育活动》等文件精神为依据，落实学生每天锻炼一小时。不断深化课程改革，全面推进素质教育，促进学生身心全面发展。

（二）研究假设：

通过规范化管理、多样化形式，提高学生的积极性与主动性，每天的30分钟大课间体育活动成为学生最盼望的快乐时光。

（一）研究对象：

四年级学生、五年级学生

（二）研究方法:

1.调查法:

通过问卷、座谈，了解小学课间体育游戏活动的基本状况，为学校决策和制定活动方案服务。

2.行动研究法：整合校内外资源，形成大课间活动系列，组织开展学生大课间体育活动创新设计大赛，在教师与学生自主参与活动的过程中，课题组成员对活动开展的状况和发展趋势有清醒的认识和把握，及时发现问题总结经验，因时、因地、因人调整活动的方向。使大课间活动的研究不断深入。

3.文献法：通过查阅资料，丰富课题组成员的研究视野，可以在前人研究成果的分享中，明确研究的方向，提升研究的效能。

4.经验总结法：通过对研究资料的整理，分析和筛选，去伪存真，去粗取精，形成具有一定科学性和操作性的研究经验；通过活动展示，及时把经验辐射到其他年级。

1.确立学校领导管理大课间体育活动的相关制度。

2.通过丰富多彩的大课间体育活动把学生吸引到各种体育活动中，变“要我参与”为“我要参与”，在乐中练，在练中乐，其自主选择、自我锻炼和自我评价的主体意识明显增强，自信心水平也随之达到一个相应的高度。

3.通过大课间体育活动向学生传授各种基本技术、基本知识，使学生会练、懂练，并找到自己特别喜爱的1―2个项目，在体育活动课中加以强化、提高，变成学生本身的需求，成为终生参与的项目。

4.通过组织大课间体育活动创新设计大赛，鼓励教师、学生创编活动内容，制作活动器材，培养学生创新意识和创新能力。创编室内健身操与健身游戏，弥补室外活动空间的不足，使大课间活动能够反映出一定的文化内涵和艺术个性。为全面实施素质教育，使大课间活动整体优化。开发多套符合城区学校特点，实效性、趣味性较强的小学生大课间体育活动方案，构建出符合现代教育发展规律，符合儿童心理、生理特点的课间活动模式。

提升学生大课间体育活动的实效性

本课题研究周期为一年半

（一）.准备阶段：

1.组织相关人员进行学习和专题研讨，聘请有关专家进行指导，并制定本课题的实施方案，准备开题论证。

2.健全组织：成立领导小组和课题研究小组，明确各部门及课题组成员的职责。

（二）.实施阶段：

1.课题组按照实施方案全面启动研究项目。

2.通过专业引领、专题研讨、任务驱动等行动研究方式对课题组成员进行培训，提高他们对研究意义的认识，增强其研究的自主性和创造性。

3.深入学生，了解学生所思、所想、所爱，听取体育组老师和班主任及任课老师意见，组织开展学生大课间体育活动创新设计大赛（教师与学生均可参加）。

4.与音乐实验教师选定音乐，处理好音乐衔接过渡。

5.部分年级及班级在一定范围进行实验，根据创新大赛选择符合学校实情且实效性较强的活动形式，确定大课间体育活动内容与组织方式。

6.对学生及老师的意见进行反馈，改进大课间在操作过程中存在的问题，继续在部分年级及班级推广。

7.各课题组研究成员内化培训成果，把课题研究纳入日常教研活动。领导小组及时对研究进程进行调控和评定。做好中期研究资料的收集和整理，做好阶段性总结和交流。

8.研究课题小组进行中期研讨，进行中期成果小范围展示。

（三）.课题研究总结和整体推进阶段：

1.全校推广动员及分工安排。

2.对全体体育教师进行培训。

3.体育教师利用体育课堂对学生进行大课间体育活动有关技术教学。

4.全校推广，全体教师参与。

5.在对研究课题改革实施的过程中，注意整理、分析研究资料，并且及时收集，形成本课题的研究成果，推进学校大课间体育活动的特色。

6.在本校范围内，做好研究成果的推广和普及，形成全员参与研究的局面。

7.成果展示，完成研究报告。

(一).全体性原则

大课间体育活动的开展要简易、方便、可行、面向全体学生，做到人人参与活动，个个都有喜爱项目。

（二）.全面性原则

大课间体育活动要与课堂教育教学工作有机结合，与新课程改革相结合，与“体育、艺术2+1”项目、片区、校级体育赛事相结合，坚持寓教育性、健身性于活动之中。

（三）.趣味性原则

体育活动要在符合学生年龄特点和身心发展规律的基础上体现出一定的趣味性。趣味性越浓，对学生的吸引力就越大，使学生在情趣盎然的活动中锻炼身心，陶冶情操，发展智力。

（四）.注重实际原则

大课间体育活动要充分考虑学校场地条件，器材配置等特点，挖掘体育资源潜力，发挥师生员工的主观能动性，丰富活动内容与形式。

（五）.安全原则

根据教育规律和小学生身心发展特点，指导学生适度进行体育活动，设置运动项目和相关活动。加强安全教育和管理，建立安全措施、应急措施，避免发生意外事故。

1.组织保障

课题组组长：方军（方案、计划制定并及时对研究进程进行调控和评定）（组织全校大课间体育活动创新设计大赛）

副组长：付依权（参与方案、计划制定及实验组织与实施）

组员：马跃（四年级大课间体育活动实验组织）黄月平（五年级大课间体育活动实验组织）宴雄（对体育教师进行有关技术培训）胡艳（编排活动操）范爱妩（选定音乐及处理好音乐衔接过渡）陈刚（负责大课间活动效果图、调动路线图设计方案）

2.经费保障

为保证各项工作的落实，设立课题研究专项经费，经预算约需人民币五千元整（￥5000.00）。

十.成果形式：

1.编辑完成《朝阳小学学生大课间体育活动系列方案》。

2.完成《提升我校大课间体育活动实效性的实验研究报告》。

3.编辑完成《朝阳小学大课间体育活动的实验研究论文集》。

4.大课间体育活动教学辅助光盘、照片。

（姜世杨）

这是一个比较完整规范的小课题研究方案。

其一，研究目标明确。该方案对研究目标的表述为“提升学生大课间体育活动的实效性”，这种表述，既简洁，又明确；既科学，又规范，较好地把握了研究目标的内涵。

其二，研究内容具体。方案中的研究内容有四个，其中，第一个和第四个内容既紧密联系研究目标，又从学校的实际出发，有很强的操作性。

其三，研究方法科学。方案中列举的三个方法，与该课题的研究内容具有较强的适切性，且每个方法的内容都有简单的叙述性文字。

其四，研究措施有力。方案中的三条措施，与研究目标和研究内容相对应，对该课题的研究具有保驾护航的作用。

其五，研究步骤清晰。该课题的研究周期为一年半，共分为三个阶段，每个阶段的时间划分合理，主要工作内容清晰，具有较强的逻辑性。

其六，预期成果可信，呈现方式合理。

**小学体育活动方案篇七**

一、学校活动时间的安排

每天上午第二节课后进行，时间为30分钟

上午：10：00――10：30二、活动内容及形式大课间体育活动时间晴天全校先做广播操或跳校园集体舞，然后分班进行各项自主活动。各班到指定场地活动，具体安排见附表。阴雨天班主任组织在室内活动，先做室内操，再安排室内游戏活动。三、活动项目与活动器材体育组提供一些室内外体育活动项目，供各班参考，由班主任根据班级实际情况选择项目进行活动。室内活动项目及大部分的室外项目要靠班主任及配班老师培训、辅导学生。

部分复杂的室外活动项目由相关体育老师对学生进行培训。活动的具体项目：室外活动：跳（长、短）绳、踢毽子、立定跳远、捉迷藏、滚铁环、跳房子、板羽球、丢手绢、钻山洞、丢沙包、羽毛球、跳橡皮筋、推手、贴烧饼、掷纸飞机、抓尾巴、快快跳起来、闭眼平衡、木头人、老鹰抓小鸡、互挤出圈、运球、斗鸡、双人拔河、乓乒球、偷西瓜等项目。室内活动：拾子、击鼓传花、扳手腕、传口令、画鼻子、纸球入篓、挑小棒、七巧板、猜拳写字、猜猜他是谁、叫号起立、过独木桥、吹鸡毛、头顶气球、写字接力、指部位、开火车、斗陀螺、堆馒头、解绷绷传球接力、乒乓球打靶、猜猜少了谁、偷渡岗哨、抢凳子、猫捉老鼠等项目。以上这些活动项目供各班参考和选用，全体教师要集思广益，挖掘更加丰富多彩的\'活动项目。

其中以下一些项目为本学期学校组织的比赛项目：

一年级：二人三足跑二年级：跳绳（双脚）三、四年级：立定跳远五年级：斗鸡六年级：拔河每学期安排一次年级比赛。学校添置一些运动器材，提供给学生活动。班主任也要动员学生自愿购置或自制一些体育活动辅助器材，保证活动的顺利开展。四、活动的考核由值勤的带班领导对每次体育活动进行考核，根据师生的参与度，活动的强度与密度，运动项目的选择搭配、室内活动的正常，进行四级评分（优、良、中、下），考核结果在教师月考核中占一定的比例。五、活动注意事项

1、大课间活动时间不得以任何理由挤占或早退。

2、室外活动时间班主任、配班教师必须管理到位。

3、活动前和活动中要对学生进行安全教育，落实好安全防范措施。

4、广播操结束，室外活动由班主任、配班教师直接带至活动场地进行活动。结束时，班主任对学生进行安全教育，不能乱跑。

5、体育教师进行巡视与指导，活动项目由体育组负责解释说明。

**小学体育活动方案篇八**

为了进一步贯彻落实“健康第一”的指导思想，深入推进阳光体育运动开展，引导学生走向操场、走进大自然，促进学生身心健康和谐发展。从而使达到提高学生整体素质的目的`，特制定阳光体育活动实施方案：

组长：xxx

副组长：xxx

组员：所有教师

我运动、我健康、我快乐。

人人都参与，班班有特色。

一年级在中心路由南向北1、2、3班。

三（1）班西直道、三（2）班西篮球场、三（3）班南半圆。

五（1）班东篮球场、五（2）班东直道、五（3）班北半圆。

二、四、六年级活动场地对应使用一、三、五年级各班级的活动场地。

1、时间安排

星期一、星期三是一、三、五年级。

星期二、星期四是二、四、六年级。

星期五学校特色练习

2、活动保障

朱校长：主抓各班级落实情况。检查、督促各班活动的开展。

体育组：指导和组织全校“阳光锻炼一小时”活动。

班主任：负责按活动计划实施。（要求学生全员参与，体育教师安排指导，班主任及副班主任都要随学生到达指定场地，组织并参与活动，确保学生的活动安全。）

大队部：负责检查评比。

七、活动内容：

1、班级特色活动以推荐内容为主，各班可根据实际情况操作，尽量做到顾全点面，让每个学生活动起来，并注意安全。

2、学校特色项目（推荐）：跳长绳、打陀螺、太极剑。

附：龙三中心小学阳光体育活动表

班级星期一星期二星期三星期四星期五

一（1）跳绳跳橡皮筋。

一（2）玩沙包跳绳。

一（3）跳橡皮筋抓石子。

二（1）跳短长绳打陀螺。

二（2）跳校园集体舞跳短长绳。

二（3）打陀螺玩沙包。

三（1）玩沙包踢毽子。

三（2）打陀螺跳方格。

三（3）跳校园集体舞玩沙包。

四（1）抓石子跳橡皮筋。

四（2）踢毽子跳绳。

四（3）跳橡皮筋玩沙包。

五（1）踢毽子跳绳。

五（2）玩沙包跳橡皮筋。

五（3）跳绳踢毽子。

六（1）踢毽子跳绳。

六（2）校园集体舞踢毽子。

六（3）跳绳校园集体舞。

**小学体育活动方案篇九**

坚持“健康第一”的指导思想，确保“学生每天一小时校园体育活动”，有效落实“三课、两操、两活动”，培养学生良好的体育锻炼习惯和健康的生活方式，使广大学生在增长知识、培养品德的同时，锻炼和发展身体的各项素质和能力，促进学生身心健康发展，努力使我校学生体质健康状况达到中上水平。

阳光体育快乐运动健康成长！

（一）领导小组。

组长：

副组长：

组员：体育教师及各班教成员

组长是落实每天1小时阳光体育运动的第一责任人，负责活动落实的`统一领导、协调、保障；

副组长是落实每天1小时阳光体育运动的组织责任人，负责活动的组织、监督、落实；

组员负责活动的统一协调，师生的督促；活动内容、场地器材的安排；活动器材设施的添置和维修管理等保障工作；医务监督。

（二）活动对象：全体师生

（三）时间安排：

每天1小时阳光体育运动时间构成为：每天大课间（25分钟）；每周体育课(1~2年级4节，3~6年级3节)；当天没有体育课的班级组织1节课外活动课（40分钟）。

（四）具体安排如下：

1、大课间：（25分钟）

（1）9、10、5、6月：进场（2’）―跑（5’）―广播操（5’）―集体素质练习（1’）―各班按指定区域进行练习（10’）―退场（2’）。

（2）11、12、1、2、3、4月：进场（2’）―跳步（10’）―集体素质练习（1’）―按指定区域进行练习（10’）―退场（2’）。

2、体育课：按照小学体育与健康《课程标准》的要求组织开展教学活动

3、活动课：（40分钟）按活动课表进行活动。

4、雨天活动内容：在室内进行棋类活动、踢毽子、垫上、小游戏等活动。

1、提高认识，精心组织。开展每天1小时阳光体育运动，是新时期加强青少年体育、增强青少年体质的战略举措，其目的是要在全校形成浓郁的校园体育锻炼氛围和全员参与的体育风气，有效地促进学生积极参加体育锻炼，切实提高学生体质水平。全体师生要高度重视，精心策划，确保每天1小时阳光体育运动在全校全面展开。

2、加强宣传，营造氛围。利用班队会、广播、橱窗、黑板报、校园网络等阵地，大力宣传每天1小时阳光体育运动，形成鼓励学生参加体育锻炼的宣传声势，营造全面开展群众性体育活动的氛围。

3、明确责任，落实到人。明确落实责任人，建立健全多部门负责的学校阳光体育活动工作责任制和保障机制，确保活动时间保证、组织人明确、活动内容有安排，场地器材有保障，确保我校每天1小时阳光体育运动不折不扣的施行。

4、加强管理，检查落实。在组织大课间、活动课时，强化管理，认真组织人员进行巡视、督促、检查，并及时做好记录。做到有要求、有组织、有督促、有检查、有记录。

5、加强教育，注意安全。在开展每天1小时阳光体育运动活动时，要切实加强体育活动的安全教育和管理，班教老师、体育教师，要加强对学生的安全教育，做到有纪律、有秩序、服从统一组织、统一指挥，确保活动安全顺利。

1、大课间活动方案及活动课安排表

2、冬季长跑方案

3、体育节（广播操、冬锻三项）比赛方案

4、体艺2+1测试方案

**小学体育活动方案篇十**

为了贯彻《中共中少央国务院关于加强青年体育增强青少年体质的意见》精神，落实学生每天一小时锻炼时间，我校在全校范围内开展“快乐大课间”活动。坚持“人人健康、健康第一”的指导思想，丰富学生课余生活，为学生每天能有体育锻炼时间创造良好的条件，促使学生主动参与体育活动，培养学生参与体育活动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯和终身体育意识，增强学生的体质，培养学生良好的心理素质和道德品质。

为使大课间活动真正的\'落实到实处，高质量的进行，学校除了在时间和课程计划给予保障以外，还要在制度上为大课间活动给予保障。校长亲自抓，由班主任和体育教师具体负责，学科老师协助组织管理好本班学生，做到齐抓共管，层层负责，切实抓好大课间活动。

1、活动时间：

（1）早操20分钟（8：20――8:40）

（2）课间操30分钟（10:15―10:45）。我校大课间活动安排在每天上午第二节课后进行。以音乐为背景串联活动

全过程，旨在全员参与，体现“我运动、我健康、我快乐”为主题的新理念。

（3）下午第三节课外活动15分钟（16:45―16:55）。

2、场地安排：

学校球场，如果温度太高，下午第三节活动课在教学楼下树林旁进行。

3、活动流程

（1）早操（地点：球场）。

整个活动20分钟，进场跑步由音乐指挥。

（2）大课间（地点：球场）。

整个活动30分钟，进场跑步由音乐指挥，分为准备，放松带回（2分钟）等环节。

活动流程

第一环节准备、进场：首先是在富有号召力的《运动员进行曲》的乐曲中，吸引学生一起参与到大课间活动中来，其间学生有序上厕所并在教学楼下集合，然后在体育教师的指挥下有序进入球场。

第二环节跑步：在音乐的指挥下学生有续跳绳。 第三环节分年级练习。

第四环节有序回归教室：全体学生回归队列，整理队形，有序地离开操场，并整理带回器材，以良好的状态投入课堂学习。

上课铃声响后迅速集合站队，有组织的进入田径场，以班级为单位进行锻炼，体育教师巡回指导。

总之，大课间体育活动是人人参与、群策群力、组织合理、全校上下通力合作的系统工程，对提高师生的身体素质和健康水平颇有益处，既激发了学生参加体育锻炼的兴趣，养成了良好的锻炼习惯，为终身体育奠定了基础。

**小学体育活动方案篇十一**

为了丰富全体教师课余文体活动。锻炼体魄,愉悦身心,积极投入教育教学。为此，学校工会将在（12月27号）举行教职工的课余体育比赛，现将项目安排如下：

：人人参与、身心健康

活泼开放、团结奋进

1、活动时间：每周一、二、四下午放学后或阳光活动时间以年级组为单位进行练习。

2、活动内容：拔河、跳长绳、跳短绳定点投篮（男女都可参加）佳木斯健身舞蹈（每个年级10名女教师）（自带器材）。

3、活动要求：全体教师在规定的时间内必须人人到场积极参与体育锻炼。

：一年级组、二年级组、三年级组、

四年级组、五年级组、六年级组、行政综合组、后勤组。（音体美、科学电脑老师到所在年级参与比赛）

第一项拔河：

分组：第一组：一年级组对二年级组第二组：三年级组对四年级组

第三组：五年级组队六年级组第四组：行政综合组对后勤组

方法：

1、比赛人数由各年级组长负责统一在本年级组选取10人数参加年级的对抗。

2、学校将对比赛获胜组进行奖励。参与的教师给予参与奖。

第二项跳长绳：

方法：

1、在年级组的人数中择优选取前12个人（包括摇绳2人）参加本年级组的3分钟团体跳长绳比赛。（男女不限）

2、以个数计算，多者为胜。学校对前三名进行奖励。后5名给予参与奖。

第三项跳短绳：

方法：

1、在年级组的人数中择优选取前5个人参加90秒跳短绳的比赛。

2、以参赛者每个人跳绳个数相加的总人数，决定该年级组的名次。多者名次列前。

第四项佳木斯健身舞每个年级10名女教师各年级组长负责选拔训练

比赛方法：成六路纵队听音乐进行比赛

比赛规则：

：

1、鼓励全员参与，每位教师必须报名两项，

2、比赛者保证身心健康。

3、发扬团队合作精神。

项目 姓名 跳短绳 跳长绳 拔河 定点投篮 佳木斯

东营市实验小学“庆元旦”教工运动会

比赛顺序：

第一项：跳短绳

方法：

1、在年级组的`人数中择优选取前5个人参加1分钟跳短绳的比赛。

2、以年级组为单位，每个人跳绳个数相加的总个数，决定该年级组的名次。

分组：

序号第一组序号第二组序号第三组序号第四组

第二项：跳长绳

方法：

1、在年级组的人数中择优选取前12个人（包括摇绳2人）参加本年级组的3分钟团体跳长绳比赛。（男女不限）

2、以个数计算，多者为胜。学校对前三名进行奖励。后5名给予参与奖。

分组：

第一组：一年级组、二年级组、三年级组、四年级组

第二组：五年级组、六年级组、行政综合组和后勤组组合一大组（负责人：史仁忠、何文华）

第三项：拔河

方法：

1、平时以各年级组实际人数到场训练。比赛人数由各年级组长负责统一在本年级组选取10人数参加年级组的对抗。

2、学校将对比赛获胜组进行奖励。参与的教师给予参与奖。

分组：

第一组：一年级组对二年级组第二组：三年级组对四年级组

第三组：五年级组队六年级组第四组：行政综合组对后勤组

**小学体育活动方案篇十二**

享受运动，快乐运动：“我运动，我快乐我健康”

开展形式多样，轻松活泼的趣味竞赛体育活动，使学生活跃身心，丰富校园生活，共同感受校园生活的快乐，同时培养队员团结合作的精神，增强队员集体荣誉感。

20xx年9月-20xx年11月

操场

1-6年级。

（一）裁判：苗文昌、郭海龙、吴伟、刘强、奚向阳、李晶、冯艳丽、赵维明（计时、计数、看名次顺序）

（二）自愿者：每班自选。（三）活动内容：

一年级：袋鼠跳

（1）比赛形式：以班级为单位，共六支队伍。每班30人，十男十女。以计时方式进行比赛，每组队员以接力方式进行比赛，每位队员必须在前一位队员完成所有路程后才可以开始，比赛以计时成绩决定胜负。

二年级：快乐司机运输忙。（男女各15人）

方法：第一个选手端着放有乒乓的乒乓拍，从起点开始往前跑，跑至对面设置障碍物处，绕过障碍物沿原路返回起点，将乒乓拍和乒乓球传给下一位选手，下一位选手继续游戏。

规则：

1.选手必须绕过障碍物。

2.乒乓球在哪里掉了，捡起乒乓球放在乒乓球拍上之后回到掉球地点重新起跑。

3.手只能端球拍，不可以护球或接触球体行走。

4.违规不听劝者不算人头，所用时间要算。

5.以每组最后一位选手回到起点的时间先后顺

序计算名次。

三年级：硕果累累。(男女各15人)道具:大水桶6个、篮球24个、自愿者八名（将球回位）。（呼先先负责道具到位）

方法各班选两名接球手交换接球。在直径1米的圆圈内负责接投掷手抛来的球。第一个选手跑到指定投球区域线，拿起框内的篮球（排球）投向接球手，接球手通过跑动接住球在背篓里。每名队员投两次后，无论进与否都跑回起跑线，和下一位选手击掌后，下一名选手方可继续进行比赛。

规则:

1.接球手不许出圈，否则所接的球不算。

2.接球手必须用背篓接，否则不算。

3.两名接球手交替上场接球。

4.投球手不能踩投球区域线，否则进球不算。

5.以投进球的个数总计得出名次。

6.如进球个数相同，则根据完成时间先后定名次。四年级：海豚戏珠。（男女各15人）道具:障碍物8个、篮球12个、呼拉圈圈3个。自愿者6名（捡球、将球归位）（呼先先负责道具到位）

方法：比赛采用接力形式进行，当听到发令后，每队第一人需跨过两个障碍物，到投球区后将塑料筐里的\'球抛起，用手打向1、5米远外的呼拉圈内（呼啦圈由自愿者执手），

打三次球后，无论有没有进都跨过障碍物跑回队伍，与下一位队员击掌后，下一位队员方可继续进行比赛。

规则：

1.来回均必须跨越过障碍物，未成功则重新跨越。

2.球只能用手打如圈内，而且打入呼啦圈内才算成绩。

3.每人只能打三个球。

4.以各队打入呼啦圈的球的个数多少累计来计算总成绩。如个数相同，则根据完成时间先后来排名次。五年级：一箭双雕。（男女各15人）。道具：4个足球。（呼先先负责道具到位）

方法：在直线框跑道上进行。跑道一端为起点，另一端为终点。参赛队员两组纵队站在跑道两端。比赛开始，运动员在起点用一根木棍拨动大小两球（篮球和排球），将“球”赶到终点的指定进球区线，将球赶入指定区域，在第二个球进到进球区后才将小棍交与下一队友。下一队友将两球沿原路赶到起点的指定进球区线，将球赶入指定区域，同样，在第二个球进到进球区后才将小棍交与下一队友。以此类推继续进行比赛。

规则：

1.只能用小棍拨动球向前进，不能将球一棍打向远方。违规不听者，该选手则取消比赛资格，本班该选手不算名额。（即该选手用时算，但不算人头）

2.在赶球途中，只要有任何一球滚出跑道（适当加宽），则须将球捡回滚出处重新赶球。

3.比赛中，只能用棍赶，不能用手脚配合。

4.未能进入进球区的要在赶入区重新进球。

5.以各组最后选手完成的时间先后顺序依次计

算名次。

六年级、齐心协力、乘风破浪(各班男女各15人，分两组站队)

方法：参赛队员两组纵队在跑道两端站队。两人对面互相坐在对方伸出的脚面上，并抓们对方的手臂，形成小船状，排在起点线外。比赛开始，各个“小船”在前后摆动时，交换移动两人的双脚，使“小船”向前行进，到达终点后，最后一个队员的屁股出终点线后，另一组再继续进行比赛。

规则:

1.小船从何处散开，必须在当地重新组好再开始。

2.组成“小船”的两个人的臀部不得离开对方的双脚脚面。

3.每组队员最后一个队员的屁股出终点线，下一组才可以继续。

4.以最后一组完成比赛的时间先后顺序来计算名次。

学校后勤准备并提供活动器材。（呼先先提供所有比赛项目所需器材名称）

保卫科及校园保安负责活动期间一切安全事宜（班主任强调安全事项）。

以年级为单位，评出一、二、三名，并发奖状。

备注：

1.所有不遵守规则者，则其不算参赛人头，但所用时间要计算在内，而且其成绩也忽略。

2.比赛班级互相监督参赛人数。

3.请老师们根据自己年级的项目组织学生适时训

练，争取玩得快乐，胜败无悔。 4.如果男女生不足数，则先满足性别人数要求，再不论性别凑足。

（一）比赛内容：

1.一年级：袋鼠跳

（1）比赛时间：9月11日大课间

（2）地点：运动场草坪

（3）组织人：苗文昌吴伟李晶冯艳丽

2.二年级：快乐司机运输忙（男女各15人）

道具：乒乓拍五副、乒乓球5个、障碍物5个（设置在起点对面）。

（1）比赛时间：9月17日大课间

（2）地点：运动场跑道

（3）组织人：苗文昌吴伟李晶冯艳丽

3.三年级：硕果累累(男女各15人)

道具:桶6个、篮球24个。

（1）比赛时间：10月14日大课间

（2）地点：运动场跑道

（3）组织人：奚向阳郭海龙吴伟赵维明

4.四年级：海豚戏珠（男女各15人）

道具:障碍物8个、篮球12个、呼拉圈4个。

**小学体育活动方案篇十三**

学校大队部根据计划，将在10月份继续开展阳光体育活动。

1、时间：10月下旬（第8周）

2、地点：学校东操场

3、细则：各年级为一比赛单位，由低到高年级依次参加比赛。要求：动作到位，队列整齐，口号响亮，进退场有序；集体荣誉感强。

4、奖项：各年级第一名为一等奖，第二三名为二等奖，其它为三等奖。

5、奖励：一等奖计50分，二等奖计30分，三等奖计20分。并颁发奖状。

1、时间：10月下旬（第9周）

2、地点：学校前硬化路面

3、细则：每班选2名选手参赛，以跳绳和踢毽子数量之和记入成绩，决出名次。

1、时间：11月上旬（第10周）

2、地点：学校东操场

3、内容：在规定区域内双打比赛

4、细则：每年级为同一比赛单位，各中队选2名选手参赛，裁判标准由体育老师拟定。

注：跳绳、踢毽子和羽毛球比赛评分及奖励办法同课间操比赛。活动结束后，根据各中队单项比赛积分总和，评出每年级一个阳光体育示范中队，颁发奖状。望各年级组，各中队接到通知后，积极筹备训练，确保此次活动顺利举行。

各中队参赛选手必须身体健康，近期无病史。

**小学体育活动方案篇十四**

认真贯彻《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》（中发〔20xx〕7号）文件和《教育部国家体育总局共青团中央关于开展亿万学生阳光体育运动的通知》（体教艺〔20xx〕10号）文件精神，全面贯彻党的教育方针，落实“健康第一”的指导思想，继续发扬我校体育传统校的特色，把加强体育工作作为实施素质教育的重要突破口和主渠道，深入开展阳光体育活动，确保学生每天一小时体育锻炼，培养学生良好的体育锻炼习惯和健康的生活方式，使学生在增长知识、培养品德的同时，锻炼和发展身体的各项素质和能力，促进学生身心健康发展，努力使我校学生普遍达到和超过国家体质健康的基本要求。

为加强对我校阳光体育活动的领导，确保活动的顺利实施，学校成立阳光体育活动工作领导小组。

组长：柯坚林

副组长：许彦达傅健龙

成员：张刚罗卫黄平波陈玄飞华晟裴玉容各班主任

活动主题：我运动我快乐我阳光

活动口号：每天运动1小时，健康工作50年，幸福生活一辈子

学校全体师生员工

1、校本性原则。阳光体育活动的项目设计和内容选择上立足于我校特色，根据我校场地、器材、师资、校园体育文化氛围等实际情况，因地制宜，形成具有校本特色的阳光体育活动项目，进而推动学校体育活动的开展和校园文化的建设。

2、趣味性原则。阳光体育活动的项目设计从学生角度出发，从学生发展需要出发，选择符合学生口味，感兴趣的体育活动项目，吸引学生参与，并持久开展。

3、创新性原则。在继承原有的活动项目基础上，通过师生共同探讨，在活动的实践中不断进行选择、借鉴、整合、创新出更具活力的项目，并在实践中不断改进、完善。同时，通过引入民间体育游戏，新兴的体育运动等丰富多彩，富有特色的各种体育活动，源源不断地有选择性地提供给学生，不断充实、更新阳光体育活动内容。

4、实效性原则。阳光体育活动是学生展示个人能力、魅力，发挥、发展个性特长的舞台；是学生相互交流、交往、实现自我价值的平台；是培养和提高终身体育的爱好、习惯、能力的场所。学校设计的阳光体育活动要真正达到增强学生体质、愉悦身心的现实目标，在内容设计和项目选择上应符合青少年的性别、年龄、生理、心理特点，符合人体机能适应规律。

5、安全性原则。阳光体育活动参加人数多、场地小、学生积极性高、跑跳频繁、学生自控能力差，组织不好很容易出安全事故，因此在选择和设计活动项目时，应充分遵循体育活动的规律和小学生身心发展特点，考虑到场地、器材的适用性、安全性，确保活动的安全。

6、长期性原则。阳光体育活动是事关终身幸福，目的是要学生养成终身健体的习惯，我们要把阳光体育活动纳入学生小学六年的校园生活中。

学校根据自身的场地、师资情况和学生兴趣爱好的特点，制定校内各具特色的体育比赛活动。活动形式以集体活动为主、分班(组)活动为辅。

集体活动即每天下午第三节课，组织当天没有体育课的学生在操场开展简便安全又有实效的集中锻炼活动。

分组活动是指以班级、体育兴趣小组和专项比赛等形式开展的活动。分组活动规模小、人数少，地点可以分散，方式灵活便于组织和区别不同情况。

每学期春、秋季确保召开两次全校性的体育运动会。

围绕素质教育的总体要求，根据学校体育工作的任务、学生的心理、生理发展规律和特点、学校场地设施建设和体育器材配备以及季节、气候的变化科学安排阳光体育活动。

主要内容包括：

1、教导处确保各年级开足开齐体育课，一、二年级每周4学时，三至六年级每周3学时，并将体育活动课纳入课表。

2、全国推行实施的《全国中小学生武术健身操》和运动型眼球保健操。

3、各种球类活动竞赛、集体跑步、跳绳、踢毽子、跳皮筋、体育游戏、传统强身健体运动、队列练习等。

4、由中国田径协会、中国教育学会体育专业委员会、国际田联地区发展中心（北京）等单位推荐开展的国际田联少儿（趣味）田径运动项目。

5、根据本校的实际情况和学生身心发展的特点自主开发活动项目。如：校操、韵律操、集体舞、健美操、器械操、绳操、武术操等，要充分发挥师生的主动性和创造性，挖掘创编一批富有学校特色的学生体育活动项目。

1、认真学习，转变观念，达成共识

认真贯彻《义务教育法》、《体育法》和《学校体育工作条例》，不断改善学校体育的基本条件，加强制度建设，提高管理水平，推进科学研究，促进学校体育工作水平的.不断提高。全面落实“人人都是体育运动指导者”的理念，鼓励所有学科教师投身学校体育工作的组织、指导之中。

2、加强领导，保证时间，形成制度

成立以校长为组长的阳光体育活动领导小组，领导和组织学校大课间活动的开展和《学生体质健康标准》实施。以快乐体育、趣味体育引入体育活动为主旨，强化活动的领导与管理，并建立“阳光体育活动制度”和“阳光体育活动评比制度”，在活动的内容与形式、过程与评价上形成有效管理，充分挖掘校内外各种体育课程资源，不断丰富和发展活动的内涵，不断提升活动水平。

学校要将阳光体育活动排入学校的作息时间表，科学安排作息时间。要充分考虑到场地、季节（天气）、以及学生兴趣等因素，精心策划阳光体育活动内容，建立起一定时期内相对固定的活动模式，认真组织实施。

学校建立阳光体育校本课程实施效果评价制度，对活动中的先进班级和个人予以适时激励，并将各种活动方案、活动记录、竞赛评价等文字、音像资料存档，作为总结考核评比的依据，并纳入学校工作考核内容，以保证学校阳光体育活动的有效开展。

3、全员参与，科学合理，体现特色

坚持全体学生全员参与，学校全体教师紧密配合。针对不同年龄、场地器材、季节、气候条件选择编排内容，做到因班、因地、因生制宜。建立起一个时期内相对固定的程序模式，并定期更换活动内容与方式，体现我校广播操特色，不断丰富完善阳光体育活动课程。

4、加大投入，完善设施，确保安全

学校不断加大投入，改善活动场地、充实活动器械设备，确保师生广泛参与的可能性。制定详细工作计划，有组织、有步骤地开展阳光体育活动，有效化解部分学校场地不足与学生人数众多的矛盾。重视阳光体育活动纪律与安全，做好安全保障工作，杜绝伤害事故的发生，确保每天一小时阳光体育活动的顺利开展。

5、结合本校实际和教师、学生特点逐步形成具有本校特色的、学生参与面广、成效突出的体育项目。注重在普及中提高，长期坚持以形成学校体育工作的特色和亮点。

6、加强对活动的考评。学校将全体师生参加阳光体育活动的情况纳入考评。工会负责对全体员工的活动情况进行考评，每月作一次小结，结合发福利，对参加活动积极的员工给予物质或精神奖励，并将情况纳入和谐办公室的评比。对全体教师组织学生参加阳光体育活动情况，由教导处负责考评，考评结果与绩效挂钩，每月一小结，

总要求：做到“四化”。即：行动统一化、队列军事化、动作规范化、活动有序化。

（一）学生具体要求：

1、衣着宽松，尽可能穿运动服装，不装、带各类坚硬、锋利的物品；

2、在指定地点进行活动，不乱窜乱跑；

3、要根据身体情况开展活动，如有身体不适或受伤应立即告知老师；

4、活动时要互相协作、谦让，互相帮助，有序开展活动，安全第一。

（二）教师具体要求：

1、要加强安全教育，并使学生掌握必要的安全防范知识。

2、按《室外大课间活动方案》准备活动器材，做好安全检查工作。

3、检查学生衣着，了解学生的健康状况，合理安排运动量。

4、活动时，要积极参与并做好组织及安全防护工作，防止伤害事故发生。

5、如有意外伤害事故，要严格按照《伤害突发事件处理办法》进行处理。

1、伤情发生后，在场教师必须第一时间对伤者进行处理，了解伤者情况、判断伤情，伤害严重必须立即通知学校领导，并及时送医院观察治疗或打120急救。

2、及时通知家长或监护人，妥善做好沟通、安慰工作。

3、保护现场，了解事故发生经过，调查事故原因，作好有关记录并保护现场，采集有关证据，以利于对事故做到事实清楚，责任明确。

4、重大的伤害事故要及时上报学校。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找