# 小学阳光大课间活动实施方案 大课间活动实施方案(通用20篇)

来源：网络 作者：风起云涌 更新时间：2025-02-27

*为确保事情或工作顺利开展，常常要根据具体情况预先制定方案，方案是综合考量事情或问题相关的因素后所制定的书面计划。方案的格式和要求是什么样的呢？以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。小学阳光大课间活动实施方案篇一为认真贯彻中央政治...*

为确保事情或工作顺利开展，常常要根据具体情况预先制定方案，方案是综合考量事情或问题相关的因素后所制定的书面计划。方案的格式和要求是什么样的呢？以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。

**小学阳光大课间活动实施方案篇一**

为认真贯彻中央政治局会议精神，把学校体育工作作为全面推进素质教育的重要切入口和突破口，吸引广大学生走向操场，走进大自然，走到阳光下。积极参加体育锻炼，确保“阳光体育运动”落到实处，培养学生良好的体育锻炼习惯，切实提高学生的体质健康水平。我校把开展“大课间操”活动作为重要途径之一，保证学生每天一小时体育锻炼时间，增强学生的体质，提高学生的心理素质和道德素质，促使学生主动参与体育活动、艺术活动，使锻炼成为习惯，使学生终生受益。

二、目标和原则。

(一)目标。

1、促进学生健康成长，形成健康及终身体育意识，确保“健康第一”思想落到实处。

2、让学生主动地参与、学习、享受体育，激发学生的运动兴趣，发挥学生的学习积极性和潜能。

3、改革学校课间操，优化课间操的时间、空间、形式、内容和结构，使学生乐于参加，主动地掌握健身的方法并自觉锻炼。

4、促进师生间、生生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力。

5、丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

(二)原则。

1、教育性原则。开展大课间活动，以达到对学生的促德、健体、调智、审美等的教育功能，重视活动过程的教育。

2、科学性原则。根据学生的身心发展的规律及特点，以及学校的实际情况，科学合理的安排大课间的课程计划和活动内容。

3、全体性原则。师生全员参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的，促进师生间、生生间的和谐关系。

4、创造性原则。根据学校场地的特点，科学合理的安排一些活动内容。

三、组织机构。

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，搭班老师协助组织管理好本班学生，做到齐抓共管，层层负责，切实抓好体育工作和大课间活动。

组长：欧阳湘。

副组长：林燕、钟厚德。

成员：

1、体育指导组：全体体育老师。

2、各年级负责协调和督导领导：各年级组长、全体行政。

3、巡视：值日员护导老师。

四、活动形式。

我校大课间活动安排在每周的星期一至星期五上午第二节课后进行，时间为25分钟。采用集中——自由组合——按项目分组活动相结合的形式，有合有分，旨在全员参与，体现快乐学堂，快乐体育，快乐成长的新理念。

(一)场地划分。

1、集合、整队。(4分钟)。

2、全校学生齐做广播操《希望风帆》、武术健身操《旭日东升》。(3-8分钟)。

4、以班级为单位集中收拾活动器材、解散、列队进教室，作好上课准备。(3分钟)。

六、活动要求：

1、注意有序开展活动，安全第一。

2、负责每次大课间活动的教师要提前到位，准备好器材。

3、各项目活动限在规定的活动区域进行。

4、带班教师要鼓励学生参加活动，适时进行安全教育，杜绝伤害事故的发生。

6、对于开展大课间活动有特色的班级，年级，学校将予以奖励。

7、如有活动变化，将及时通知各班。雨天各班自己安排室内的活动。

**小学阳光大课间活动实施方案篇二**

全面贯彻落实党的教育方针和《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》精神，引导和鼓励广大学生积极参加形式多样、生动活泼、健康向上的体育活动，提高学生的身体综合素质，促进学生的全面发展和健康成长。以大课间活动为载体，培养学生自觉锻炼身体的习惯，规范学生课间体育活动内容和形式，推进大课间活动的科学化、制度化、规范化，逐步形成我校体育特色，努力建设和谐校园、平安校园、活力校园。

二、实施原则。

1、教育性、科学性、趣味性原则。大课间活动坚持育人的宗旨，遵循教育规律和中小学生身心发展特点，寓学于乐，寓练于乐。

教学。

工作有机结合，与新课程改革相结合，与小学生综合素质培养有机结合。课外活动的内容与形式丰富多彩，尽量满足不同特长、不同兴趣、不同层次学生的发展需要，促进学生的身体素质、心理素质和审美素质的全面提高，并形成在普及与提高的基础上良性发展的局面。

3、坚持自主自愿与积极引导相结合原则。在组织学生参加大课间活动的过程中，除了教师的指导，同时充分尊重学生的自我选择权和自主活动权，在组织活动时为学生营造一个自主操作、自主锻炼的良好环境和氛围。

4、坚持校内校外相结合原则。以校内活动为主阵地，充分发挥校外活动的独特功能，促进校内校外活动的有机结合，密切配合家庭体育活动和社区体育活动，努力创建良好的课外体育活动环境。

5、坚持安全第一原则。在大课间活动的组织与实施过程中，加强安全教育，制定出安全措施、应急措施和防范措施，避免和防止意外事故的发生。

三、实施方法与目标。

1、学校根据教育部以实施“阳光体育活动”项目为主要内容的要求，结合本校实际开展一绳、一毽、一球、一圈，两操等体育活动，确保每个学生能够掌握两项体育运动技能，并具有一项运动特长。在提高课堂教学质量的同时，开展丰富多彩的大课间体育活动，满足全体学生多样化的活动需求。

2、学校制定好本校学生大课间活动计划，明确目标、落实责任。确立各年级特色，努力形成品牌，更上一个台阶。每日上午一次的大课间体育活动，做到时间、场地、内容、学生、指导教师“五落实”。确保学生每天体育活动时间不少于一小时。

3、制定班级大课间活动制度，坚持每学期年举办一次全校体育运动会和一次全校性民间体育活动项目竞赛，不定期组织各类单项活动。学生参加大课间活动要覆盖全体学生。

4、学校大力改善体育活动场地设施，提高全体教师的活动组织和指导水平，并落实相应的经费，确保学校文体活动的正常开展。同时，积极整合和充分挖掘本地校外体育活动资源，定期开展活动，推动我校大课间活动形成规模、提高水平。

5、建立课外活动，大课间活动考核奖惩制度。学校每天由蹲点行政负责对所辖班级进行考核，一月一评比，一学期进行一次大课间活动示范班级和先进个人评比活动并予以表彰；在每天考核中，班主任未能及时到场，每次各扣-分，未能按计划进行活动，每次扣班级管理-分，在活动过程中，由于所属人任玩忽职守，造成学生伤害事故的，承担全部责任。

6、体育老师要按分工做好巡回指导督查工作，在考核中体育老师未及时到场或指导不力发现一次扣-分，由于玩忽职守，造成学生伤害事故的，按相关制度处置。

四、组织机制。

统一思想，提高认识，切实加强学校大课间活动的领导和管理。学校成立由校长为组长的学。

生课外活动，大课间活动领导小组，明确分工，责任到人，要充分认识中小学生课外体育活动的重要性，把开展这项活动作为推进素质教育、活跃学生课余生活、培养学生健康生活方式的一个重要组成部分，落到实处，见到实效。

何家畔九年制学校课外活动，大课间活动工作领导小组：

组长：张文涛。

副组长：王凯军孟德怀。

骨干成员：张成杲任国栋。

组员：严德宏刘伟体艺组全体成员。

五、实施要求：

1、各级部要成立“大课间”活动领导小组，广泛宣传“快乐大课间”的意义和作用，制订切实可行的实施方案，特别是细化每个项目的具体安排，保障活动人员、器械到位。不无故冲击活动时间，不占用活动地点。将“快乐大课间”活动纳入班级、级部的考核。要结合本级部实际，精心谋划，认真组织，确保安全。

2、全员参与，合理分工，责任到人。各级部主任要组织本级部全体教师参加活动，充分发挥班主任、体育教师及特长教师的作用，每项活动要具体到人，参加人员要有具体职责。班主任负责：(1)认真组织本班学生准时出操，保证出勤率。(2)培养学生体育兴趣，亲自参与，正确引导，教育和鼓励学生积极参与“大课间”活动，为班集体争光，增强学生的集体荣誉感和集体主义精神。(3)检查、了解、监督、管理本班“大课间”活动情况，考勤人数，发现问题及时处理，保证“大课间”活动质量。

体育老师负责：(1)“大课间”内容安排。(2)内容要考虑到季节的特点。(3)负责活动地点、场所及退场安排。(4)负责组织“大课间”全过程，负责指挥和示范，协助班主任工作。

3、各级部要成立“大课间”活动检查评比小组，制定出切实可行的检查评比细则，对“大课间”活动进行常年不间断的全面检查与评比，定期公布，及时表彰，确保“大课间”活动长期顺利地开展下去。

六、场地安排：

四至六年级活动区域为：学生宿舍楼南侧至校园中路以南。

七，八年级活动区域为：教学楼前广场。

九年级活动区域为：教学楼以北操场空地。

七、活动要求：

1、身体健康的学生和教师在天气正常的情况下应积极参与大课间活动，学生会干部应检查各班的活动情况并做好记录。

2、各年级主任把科任教师安排到各个兴趣小组，教师与学生同乐、同玩共同构建和谐的美丽校园。

3、活动内容有创新。班级在指定的区域内组织活动有序。学生积极参与活动，参与率100%，安全第一。器材利用率高，利用器材能够进行创新。

4、各任课教师要参与自己班的训练，和学生一起参与大课间活动。同时，班主任可以结合本班学生和场地的实际情况，创造出自己班的特色项目，使大课间活动更具趣味性、娱乐性、欣赏性。

5、全校教职员工参与大课间活动，“师生同乐”共同构建和谐校园。全程活动都在音乐的指挥下进行。教师既做学生的“学伴”，又做学生的“玩伴”，使活动成为全校师生的游戏化活动。

6、年级主任、班主任抓紧时间对学生进行训练，学校政教处和体育教师将对各年级的大课间进行评比，各年级分别评出一、二、三等奖，对取得优异成绩的班级给予奖励。（评比项目：入场队形队列、口号、精神面貌、纪律、体育器材的利用与维护。

八、管理办法：

1、班主任为班级活动的第一责任人．是负责班级学生大课间活动的组织者、实施者与安全教育责任者，班助理教师为班级学生课外活动的协助者。

2、每位学生必须自觉遵守各种活动的规则要求，听从指挥和安排，并按时参加活动。

3、活动场地由后勤处统一安排，活动器材由科任体育老师管理，实行小组管理责任制。

4、每个班级应认真组织，精心安排，确保安全责任事故为零。活动前组织学生对活动的规则学习了解，要认真进行安排并认真做好场地、器材的准备工作，防止意外事故发生。

5、有生理缺陷的学生不能参加相应的活动，教师应做好劝导工作。

6、设立专门应急处理校医务室，确保活动中师生生命安全。

九、活动时间：

周一至周五的每天上午10：10——10：40。星期一，三，五为弟子规操，星期二，四为广播体操。

附：活动器材申请表。

活动器材申请表。

呼啦圈100个（现有八个）个，计划按班分配各一。

毽子40个计划按班分配各二。

排球40个计划按班分配各一。

篮球40个计划按班分配各一。

跳绳100条（现有20条）计划按班分配各三。

录音机4台及电源线120米，计划按年级分配各一。

空白磁带4盒喊话器2-4个或腰挂麦克风、运动服、帽四套、计划按科任体育老师各一套。

手持指示红白旗各四面，原地固定红旗16面（体育游戏用）计划按各科任体育老师各一套。

2025-9-28。

**小学阳光大课间活动实施方案篇三**

为更好的贯彻党的教育方针，坚持“以人为本，全面发展”的宗旨”，优化学校体育场地设施设备及管理，提高其使用率，发挥全员育人效益。我校在新课程标准的贯彻实施过程中，以“人人健康、快乐体育”为教学理念，根据上级精神把开展大课间活动作为作为重要途径之一，保证学生每天一小时体育锻炼时间，增强学生的体质，促进师生身心和谐健康发展，培养学生主动参与体育活动的意识、兴趣和爱好，形成坚持体育锻炼的习惯和终身体育意识。

(一)目标

1.创编学校集体操，在项目、时间、空间、形式、内容和结构上以全新的方式进行活动，使学生乐于参加，主动的掌握健身的方法并自觉的锻炼。

2.根据学生的身心发展需要，积极创新，促进学生全面和谐的\'发展，全面提高学校师生的综合素质。

3.优化学校体育场地设施设备及管理，提高其使用率，发挥其育人效益。

(二)原则

1.教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行五育教育的功能，重视活动过程的教育。

2.科学性原则。遵循学生身心发展的规律。我校从实际出发，采用课余时间大课间的形式，合理的安排大课间的课程和内容。

3.全体性原则。师生全员参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。

4.创新型原则。根据我校场地宽广的特点，大课间活动增创一些有利于学生身心发展的新颖有趣的体育活动项目。

组长：王世春(校长)副组长：卫志权(副校长)吴卫东(副校长)

教导处负责对教师管理，德育部负责对各班级开展活动情况进行考评，卫平凤负责具体组织实施，孙抒负责校园集体舞的编创及每天大课间的广播音响控制。

我校大课间活动安排在每天上午两节课后进行，时间为30分钟。采用先集中活动再分组活动的形式，以阳光童年为主线串联活动全过程。分组活动是体育课程标准以班级为单位，安排进行活泼多样的游戏、身体素质练习、器械练习等内容。

(一)场地划分(具体看场地划分图)

一年级：运动场东边。

二年级：学校a、b楼中间空地。

三年级：田径场南边。

四年级：田径场中间。

五年级：乒乓球场地。

六年级：田径场中间。

(二)大课间活动流程

1、进场：5分钟

2、校园广播操

3、校园集体舞《小白船》

4、全体师生绕操场跑步两圈。

5、四、六年级，其余年级分班级集体活动。(跳绳、乒乓球、跳长绳、踢键子等活动相对集中安排，每周轮换一次。)

(一)加强宣传，提高认识

充分发挥宣传阵地的作用。采用教师集中学习、黑板报和大队部广播站等形式，大力宣传大课间活动对学生教育意义和健体的作用，使师生达到共识：大课间不仅能提高学生的身体素质，而且可以带动学校的其他工作健康和谐的向前发展。

(二)完善制度，强化管理

为使大课间活动真正的落实到实处，高质量的进行，我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。

(三)活动要求

1、注意有序开展活动，安全第一。班主任必须强调大课间活动纪律与安全，各配班教师下到班级参与活动。

2、卫平凤老师负责准备好器材，每次大课间活动要提前到位，

3、各项目活动限在规定的活动区域进行。负责值日的老师和少先大队值日干部要认真巡视，并做好当天的活动记录。

4、班主任和配班教师要带领学生积极参加活动，并进行安全教育，杜绝伤害事故的发生。

5、对于开展大课间活动有特色的班级学校将予以奖励。

6、雨天各班自行安排室内活动。

为了认真落实宜兴市教育局、宜兴市人民政府教育督导室《关于开展“切实加强学校体育工作，确保学生每天一小时体育活动”的专项督查的通知》文件精神，进一步树立学校教育健康第一的思想，切实推进“阳光体育活动”，有效提高学生身心健康水平，丰富学生的体育活动，激发和保持学生的运动兴趣，培养学生终身体育的意识，促进学校体育课程的改革和发展，确保学生每天一小时体育活动时间，提高体育活动的质量。根据宜教督(20xx)6号和宜教普(20xx)5号文件精神，特制定本活动方案，以落实保证学生每天一小时体育活动的顺利进行。

1、通过体育活动，促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”思想落到实处。

2、通过体育活动，促进师生间、生生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

3、通过体育活动，让学生有选择地参与、学习、享受体育，激发学生的运动兴趣，发挥学生的学习积极性和潜能。

组长：王荣清

副组长：毛国祥、邱洪祥

组员：黄华东、赵珍红、蒋海清、谈建强

一年级：吴小仙、赵珍红

二年级：潘惠芬、朱息妹

三年级(1)班：沈艳、黄继英

三年级(2)班：潘菊英、潘福南

四年级(1)班：吕明蔚、邱洪祥

四年级(2)班：宗伟、曹雪花

五年级(1)班：李辉芳、毛国祥

五年级(2)班：黄华东、黄汉勤

五年级(3)班：周志娟、吴玲芳

六年级(1)班：史美春、吴秀春

六年级(2)班：沈彩娥、吴立新

六年级(3)班：万春萍、潘军

一、二年级：以游戏为主：

晴天：(捉迷藏、丢手帕、老鹰抓小鸡等)在校园内进行

雨天：(讲故事、猜谜语、背诗歌等)在教室里进行。

三、四年级：一部分可参考一、二年级游戏内容：另加

雨天：(讲故事、演小戏剧、过独木桥、仰卧起座、夹弹子等)在教室里进行

五、六年级：

以上活动仅供参考，各班都可以在教师的组织和指导下，有序地开展形式多样、学生喜欢的活动。

1、大课间体育活动领导小组对本校学生大课间体育活动要加强领导，平时经常检查督促，并组织有关活动方面的交流与评比，树立先进，带动全校，保证活动的顺利开展。

2、大课间活动期间，有关负责的教师在活动中要认真负责，要重点抓安全教育，坚持不做和杜绝有危险性的行为和动作，始终树立“健康第一”、“安全第一”的观点。要带领你所负责的学生，创造性地开展体育活动，让每一位学生体会到运动带来的乐趣。

**小学阳光大课间活动实施方案篇四**

根据“学生阳光体育运动”实施计划的要求，结合我校的实际，落实“生命和谐”教育理念和阳光体育行动，全面实施素质教育，培养德智体等全面发展的人才。坚持“健康第一”的指导思想，牢固树立终身体育的新课程理念，把开展大课间活动作为重要途径，保证学生每天一小时体育锻炼时间。增强学生的体质，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。在大课间活动中体现出合作、民主、探究的教学理念，以大课间为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新。贯彻“一切为了学生”的可持续发展的理念，切实加强体育工作，促进学生身体健康发展。

我运动？我健康？我参与？我快乐。

人人有项目班班有活动学校有评价。

1、促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”思想落到实处。

2、让学生有选择地参与、学习、享受体育，激发学生的运动兴趣，发挥学生的学习积极性和潜能。

3、改革学校课间操，优化课间操的时间、空间、形式、内容和结构，使学生乐于参加，主动地掌握健身的方法并自觉锻炼。

4、促进师生间、生生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力。

5、丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

1．教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行五育教育的功能，重视活动过程的教育。

2．科学性原则。遵循学生身心发展的规律，坚持从学校实际出发，科学合理的安排大课间的课程计划和活动内容。

3．全体性原则。大课间活动面向全体学生，使学生人人参与大课间活动。

4．因地制宜原则。因为场地的限制，分区域，分年级进行活动。

5．安全第一原则。要加强安全教育，避免和防止意外事故的发生。

1．时间保障。学校作息时间明确规定大课间活动为周一至周五上午9：40—10：10，早操不包含在大课间活动中，下午4：30——5：20。任何老师不得挤占大课间活动时间，若遇阴雨天就改在室内进行，如：棋类活动，智力游戏等活动。

2．制度保障。为使大课间活动有章可循，杜绝活动开展随意性，学校教务、学生科、体育组联合制订大课间活动，班主任、体育教师负起职责，建立领导督查制、班主任现场督促制、体育教师指导制、大课间活动评比制等制度。

3．人力、物力保障：学校要求师生全员参与大课间活动，活动中教师既是活动的组织者，指导者，又是学生的保护者，同时自己也是活动者，这既体现全员参与健身，又能融洽师生关系，有利于构建新型的和谐、平等的师生关系。大课间活动器材除了学校提供外。更提倡每个班级自制自带自备活动器材。各部主任协助体育组负责器材的发放、整理和保管。

4．安全保障。学校分部，分班级划定活动区域，各班学生必须在指定活动范围内活动，防止出现活动区域不明造成乱串、乱跑等混乱现象。

5．组织保障。学校加强了该项活动的领导，使大课间活动真正落到实处，促进该项活动高质量进行，学校成立了大课间活动领导小组。

成立大课间活动工作领导小组，建立以学校主要领导全面负责，分管领导具体负责，中层领导和部主任分部负责，正副班主任、任课教师精心组织，体育教师分工指导，人人参与、层层落实、齐抓共管的管理机制。

（一）领导小组。

组长：建转锋。

副组长：王景让张永胜索晓辉。

成员：中层领导、部主任、正副班主任。

器材负责人：乔林威马伟玲。

音乐控制：楚玉乾。

组长：索晓辉。

副组长：马伟玲。

成员：乔林威楚玉乾张振武史耀武石金戈张君颖。

1、集合：50秒。

2、出操：3分钟。

播放进行曲，以此作为开始活动的统一信号。各班按顺序列队到学校各区块集中。要求做到静、齐、快。排好队列后，在原地整队，横、纵、斜都要求整齐。

3．广播操：4分10秒。

广播操《时代在召唤》。这是原来都要做的广播操，这也是固定的。该操以动作潇洒、节奏明快、音乐强劲、动感强烈而体现时代特色。

4．分班活动：15分钟（音乐）。

班级特色体育。这部分内容有从学校提供的活动中自主选择，学校根据不同专业学生专门设计许多体育活动项目，做到每部有内容，活动也有各班自主创编的，有来自民间体育的。体现了自主健体与创新的新课程理念，突出了学生自主活动、主动参与，使学生在合作交流的中学会学习、学会做人、学会锻炼。当然，我们也可以结合学校的传统项目来编排相关内容，以体现学校的特色。

5．放松操：2分钟（音乐）。

6、退场：5分钟（音乐）。

每班以班主任为主负责，并分配一个跟班老师，每个体育教师负责相应的部；在场地划分方面，要讲科学，充分考虑学生做操后的流动情况以及活动的项目，尽可能缩小集体活动与自主活动之间的范围，尽可能减少学生无效的行走，因此，我们常把自主活动场地安排在普通教室的附近，同时还要考虑到楼层等因素。

微机部在培训楼后（彭艳林）机电部在大操场篮球场（王博）。

高考部在小操场（孙国兴）幼师部在主教学楼前（郭晓静）。

1．实行考核激励：教务、学生科对各班大课间活动进行评比、表彰和奖励，对把大课间活动开展情况作为评选先进集体、先进个人和优秀班集体评选的重要依据。

2．鼓励活动创新：大课间活动除时间统一外，学校鼓励班主任协同任课老师发挥资源优势和自身特长，在活动形式和内容上进行开发和创新，打造班级特色，丰富大课间活动内容。

b）室外活动时间班主任、搭班教师必须管理到位。

c）由于我校学生人数多，户外集体活动开展起来难度较大，为了能更好地开展体育大课间活动，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。

d）活动全程有广播音乐指挥。

e）广播操结束，室外活动由班主任、搭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。

f）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。

**小学阳光大课间活动实施方案篇五**

1.通过大课间体育活动，促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”思想落到实处。

2.在大课间体育活动中，让学生有选择地参与、学习、享受体育，激发学生的运动兴趣，发挥学生的学习积极性和潜能。

3.通过大课间体育活动，促进师生间、生生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力。

4.通过大课间体育活动，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

二、活动地点。

学校田径场、篮球场、及校道。

三、活动结构。

(整个活动过程都在音乐的旋律下进行，历时30分钟)。

1、出队：

2、准备部分：广播体操。

3、基本部分：形式多样的活动项目。

4、结束部分：放松与归队。

四、活动进程。

1、出队(按照行政班集合，在动感音乐下跑步进入操场)。

要求：各班体育委员组织本班同学集队，队伍整齐有序，听指挥跑步进场。

2、广播体操要求：播放广播操音乐，做操节奏感强、整齐、有力，表现出良好的精神面貌。

3、形式多样的活动项目。

活动内容：篮球、排球、游戏、毽子、羽毛球、跳绳等。

1、活动时间。

9：20——9：50(9：20—9：27广播操)。

2、活动项目、场地安排。

1、体育教师负责活动的组织、指导。

2、班主任或留班教师负责本班的活动管理，确保活动安全、有序。

3、各班体育委员负责器材的借还。

**小学阳光大课间活动实施方案篇六**

为全面实施素质教育，引导学生养成良好的体育锻炼的意识、能力和科学的生活方式，确保学生每天一小时活动时间，结合我学校实际，营造丰富多彩的“快乐大课间活动”。以增强学生的体质，培养学生的心理素质和道德素质，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重要途径。为使该活动顺利进行，特制定本方案。

抓住契机，进一步推进学校体育工作，确保学生每天有一小时的体育活动时间，树立“健康第一”的指导思想，使学生能在阳光下、在操场上体验活动的乐趣，调动师生积极向上的热情，展现良好的精神面貌。同时也为了切实提高学生体质健康水平，锤炼学生勇敢顽强、坚韧不拔的意志品格，培养团结协作精神，形成良好的学习和运动习惯。

每周一到周五上午两节课后9：30——10：00。

组长：冯建民。

副组长：董福祯。

活动教师：班主任、任课教师。

器材出借：王法明。

检查记录：值日教师。

1.师生全员参加，充分发挥师生的积极性，达到全体健身的目的。

2.各班学生由负责教师带队。各班按照活动安排表把学生带到所要求的场地开展活动,内容一周换一次，循环进行。3.负责教师组织各班班长及体育委员到体育室领取自己班的活动器材参加活动，活动结束后点清数量归还器材，办好登记出借手续。

4.每个负责老师要清楚学生进行活动的要求和所需要注意的安全问题。如活动场所的安全隐患，班级之间进行活动场地的避让等。

5.活动结束后，仍由各班负责教师带队回教室。

6．如遇不好的`天气，各班组织好学生在室内进行活动。如下棋、做室内操等。

7．教师写好每一次活动记录，有活动时间、活动人数、组织形式、具体指导、活动效果等。

1、进场（2分钟）。奏《运动员进行曲》，全体师生随着音乐，学生在副班主任老师的带领下，来到各个班级规定的活动场地集中。

2、全体师生一起做操（3分钟）。

3、分班或分组开展活动(20分钟)，奏背景音乐。各班根据活动内容自己安排(班主任老师必须在场，和学生打成一片，融洽在一起)。

4、结束，回教室。(5分钟)奏《运动员进行曲》，在班主任老师带领下，慢跑回到教室。

(b)趣味性游戏：老鹰抓小鸡、找朋友、丢手帕、盖房子、跳方格、及乡土民间小游戏等。

(c)舞蹈类：如韵律舞蹈、集体舞、民族舞等。

(d)身体素质练习类：速度、耐力、力量、柔韧性、灵敏性、协调性等。具体内容如：原地高抬腿跑、立卧撑、俯卧撑、蛙跳、韧带拉伸、蹬台阶、跨障碍、仰卧起坐、2-5分钟耐力跑等有氧运动。(e)体育动作技能类：

田径：跳高、跳远、铅球、掷沙包、接力跑等。

体操：绳操、球操、单扛、双扛、山羊（跳背）、技巧、肋木球类：软式排球、乒乓球、小皮球（网球）。

(f)雨天课在室内进行：棋类活动、智力游戏、仰卧起坐等。

**小学阳光大课间活动实施方案篇七**

一、指导思想：

体育新课程的实验和实施给学校体育工作带来了非常大的挑战，它促使我们大胆地对过去的体育课程进行了反思。为进一步落实“健康第一”的思想，积极开展全民健身运动，确保学生每日在校的一小时活动时间，我校在本学期开展体育大课间活动，在原来的只做操的基础上融入了其他丰富多彩的体育活动，其目的在于改变单调的“每日一操”的格局，让学生得到各种形式的锻炼；并推进校园群众性体育活动的开展，切实提高学生身体素质和身心健康水平。我校将改革传统的课间体育活动模式，启动上午30分钟大课间体育活动。

二、组织机构：

组长：王俊秀。

副组长：王建雯、王卫国。

组员：体育教师、全体班主任。

三、

活动时间：

每周一－五上午第二节课后，时间30分钟。

1、队列练习培养学生时间和空间概念，明确个人和集体关系；培养学生正确的身体姿势和审美能力及集体主义精神。

3、自主活动以传统、民间游戏活动为主，培养学生传承传统文化的兴趣，同时又寓教于乐充分挖掘、发挥师生的创造性、主体性，丰富学生的课余生活。

五、活动程序：

1、入场上午第二节课后当歌曲“阳光体育之歌”响起时，各班成两路纵队按指定行进路线到指定位置集合。

2、会操训练当音乐响起时，由领操员在司令台上指挥，各班按梯级队伍跑步进场，并分别呼喊口号如“„„”队伍全部入场后全校同学原地踏步，然后会操训练。

3、分散活动各班同学在班主任带领下按图示分别到指定位置开展活动。

4、集合整队、退场各班迅速集合好队伍，收集归还活动器材，按次序退场。

5、每周安排一个班在司令台前进行班级体育活动展示。1。

六、活动组织：

1、组织分工。

教导处：负责统筹安排，组织评价。

教科室：负责对大课间活动进行理论指导和帮助。

体育组：负责制定实施方案、协调与指导各班级开展活动团队：配合教导处做好评价工作。

班主任：为班级第一责任人，负责组织好本班的活动，监督本。

班学生在活动中的纪律与安全。

任课教师：参与管理任教班级的活动。

2、组织形式。

以班级为单位。

3、组织要求。

（1）各班必须按照安排表示意图，到固定场地开展活动，不得擅自改变活动地点。

（2）活动所需器材由学校统一安排，也可自备器材。

（3）各班要根据学生需求，努力自创、自选一些适合学生心理特点的活动内容，学校定期组织比赛，对有创新的活动进行推广。

（4）各班要严格按照安排开展活动，不得延迟或拖延各活动时间。

七、评价（以班级为单位）。

评价内容：出勤、组织、开展情况、纪律、参与率等。

评价办法：由教导处组织人员专门检查。

八、雨天安排。

如碰到雨天，各班先在教室内做室内操，然后由班主任或班队干部组织在教室内开展以游戏、棋类、猜谜、脑筋急转弯等活动。

体卫艺处。

2025.08。

**小学阳光大课间活动实施方案篇八**

一、指导思想。

为更好的贯彻党的教育方针，全面实施素质教育，培养德、智、体等全面发展的社会主义建设人才，贯彻落实教育局下发学生每天体育活动时间不小于一小时的文件精神，以健康的视野，本土化的行动，设计出适合我校实际，彰显我校特色的大课间系列活动，确保学生每天锻炼一小时，切实增强学生的体质，培养学生参与体育活动的兴趣，促使学生主动参与体育活动，促进学生的全面发展和可持续发展。

二、领导小组组。

长：

副组长：成员：

三、目标和原则。

（一）目标。

1．舒缓学生因学业而造成的紧张情绪，促进学生身心健康。2．改革学校课间操，优化课间操的时间、空间、内容和结构，使学生有更多时间参与到其他体育活动中去，主动的掌握健身的方法并自觉的锻炼。

3．根据学生的身心发展需要和现有资源，努力创新，整合出形式多样的大课间系列活动，吸引学生强身健体，在活动中养成良好的习惯，强化团队意识，促进学生全面和谐的发展。

4．优化学校体育场地设施设备及管理，提高其使用率，发挥其。

更大功能。

（二）原则。

1．教育性原则。充分发挥大课间活动对学生的习惯培养教育功能、团队协作意识强化功能，重视活动过程的教育。

2．科学性原则。遵循学生身心发展的规律。我校从实际出发，采用课间操和其他活动相结合的形式，合理的安排大课间的课程计划和内容。分区域，以班级为单位，轮换项目，做到有形式，讲实效。

3．全体性原则。充分发挥师生的积极性和创造性，吸引全体学生参与到大课间活动中来，达到全员健身的目的。

四、实施措施。

1．制度保障：学校为使大课间活动常态化，建立学生检查制、班主任现场督促制、体育教师指导制、活动评比制。把大课间活动开展情况作为班集体评比的重要依据，既树立学生的集体活动意识、集体荣誉感，又可以促进大课间活动的可持续发展。

2．时间保障：学校作息时间明确规定大课间活动为周一至周五上午第二节课后30分钟，任何教师不得挤占大课间活动时间，若遇阴雨天就改在室内进行室内操。

3．人力保障。学校要求大课间活动体育老师和班主任全员参与，活动中教师既是活动的组织者、指导者，又是学生活动的保护者，同时自己也是活动者。这既体现了国家所倡导的全民健身，更有利于构建融洽、和谐、平等师生关系。

4．器材保障。大课间活动器材除短绳、毽子、羽毛球拍等由学。

生自备，其余均由学校提供。以项目分区域，以班级为单位，定期轮换。鼓励体育教师、班主任、任课教师发挥自身特长，展示自身才干，开发创新体育、舞蹈、游戏、经典诵读等多种项目。

5．安全保障。学校统一划定活动区域，规定区域规定项目，制定活动安排表，对全体班主任进行培训指导，对学生进行安全教育，并在课外活动课上安排师生观摩，熟悉流程。所有场地均安排教师进行现场活动指导，并督促学生安全。

6．组织保障。建立以一把手校长为组长，书记及分管校长为副组长，教导处、体育组、班主任为执行者的强大团队，确保大课间有效、有序地开展。

广场舞、经典诵读、跳绳、踢毽、羽毛球、篮球、足球、乒乓球等。

场：5分钟2．课间操：5分钟3．分散练习：15分钟。

4．退。

场：整队回教室5分钟。

**小学阳光大课间活动实施方案篇九**

为贯彻落实教育部20xx年9月14日“全国切实保证中小学生每天一小时校园体育活动电视电话会议”精神和《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》（中发[20xx]7号）、《中共安徽省委安徽省人民政府关于加强青少年体育增强青少年体质的实施意见》（皖发[20xx]12号）精神以及淮教字[20xx]108号文精神，全面实施素质教育，切实推进亿万学生阳光体育运动的广泛开展，保证学生每天一小时体育活动时间，促进学生加强体育锻炼，提高身体素质，经研究，特制定了《大课间体育活动实施方案》。

2．根据学生的身心发展需要，积极创新，力求以活动励德，以活动辅智，以活动健体，以活动塑美，释放学生心理空间，力争展现学生勃发的朝气和昂扬的精神风貌。

1、教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行全面素质的提高功能，重视活动过程的教育。

2、科学性原则。遵循学生身心发展的规律，从实际出发，科学合理的安排大课间的课程计划和内容。

3、全体性原则。师生全员参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的`目的。做到班班有项目，人人有活动。

4、实效性原则。大课间活动的目的就是增强学生体质，各校在开展大课间活动时，要充分利用好现有的体育器材，并结合实际，因地制宜，集思广益，自制一些符合本校特色的体育器材，为学生提供锻炼的条件。同时，要把体育和健康教育结合起来，把传统体育与现代体育结合起来，把大课间活动和亿万学生阳光体育运动结合起来，把体育课、国家体质检测项目和体育课外活动结合起来。使学生养成锻炼身体的良好习惯，从而促进学生身体素质的全面提高。

5、创新型原则。根据我校场的特点，大课间活动适宜开展有利于健康的游戏，器械活动将艺术、体育融为一体。

6、安全性原则。树立安全第一的思想，既要让全体学生都参与到活动中去，又要加强安全管理，确保师生安全，避免任何人身伤害事故的发生。

全体师生。

大课间（上午第二三节课间）。

组长：xxx。

副组长：xxx。

组员：xxx。

1、制定时间表：

因我校是寄宿制学校，在校时间充裕，根据上级部门指示精神，结合我校实际，制定符合我校实际情况的锻炼时间表，确保在校生每日锻炼时间超过1小时，具体安排如下：早活动：20分钟，大课间：30分钟，课外活动：40分钟。从每班抽出一节体育课分解到各个活动时间段里。

2、优选活动项目：

结合我校实际情况，优选以下活动：

（1）体操类：广播体操：舞动的青春。

（2）身体素质练习类：如纵跳、原地高抬腿跑、俯卧撑、蛙跳、韧带拉伸、12分钟耐力跑等有氧耐力性活动。

（3）趣味游戏：如看谁反应快（推手、打手等）、跳方格及乡土民间小游戏等。

（4）特色活动项目：如跳绳、踢毽、跳皮筋、滚铁环、掷沙包等。

（5）球类活动项目：篮球、排球、乒乓球、羽毛球等。

3、每年开展一次运动会：视学校具体情况开展常规运动会或者趣味运动会。

1、注意有序开展活动，安全第一。班主任必须强调大课间活动纪律与安全，协助指导教师开展活动。

2、各年级活动内容进行轮换，打破年级界限。负责每次大课间活动的指导教师必须提前到位，准备好器材，适时进行安全教育，杜绝伤害事故的发生，开展好活动。

3、各项目活动限在规定的活动区域进行。不得随意改变安排的活动内容。

4、雨天各班由自备活动器具安排室内活动。

5、大课间值日教师负责记录各班的活动情况，协助项目负责教师处理突发事件。

1、考勤制度。

由政教处联合教务处等部门组织值周领导和教师对前勤做操进行每日检查，每月对教师出操情况搞好记录做好统计，学生参加大课间操体育活动的情况做出评价，并且给予扣分，把此项检查和周流动红旗评选结合起来。

2、竞赛制度。

每学期开展一次广播操比赛。

3、评比制度。

把大课间操体育活动作为考核学生的一项内容。不合格者不能评为三好学生。把大课间操体育活动作为评选优秀班集体的重要内容。不达标的班级取消评比资格，对于开展大课间活动有特色的班级，年级，学校将予以奖励。

附表一、大课间时间表：

1、眼保健操05′20″。

2、下楼曲:《运动员进行曲》04′00″。

3、静站集合：《集合号》00′30″。

4、军姿训练一分钟01′00″5、广播操：舞动的青春05′10″。

5、班级特色活动:14′00″。

**小学阳光大课间活动实施方案篇十**

根据中共中央国务院《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》的文件精神和温家宝总理在2025年〈政府工作报告〉中提出的“保证中小学生每天一小时校园体育活动”的要求，切实加强学校体育工作，积极开展阳光体育运动，促进学生身心健康和谐发展，最大程度地发挥学生和老师的主动性与创造性。促进体育课堂教学的改革与创新，体现良好的校风，校纪和学生的精神面貌，从小养成主动参与体育活动的兴趣和爱好，培养竞争意识、合作精神和坚强毅力，促进身心全面发展。特制定本校实施阳光体育“大课间”活动方案。

组长：张平华

副组长：蔡录元张继龙陈仁国蔡德元

组员：全体教师

职责：

（1）领导小组：领导整个活动的开展。

（2）体育老师：具体负责全校性的“阳光体育大课间活动”，对全校性的活动质量负责。

（3）年级组长：领导、指导本年级班主任老师和体育老师开展好活动，对本年级“阳光体育大课间活动”的质量负总责。

（4）班主任老师：是本班“阳光体育大课间活动”的组织者、实施

者、责任人，对本班的活动质量和活动效果负全责。

（5）跟班教师：协助班主任负责对相应班级活动的组织、开展以及秩序的维护。

（一）目标

1、促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观。

2、让学生有选择地参与、学习、享受体育，激发学生的运动兴趣，提高学生的学习积极性和潜能。

3、促进师生间、学生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力。

4、根据学生的身心发展需要和现有资源，努力创新，整合出形式多样的大课间系列活动，吸引学生强身健体，在活动中养成良好的习惯，强化团队意识，促进学生全面和谐的发展。

5、丰富校园文化生活，营造积极向上的校风、学风。

（二）原则

1、教育性原则。充分发挥大课间活动对学生的习惯培养教育功能、团队协作意识强化功能，重视活动过程的教育。

2、科学性原则。遵循学生身心发展的规律。我校从实际出发，采用多种活动相结合的形式，合理的安排大课间的课程计划和内容。分区域，以年级为单位，轮换项目，做到有形式，讲实效。

3、全体性原则。充分发挥师生的积极性和创造性，吸引全体师生参与到大课间活动中来，达到全员健身的目的。

四、实施措施

1、制度保障：学校为使大课间活动常态化，建立学生检查制、班主任现场督促制、体育教师指导制、活动评比制。把大课间活动开展情况作为文明班集体评选的重要依据，既树立学生的集体活动意识、集体荣誉感，又可以促进大课间活动的可持续发展。

2、时间保障：学校作息时间明确规定大课间活动为周一至周五课间操，任何教师不得挤占大课间活动时间。

3、人力保障。学校要求大课间活动所有教师全员参与，活动中教师既是活动的组织者、指导者，又是学生活动的保护者，同时自己也是活动者。这既体现了国家所倡导的全民健身，更有利于构建融洽、和谐、平等的师生关系。

4、器材保障。大课间活动器材除沙包、毽子、皮筋等由学生自备，其余均由学校提供。鼓励体育教师、班主任、任课教师发挥自身特长，展示自身才干，开发创新体育、舞蹈、健身操、游戏等多种项目，如：太极拳、集体锅庄等。

5、安全保障。对学生进行安全教育，所有场地均安排教师进行现场活动指导，并督促学生安全。

6、组织保障。建立以一把手校长为组长，分管校长为副组长，教导处、体育教师、班主任为执行者的强大团队，确保大课间有效、有序地开展。

（一）时间：周一至周五课间操

（二）地点：操场

（三）对象：1~9年级学生

（四）活动内容：单周的周一、周三、周五由各年级组自行组织开展，周二、周四为全校性的太极拳。双周的周一、周三、周五为全校性的太极拳，周二、周四由各年级组自行组织开展。

**小学阳光大课间活动实施方案篇十一**

为全面实施素质教育，切实推进“阳光体育运动”，培养德智体等全面发展的人才，为全面推进《学生体质健康标准的实施》，坚持“健康第一”的指导思想，丰富学生的课余生活，为学生每天都有一个小时的体育锻炼时间创造良好的条件。最大程度地发挥学生、教师的主动性和创造性，积极开发利用我校现有的体育资源，变原有单一的集体活动形式为分年级分班级、多项目多场地等多种形式并举，进一步丰富大课间体育活动的内容。增强学生的体质，培养学生的心理素质和道德素质，促进学生主动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。在大课间中体现民主、合作、创新的意识。并以大课间为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新，体现良好的校风、校纪和学生的精神面貌，带动校园文化的建设。

(一)目标。

1、通过大课间体育活动，促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”思想落到实处。

2、在大课间体育活动中，让学生有选择地参与、学习、享受体育，激发学生的运动兴趣，发挥学生的学习积极性和潜能。

3、通过大课间体育活动，全面提高学校师生的综合素质，促进师生间、生生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力。

4、优化学校体育场地设施设备及管理，提高其使用率，发挥其育人效益。

5、通过大课间体育活动，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

(二)原则。

1、教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行五育教育的功能，重视活动过程的教育。

2、科学性原则。遵循学生身心发展的规律。我校从实际出发，采用大课间与短课时相结合的形式，合理的安排大课间的课程计划和内容。

3、全体性原则。师生全员参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。

(一)建立“五个”保障体系，确保大课间活动有序开展。

1、组织保障。学校成立大课间活动领导小组，促使大课间活动真正落到实处,促进该项活动高质量进行。

组长：

副组长：

成员：

(2)体艺综合指导组：

组长：周峰。

副组长：陈良宝、徐维军、陆人杰、邵杰、吴雪良、陆耀新。

成员：董浜中心小学全体教师。

2、制度保障。为使大课间活动有章可循，杜绝活动开展随意性，学校规定大课间活动班主任与副班主任老师协助辅导老师共同指导和参与学生的活动，建立领导督查、艺体教师指导的制度。

3、时间保障。根据上级安排和我校的实际，学校作息时间作相应调整，明确规定大课间活动分为上午和下午两段时间进行，上午为每天上午9:10——9:35(星期一升旗)这段时间，早操包含在大课间活动里，早操结束后进行分年级分班活动。任何老师不得挤占大课间活动时间。下午为3：35——3：55。若遇阴雨天改在室内进行，如：棋类活动、智力游戏等。

4、人力、物力保障。要求师生全员参与大课间活动，活动中教师既是活动的组织者、指导者，又是学生的保护者，同时自己也是活动者，这既体现国家所提倡的全面健身，又能融洽师生关系，有利于构建新型的和谐、平等的师生关系。大课间活动器材由学校体育室提供。另外提倡每位学生自备跳绳、毽子、棋类器材中的其中一样。

5、安全保障。各班学生必须在指定活动范围内活动,防止出现活动区域不明或乱串、乱跑的混乱现象。正副班主任和协助辅导老师跟班进行现场活动指导。

上午的大课间活动按规定进行，下午的活动除时间、场地及活动内容有具体规定、保证外，在活动形式、空间上各班均具有很大的自主性和灵活性，各正副班主任和协助辅导老师可发挥自身特长，展示自身才干，开发创新体育、舞蹈、球类游戏等项目。

1、进场：5分钟。

上午第一节下课后学生稍做休息，当集合号响起后，各班迅速在教室门口排队集中，然后随着《学习雷锋好榜样》乐曲进场。

2、做操：全校学生齐做《希望风帆》广播操(5分钟)。

3、活动：广播操做完后，各年级在指定场地分组活动。(10分钟)。

4、退场：集合号再次响起，全校学生迅速集中，班主任整理好队伍，按《学习雷锋好榜样》乐曲退场(5分钟)。

5、解散：各班全部回到教室，音乐声停，班主任宣布下课解散。

各年级活动内容循环进行。

**小学阳光大课间活动实施方案篇十二**

一、指导思想。

全面贯彻落实《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》精神，丰富学生课余生活，磨练学生的意志品质和道德品质，培养良好的锻炼习惯，有效提高学生健康水平，形成坚持锻炼的习惯和终生体育意识，以大课间活动为辐射点，体现良好的校风，校纪和学生良好的精神面貌，带动校园文化的建设。

二、活动主题。

阳光、运动、健康、安全。

三、

参加对象。

柏乡县第二中学全体师生。

四、组织领导。

（一）组织领导组。

长：

副组长：组。

员：

职

责：负责组织领导“阳光大课间活动”的实施、指导、检查和评比工作，保证“阳光大课间活动”正常有序开展。

（二）工作小组组。

长：副组长：

组

员：体育教师。

各班班主任。

职

1、全体参与原则。

学生全体参加，充分发挥大家锻炼的积极性，互相激励，做到人人锻炼，促进中学生身体健康、心理素质全面提高。

2、安全第一原则。

严格场地管理，落实安全职责。既要让全体学生都参与到活动中去，也要加强安全管理，制定出必要的安全措施、应急措施，避免和防止意外事故的发生。对于一些身体情况特殊学生的学生，要给予特别的关心，锻炼强度要适中，以免引起身体不适。

3、科学性原则。

遵循学生身心发展的规律，符合中学生身心发展特点，我校从实际出发，合理安排大课间活动的计划和内容。保证时间的同时也不超时，符合人体运动的变化规律，不影响下一节课的正常学习。

4、教育性原则。

总要求：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；

**小学阳光大课间活动实施方案篇十三**

1．通过大课间体育活动，促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”思想落到实处。

2．通过大课间体育活动中，发挥学生的学习积极性和潜能，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。

3．通过大课间体育活动，提高学生的合作、竞争意识和交往能力，全面提高学校师生的综合素质。

4．通过大课间体育活动，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

1.全体性原则。大课间活动的开展要面向全体学生，充分要求人人积极参与活动，达到全体健身、全员愉悦的目的。

2.教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行五育教育的功能，重视活动过程的教育。

3.科学性原则。遵循学生身心发展的规律，结合我校实际及场地特点，合理的安排大课间的活动计划和内容。

4.安全的原则。在大课间体育活动的组织与实施过程中，要加强安全教育和管理，要制定出必要的安全措施、应急预案，避免和防止意外事故的发生。

1.星期一至星期五早晨6:20-6:30全体住宿生早锻炼。（10分钟）

2.星期二至星期五上午第二节课结束后大课间操活动（冬季为跑操）（星期一举行升旗仪式）。（30分钟）

3.星期一至星期五上午第四节课前做眼保健操。（5分钟）

4.星期一至星期五下午第五节课后做眼保健操（5分钟）。

5.星期一至星期五下午第六节课结束后体育活动（冬季为跑操）。（30分钟）

活动内容时间地点

上午各班级自教室门前至集合地点整队5分钟跑操路线详见安排表

集体跑操18分钟

自主活动7分钟

1.大课间活动实行学校领导负责制，年级部、政教处、教务处具体负责，及时了解活动开展情况，发现、解决存在问题。

2.班主任要教育和鼓励全班学生积极参与大课间活动，增强学生的集体荣誉感。班主任认真组织本班学生按时按时参加大课间活动，培养学生活动兴趣，从思想上正确引导学生，及时检查、了解、监督、管理本班大课间活动情况，发现问题及时处理，保证大课间活动质量，同时负责活动安全工作。

3.体育老师具体负责大课间活动的组织和实施。体育教师负责大课间活动内容的安排、乐曲的选择，负责班级活动场所及进退场的安排，负责组织和指挥大课间活动的全过程，并协调班主任组织好所带年级的大课间活动。

4.各班要保证学生全员参与，除生病请假的外，无特殊情况不得缺席。

5.引导全体教师积极参与大课间活动，协助班主任和体育教师开展大课间活动。

6.加强大课间操过程的质量监管。政教处、团委下辖“文明监督员”负责大课间活动各班出勤情况的检查记录；各年级部体育备课组组长大课间活动（跑操）质量的检查记录；医务室校医负责眼保健操做操质量的检查记录，以上检查的全部结果纳入学校文明班集体量化考核积分中。年级部值日组长负责班主任、体育教师、值日教师的考核，报年级部备案。

**小学阳光大课间活动实施方案篇十四**

开展大课间活动，是为全面实施素质教育，引导学生养成良好的体育锻炼的意识、能力和科学的生活方式。今天本站小编给大家为您整理了快乐大课间活动实施方案，仅供参考。

一、指导思想。

全面实施“学生体质健康过程”，积极开展阳光体育运动“，进一步推进快乐“大课间”活动，以“体育、艺术‘2+1’项目”活动为内容确保学生校内不少于1小时课外活动时间，使每位小时能够掌握两项体育运动技能和一项艺术特长。

二、实施要求。

1、各校要根据《阳泉市郊区关于开展体育、艺术“2+1”项目活动的实施方案》和《体育、艺术“2+1”项目技能测试标准》，认真做好体育、艺术“2+1”项目的测试认定工作。各校力求做到规范+特色。

2、各校要制定切实可行的。

校长为第一责任人做到专人负责以班组织活动从课间操到体育、艺术(乐器、舞蹈、唱歌、美术等)活动都要有安排、有检查、有记录、有评比、有总结。

3、根据学生年龄特点、年级特点，依照标准进行实施，同时结合开展“乐器”进课堂和“名曲、名画、名著”进校园活动，依托校园广播、校园文化专栏开展“每周一曲、每周一画、每周一文”为主要形式的艺术欣赏活动，积极搞好“六一”、“十月”艺术教育月活动。

4、3月份---5月份为集中活动时间，5月份中下旬联校进行检查、评比，区教育局进行“快乐大课间”(“文化环境创设”)落实情况调研。6月份区组织此项工作的测试和情况汇报。

一、指导思想。

为更好的贯彻党的教育方针，坚持“以人为本，全面发展”的宗旨”，优化学校体育场地设施设备及管理，提高其使用率，发挥全员育人效益。我校在新课程标准的贯彻实施过程中，以“人人健康、快乐体育”为教学理念，根据上级精神把开展大课间活动作为作为重要途径之一，保证学生每天一小时体育锻炼时间，增强学生的体质，促进师生身心和谐健康发展，培养学生主动参与体育活动的意识、兴趣和爱好，形成坚持体育锻炼的习惯和终身体育意识。

二、目标和原则。

(一)目标。

1.创编学校集体操，在项目、时间、空间、形式、内容和结构上以全新的方式进行活动，使学生乐于参加，主动的掌握健身的方法并自觉的锻炼。

2.根据学生的身心发展需要，积极创新，促进学生全面和谐的发展，全面提高学校师生的综合素质。

3.优化学校体育场地设施设备及管理，提高其使用率，发挥其育人效益。

(二)原则。

1.教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行五育教育的功能，重视活动过程的教育。

2.科学性原则。遵循学生身心发展的规律。我校从实际出发，采用课余时间大课间的形式，合理的安排大课间的课程计划和内容。

3.全体性原则。师生全员参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。

4.创新型原则。根据我校场地宽广的特点，大课间活动增创一些有利于学生身心发展的新颖有趣的体育活动项目。

三、组织机构。

组长：王世春(校长)副组长：卫志权(副校长)吴卫东(副校长)。

教导处负责对教师管理，德育部负责对各班级开展活动情况进行考评，卫平凤负责具体组织实施，孙抒负责校园集体舞的编创及每天大课间的广播音响控制。

四、活动形式。

我校大课间活动安排在每天上午两节课后进行，时间为30分钟。采用先集中活动再分组活动的形式，以阳光童年为主线串联活动全过程。分组活动是体育课程标准以班级为单位，安排进行活泼多样的游戏、身体素质练习、器械练习等内容。

(一)场地划分(具体看场地划分图)。

一年级：运动场东边。

二年级：学校a、b楼中间空地。

三年级：田径场南边。

四年级：田径场中间。

五年级：乒乓球场地。

六年级：田径场中间。

1、进场：5分钟。

2、校园广播操。

3、校园集体舞《小白船》。

4、全体师生绕操场跑步两圈。

5、四、六年级，其余年级分班级集体活动。(跳绳、乒乓球、跳长绳、踢键子等活动相对集中安排，每周轮换一次。)。

五、管理措施及要求。

(一)加强宣传，提高认识。

充分发挥宣传阵地的作用。采用教师集中学习、

黑板报。

和大队部广播站等形式，大力宣传大课间活动对学生教育意义和健体的作用，使师生达到共识：大课间不仅能提高学生的身体素质，而且可以带动学校的其他工作健康和谐的向前发展。

(二)完善制度，强化管理。

为使大课间活动真正的落实到实处，高质量的进行，我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。

(三)活动要求。

1、注意有序开展活动，安全第一。班主任必须强调大课间活动纪律与安全，各配班教师下到班级参与活动。

2、卫平凤老师负责准备好器材，每次大课间活动要提前到位，

3、各项目活动限在规定的活动区域进行。负责值日的老师和少先大队值日干部要认真巡视，并做好当天的活动记录。

4、班主任和配班教师要带领学生积极参加活动，并进行安全教育，杜绝伤害事故的发生。

6、雨天各班自行安排室内活动。

一、指导思想。

为丰富学生课余生活，为学生每天能有体育锻炼时间创造良好的条件，增强学生的体质，培养学生的心理素质和道德素质，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。采取自制器材和开发利用体育资源，在大课间活动中体现合作，自主，探究，创新的教学理念。以大课堂为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新，体现良好的校风，校纪和学生的精神面貌，带动校园文化的建设。健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提，是中华民族旺盛生命力的体现。贯彻教育部开展“体育艺术2+1项目”实验工作的精神，积极实施“快乐大课间”活动，保证学生每天一小时体育锻炼时间，实现“体育与艺术、科技与创新、趣味与竞技”的完美统一。从小养成主动参与体育活动的兴趣和爱好，培养竞争意识、合作精神和坚强毅力，促进身心全面发展。

二、活动目标。

1、开展大课间活动，改革学校课间操，优化课间操的时间、空间、形式、内容和结构，使学生乐于参加，主动掌握健身的方法并自觉锻炼。

2、通过大课间活动，促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”落在实处。

3、在大课间活动中，让学生选择自己喜爱的运动项目，并积极主动地参与到活动中来。

4、通过大课间活动，促进师生间、学生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力。

5、通过大课间活动，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

三、活动原则。

1、教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行五育教育的功能，重视活动过程的教育。

2、全员参与原则。师生全员参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。

3、安全第一原则。严密场地、器材管理，落实行政值周、班主任、副班主任职责，强化活动过程管理，制订安全预案，全方位贯彻“安全第一”原则。

4、因地制宜原则。根据我校场地小，在校学生多，人均占地面积不足的特点，采取以年级为单位，室内、室外分组活动的形式。室外以学校快乐体育训练为主，群体竞赛为辅;室内以班级特色创建为主，室内游戏、室内体育活动为辅。

5、科学性原则。遵循学生身心发展的规律，我校从实际出发，以全面落实教学计划，又不增加学业负担为前提，合理地安排大课间的课程计划和内容，将艺术、体育、特色创建融为一体。

6、创新型原则。我校场地小，学生多，大课间活动适宜开展有利于健康的游戏，跳皮筋，踢毽子，跳绳，摇呼啦圈，拍球，丢沙包之类的活动。

四、健全机制。

(一)安全工作：

2.在指定位置进行规定项目活动，不能擅自进行其他项目活动，更不能乱窜乱跑;。

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，同学间要互相协作、谦让，互相帮助，共同做好安全保护工作，不能互相吵闹、争执甚至打架。

(二)班主任职责：

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《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。

6.及时做好活动记录，随时接受各级督查。

**小学阳光大课间活动实施方案篇十五**

为进一步落实县教育局《转发教育部办公厅关于开展〈体育、艺术2+1项目〉实验工作的通知》《转发教育部关于落实保证中小学生每天体育活动时间的意见》精神，根据“健康第一”的指导思想，为全面实施素质教育，引导学生养成良好的体育锻炼的意识、能力和科学的生活方式，确保学生每天一小时活动时间，结合我学校实际，经研究决定，在全校开展“快乐大课间活动”，把这作为增强学生的体质，培养学生的心理素质和道德素质，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重要途径之一。为使该活动顺利进行，特制定本方案。

为更好地贯彻党的教育方针，全面实施素质教育，培养德智体等全面发展的人才，落实科学发展观，更好落实“阳光体育”工程，坚持“健康第一”的指导思想，牢固树立终身体育的新课程理念，遵循青少年身心发展规律，通过“快乐大课间活动”，体现合作、民主、探究的教学理念，以大课间为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新。

(一)成立学校“快乐大课间活动”领导小组

组长：王军士

副组长：史兴军

成员：杨虹史学斌刘平平刘现荣刘光永高凤欣

(二)成立学校领导小组

“快乐大课间活动”管理与组织是一项涉及到学校主要领导、分管领导、政教处、教务处、班主任、体育教师、艺术教师的一项系统工作。因此要成立由学校主要领导牵头，分管领导、政教处、教务处、体育教研组、艺术教研组参与的领导小组，加强对“快乐大课间活动”的组织与日常管理。

(一)参与对象

全体在校学生

(二)形式、时间

1、活动形式

快乐大课间活动要讲求实效。根据季节的变化灵活安排活动内容，变换活动形式;根据学校实际每天组织丰富多彩的活动，将活动分为综合性活动和广播体操两大类。

2、活动时间

学校每天上午安排30—40分钟(包括课间操、眼睛保健操时间)，下午安排30分钟(包括课间操、眼睛保健操时间)，活动时间全部列入学校课程表。

(三)拓展空间

1、创建快乐体育园地

学校充分利用学校的边角空地，因地制宜少花钱或不花钱建设多种多样体育器材，使学生的活动空间得到扩展，活动设施器材得到补充、丰富。

2、舞蹈室内健身操与室内健身游戏，弥补室外活动空间的不足，同时可消除不良天气带来的影响，达到既扩充空间又保证活动时间的效果。

(四)丰富活动内容

1、丰富大课间的活动内容，我校大课间的内容可分为六个大类别：

(1)体操类：在教育部统编广播操的基础上，各班还可安排自编操、武术操、球操、健美操及队列队形练习等。

(2)舞蹈类：如韵律舞蹈、形体练习、舞蹈动作组合、集体舞、民族舞等。

(3)身体素质练习类：分为力量、耐力、速度、柔韧、协调等，具体的如纵跳、原地高抬腿跑、俯卧撑、蛙跳、韧带拉伸、12分钟耐力跑等有氧耐力性活动。

(4)趣味游戏：如看谁反应快(推手、打手等)、角力、轻物掷远、跳方格及乡土民间小游戏等。

(5)特色活动项目：如跳绳、踢毽、跳皮筋、滚铁环、掷沙包、放风筝等。

(6)新颖有趣的快乐体育园地的内容，如竹杆舞、同舟共济(板鞋)、多向角力等项目，学生有新奇感且参与性较强。

这六大类项目，学校按照自己的场地、器材的情况，根据不同季节的要求，结合学生实际，自主统筹安排。要求强调趣味性，符合学生的年龄特点;不仅关注活动的形式，更要注重健身的实效性;要因地制宜，突出自己特色。同时在大课间活动中有配合活动内容的伴奏音乐，使艺体相辅相成。

2、在体育教学中重视选项教学与运动处方教学相结合。通过选项教学，提高学生的运动技术水平，提高运动鉴赏与参与的能力，使学生更乐于参加体育运动。针对学生的不足，有针对性地开出运动处方，促使学生科学的锻炼与提高。

**小学阳光大课间活动实施方案篇十六**

坚持以“健康第一”为指导思想，以确保每位学生每天锻炼一小时为工作主线，认真贯彻执行教育局关于开展“体育、艺术2+1项目”实施意见的精神，本学期我校根据学生健康发展的需要和体育锻炼的需求，结合学校的实际，突出专业特色，坚持“体育为学生的基本素质提升服务、为专业课学习服务、为学生的终身发展服务”的宗旨，系统地设计了能切实提高全体学生运动技能和锻炼能力的锻炼内容和方法体系，促使开展大课体育活动进一步规范化、常态化。并以大课间体育活动为辐射点，推动学校体育及其它工作的不断深化。

二、活动目标。

1、改革学校课间操，优化课间操的时间、空间、形式、内容和结构，使学生乐于参加，主动的掌握健身的方法并自觉的锻炼。

2、以大课间体育活动为辐射点推行、落实“掌握一门体育运动技能，学会欣赏1-2项体育运动项目\"。

3、根据学生的身心发展需要，积极创新，力求以活动励德，以活动辅智，以活动健体，以活动塑美，以活动促劳，促进学生五育全面和谐的发展。

3、优化学校体育场地设施设备及管理，提高其使用率，发挥其育人效益。

4、全面提高学校师生的综合素质。

三、活动原则。

1、全体性原则。大课间体育活动的开展要面向全体学生、班主任及青年教师，要从学生参与面的大小确定活动项目，做到人人参与活动。

2、全面性原则。大课间体育活动要与日常教育教学工作有机结合，与中小学生合素质培养工作有机结合，与职业有机结合，坚持寓教性、健身性、趣味性、职业性。

3、因时制宜、因地制宜、因生制宜原则。大课间体育活动要根据学校规模、场地、设施、专业特色和气候特点因时、因地、因生制宜的进行。学校要挖掘体育资源的潜力，调动一切积极因素，充分发挥师生员工的主观能动性，使得活动内容与形式丰富多彩，能够满足不同特长，不同兴趣、不同层次学生活动需要。

4、适度的原则。教师要掌控学生的运动量，指导学生适度进行体育活动，并组织做好放松活动。避免由于学生的自控能力较弱、活动时间相对较长、超负荷运动等原因，而带来影响下一节文化课教学效果的现象发生。

5、安全的原则。在大课间体育活动的组织与实施过程中，要遵循教育规律和中小学生身心发展特点，设置运动项目，开展相关活动。要加强安全教育和管理，要制定出安全措施、应急措施，避免和防止意外事故的发生。但也要防止以怕出事故为由，排斥利于学生吃苦耐劳、顽强拼搏等体育运动项目。

四、组织机构。

统一思想，提高认识，切实加强学校大课间活动的领导和管理。学校成立由陈敏校长为组长的学生大课间活动领导小组，明确分工，责任到人，要充分认识大课间体育活动的重要性，把开展这项活动作为推进素质教育、活跃学生课余生活、培养学生健康生活方式的`一个重要组成部分，落到实处，见到实效。

组长：陈敏。

副组长：谢良、李青、彭云强。

成员：全体班主任。

检查协调组：王鸿志、钟世斌、李旭春。

体育指导组：熊红、张明富、徐连平、罗建平、严雨松、舒心、赵伟光、张强、刘德松。

设施设备组：李虹、程冬云、梁长庆。

医务组：黄碧英、税蜀穗。

五、活动形式。

我校大课间活动安排在每周的星期一至星期五，上午第一节课后(时间为35分钟左右)的大课间体育活动。目前采用“集中活动”的形式为主，以音乐为背景串联活动全过程，坚持寓教性、健身性、趣味性、职业性。

结合我校的实际，突出专业特色，坚持“体育为学生的基本素质提升服务、为专业课学习服务、为学生的终身发展服务”的宗旨，系统地设计了能切实提高全体学生运动技能和锻炼能力的锻炼内容如下：

1、礼仪训练。

2、第九套广播体操。

3、集体跑。

4、循环跑。

5、放松操。

1、眼保健操。

2、拍手操。

3、室内操。

4、礼仪训练。

5、手指游戏。

七、活动流程。

(一)室外活动流程。

1、进场：上午第一节课下课提示音乐响起后，各班依次在走廊上排好队，听运动员进行曲后进场。

2、礼仪训练。

3、第九套广播操。

4、集体跑。

5、循环跑。

6、放松操。

7、退场。

(二)室内活动流程。

1、整队准备：上午第一节课下课提示音乐响起后，迅速整队、调整座位距离。

2、眼保健操。

3、拍手操。

4、室内操。

5、礼仪训练。

6、手指游戏。

7、完毕、归位。

八、活动要求。

1、注意有序开展活动，安全第一。班主任必须强调大课间活动纪律与安全，各配班教师下到班级参与活动。

2、程冬云、梁长庆老师负责准备好器材，每次大课间活动要提前到位。

3、班主任和配班教师要带领学生积极参加活动，并进行安全教育，杜绝伤害事故的发生。

5、对于开展大课间活动中表现优异的班级学校将予以奖励。

6、天气良好在室外进行大课间活动，如遇雨雪、雾霾等恶劣天气在室内进行大课间活动。

201x年4月8日。

**小学阳光大课间活动实施方案篇十七**

1、促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”思想落到实处。

2、让学生有选择地参与、学习、享受体育，激发学生的运动兴趣，发挥学生的学习积极性和潜能。

3、促进师生间、生生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力。

4、结合阳光一小时活动，改革大课间活动，创造有特色的活动氛围，真正落到每天锻炼一小时。

5、丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

二、活动形式：

本学期采用分班活动形式，以动感的音乐为背景串联活动全过程。每天大课间进行。

三、实施措施：

由老师带队到指定地点进行跳绳练习（各班绳子自备）。活动形式可针对跳绳比赛项目进行练习也可利用绳子创编各种游戏。师积极鼓励学生做到“人人有绳人人跳绳我会跳绳我要跳绳”并跟班指导，参与学生活动。（选用轻快、活泼的音乐）。

放松心情、调整情绪。室外活动按当天活动场地就地组织整理器材，整队听音乐统一做放松操后排队回到教室。（舒缓的音乐）。学生要求：在轻音乐中学生跳放松舞，整理器材，回归教室。

教师要求：跟班指导学生整理器材，组织队伍进行放松活动，组织学生排队回到教室。

四、活动内容:。

并脚跳、双脚交换跳、单脚跳、双摇跳、一人带一人跳、“8”字接力跳。

**小学阳光大课间活动实施方案篇十八**

课间活动是诱发校园伤害事故的重要因素,教师头疼、校长害怕、家长担心，应该如何实施课间活动的方案下面是有学校学生大课间活动实施方案，欢迎参阅。

一、指导思想。

坚持以“健康第一”为指导思想，以确保每位学生每天锻炼一小时为工作主线，认真贯彻执行教育局关于开展“体育、艺术2+1项目”实施意见的精神，本学期我校根据学生健康发展的需要和体育锻炼的需求，结合学校的实际，系统地设计了能切实提高全体学生运动技能和锻炼能力的锻炼内容和方法体系，促使开展大课体育活动进一步规范化、常态化。并以大课间体育为辐射点，推动学校体育及其它工作的不断深化。

二、目标和原则。

(一)目标。

1.改革学校课间操，优化课间操的时间、空间、形式、内容和结构，使学生乐于参加，主动的掌握健身的方法并自觉的锻炼。

2.根据学生的身心发展需要，积极创新，力求以活动励德，以活动辅智，以活动健体，以活动塑美，以活动促劳，促进学生五育全面和谐的发展。

3.优化学校体育场地设施设备及管理，提高其使用率，发挥其育人效益。

4.全面提高学校师生的综合素质。

(二)原则。

1.教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行五育教育的功能，重视活动过程的教育。

2.科学性原则。遵循学生身心发展的规律。我校从实际出发，采用大课间与短课时相结合的形式，合理的安排大课间的课程计划和内容。

3.全体性原则。师生全员参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。

4.创新型原则。根据我校场地小的特点，大课间活动增创了团体操(校操)和有利于健康的活动内容，将艺术、体育融为一体。

三、组织机构。

组长：高惠娟副组长：滕金花。

检查协调组：李芳、张建良、陈艳芳。

体育指导：柏秋香、金艳东、宋菊英、吴蕴雯。

成员：全体任课教师。

四、活动形式。

我校大课间活动安排在每周的星期一至星期五，上午第一节课后(时间为30分钟左右)的大课间体育活动。采用“先集中——后按项目以班为单位分块活动”相结合的形式，以音乐为背景串联活动全过程，旨在全员参与，体现快乐学习，快乐体育，快乐成长的新理念。

五、实施方法。

(一)上午大课间体育活动结构模式及各环节的要求。

(1)室外大课间体育活动结构模式与各环节要求晴天见表一，雨天见表二。表一。

六、管理措施。

1.加强宣传，提高认识。

充分发挥宣传阵地的作用，大力宣传大课间活动对学生教育意义和健体的作用，使师生达到共识：大课间不仅能提高学生的身体素质，而且可以带动学校的其他工作健康和谐地向前发展。

2.完善制度，强化管理。

为使大课间活动真正的落实到实处，高质量的进行，我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。

七、活动要求。

1.注意有序开展活动，安全第一。班主任必须强调大课间活动纪律与安全，并协助体育教师指导活动。

2.各项目活动限在规定的活动区域进行。

3.负责值日的行政要认真做好当天记录。

4.因学校资金有限，体育器材各班让学生自己配备些。

5.雨天各班自己安排室内活动。

一、指导思想：

贯彻落实《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》的精神，坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长，切实增强学生的体质，提高学生的学习效率。改变单一的课间操活动模式，丰富大课间活动的内容，为学生每天锻炼一小时创造良好的条件。充分发挥学生和教师的主动性和创造性，开发体育资源。积极创新大课间活动的形成和方法，与学校艺术活动相结合，陶冶学生情操，提高审美素养，体现合作、自主、探究的教育理念。以大课间为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新，展示学生的精神面貌，推动校园文化建设。

二、组织领导机构。

组长：

副组长：

组员：

2、下设项目开发组、指导教练组、督查组，负责活动的开发与组织。

(1)项目开发组：

组长：

组员：

顾问：

(2)活动指导与教练组：

组长：

组员：全体体育组教师、音乐教师和特聘教师。

(3)活动督查组：

组长：

组员：各年段长。

三、活动时间：

1、每周一至周六第二节课后，毕业班9：10—9：35，非毕业班9：35—10：00活动时间25分钟。

2、每周一节的体育活动课，活动时间60分钟。

四、活动内容：

1、晴天室外项目：

上午课间活动项目为广播体操(青春的活力)和跳绳(长绳、短绳、花样等)、跳橡筋绳、简易健身操、简易街舞、集体舞、秧歌舞、踢毽子、呼啦圈、游戏、自编操等多种形式的活动项目以及各班自创自编的项目。体育活动课除了上述活动形式外，还可以开展两人三足跑、摸石子过河、袋鼠跳、迎面接力、传球接力、木板鞋等项目及自创自编的项目。

2、雨天室内项目：

棋类活动、室内游戏、观看电视节目等。

五、活动程序：

上午课间25分钟活动：

程序一：入场(5分钟)——各班集合整队(1分钟)——广播操(青春的活力)(5分钟)——自选活动(8分钟)——各班集合整队(1分钟)——退场(5分钟)。

程序二：入场(5分钟)——各班集合整队(1分钟)——指定活动(13分钟)——各班集合整队(1分钟)——退场(5分钟)。

六、活动组织。

1、组织分工：

政教处：负责统筹安排，组织评价。

体育组：负责制定实施方案、协调与指导各班级开展活动。

年段长：协调各班的场地划分，配合政教处对各班级进行监督检查。

团委：配合政教处作好评价工作。

班主任：班级活动第一责任人，负责组织好本班的活动，监督本班学生在活动中的纪律及安全。

任课教师：分配到班，协助组织，参与活动。

2、组织形式：

以班级为基本单位，班主任、助理班主任和班干部组织，科任教师协助，在一块场地内开展广播体操、指定项目或者自选项目的活动。

3、组织要求：

(1)各班级必须严格按照事先安排的场地进行活动，不得擅自改变地点。

(2)活动所需器材由各班级统一安排，学校不提供器材。各班级可购买一些经济实用的器材(如跳绳、毽子、橡皮筋等)。

(3)跳绳(短绳)活动每个班级必须开展。(每人至少配备一条短绳)。

(4)各班同学都应积极参加活动并对活动内容及器材进行创新，学校将在每年两次的体育节中组织比赛，对好的创新活动项目进行奖励和推广。

(5)自选项目由项目开发组提供，各班级选择，或者班级师生自创。各班级可定期更改活动内容，但必须报体育组备案后方可开展。

(6)各班级严格按照时间要求和音乐开展活动，不得延迟或拖延各活动时间。

七、活动管理。

1、下课后班主任、班干部应及时将班集体带到指定地点，体育委员做好集合整队。

2、活动结束后由体育委员整好队，点清人数做好记录后带回教室。点名记录一周后上交到政教处。

3、活动中政教处、学生会对各班级进行抽查点名。

4、无故缺席三次以上的同学不能获得体育与健康课学分，经教育不改者报政教处，酌情给予一定处分。

5、定期召开班干部会议，讨论大课间活动出现的问题。

八、评价。

评价内容：出勤、组织开展情况、比赛等，纳入文明班级评比范围。

一、指导思想。

为丰富学生课余生活，为学生每天能有体育锻炼时间创造良好的条件，增强学生的体质，培养学生的心理素质和道德素质，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。采取自制器材和开发利用体育资源，在大课间活动中体现合作，自主，探究，创新的教学理念。以大课堂为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新，体现良好的校风，校纪和学生的精神面貌，带动校园文化的建设。健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提，是中华民族旺盛生命力的体现。贯彻教育部开展“体育艺术2+1项目”实验工作的精神，积极实施“快乐大课间”活动，保证学生每天一小时体育锻炼时间，实现“体育与艺术、科技与创新、趣味与竞技”的完美统一。从小养成主动参与体育活动的兴趣和爱好，培养竞争意识、合作精神和坚强毅力，促进身心全面发展。

二、活动目标。

1、开展大课间活动，改革学校课间操，优化课间操的时间、空间、形式、内容和结构，使学生乐于参加，主动掌握健身的方法并自觉锻炼。

2、通过大课间活动，促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”落在实处。

3、在大课间活动中，让学生选择自己喜爱的运动项目，并积极主动地参与到活动中来。

4、通过大课间活动，促进师生间、学生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力。

5、通过大课间活动，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

三、活动原则。

1、教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行五育教育的功能，重视活动过程的教育。

2、全员参与原则。师生全员参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。

3、安全第一原则。严密场地、器材管理，落实行政值周、班主任、副班主任职责，强化活动过程管理，制订安全预案，全方位贯彻“安全第一”原则。

4、因地制宜原则。根据我校场地小，在校学生多，人均占地面积不足的特点，采取以年级为单位，室内、室外分组活动的形式。室外以学校快乐体育训练为主，群体竞赛为辅;室内以班级特色创建为主，室内游戏、室内体育活动为辅。

5、科学性原则。遵循学生身心发展的规律，我校从实际出发，以全面落实教学计划，又不增加学业负担为前提，合理地安排大课间的课程计划和内容，将艺术、体育、特色创建融为一体。

6、创新型原则。我校场地小，学生多，大课间活动适宜开展有利于健康的游戏，跳皮筋，踢毽子，跳绳，摇呼啦圈，拍球，丢沙包之类的活动。

四、健全机制。

(一)安全工作：

2.在指定位置进行规定项目活动，不能擅自进行其他项目活动，更不能乱窜乱跑;。

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，同学间要互相协作、谦让，互相帮助，共同做好安全保护工作，不能互相吵闹、争执甚至打架。

(二)班主任职责：

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《大课间。

》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。

6.及时做好活动记录，随时接受各级督查。

**小学阳光大课间活动实施方案篇十九**

为落实上级有关中学生每天一小时体育活动的要求，根据我校场地的具体情况，从本月开始到3月底安排全校跑步和跳绳与踢毽活动。

一、班主任组织本班学生按时有序到场进行跑步与活动，并掌握学生的身体健康情况，进行安全教育，（特别禁止在跑步中突然蹲下系鞋带等危险举动）。如学生身体不舒服，向班主任请假。

二、体育组负责组织全校跑步工作，教师分工：

xx老师负责外操场。

xx老师负责教学楼西面跑道。

xx老师负责篮球场与教学楼东面跑道。

三、学生成三路纵队，在规定路线里按顺序进行跑步。

四、德育办组织学生对各班跑步和跳绳与踢毽情况进行考评。

五、长跑具体安排。

1、整队位置：铃声响后，初一班级在北教学楼前，成三路纵队面向东整队，从东向西依次为初一（123456）；初二在教学楼前，面向东整队，从东向西依次为初二（654321）；初三在西面的跑道上面向南整队，靠近老南校门依次为初三（123456），两个班级平行站立。各年级各班级先按密集队形排列。

2、跑步顺序：全校整队完毕后，听音乐由各年级领头的班级开始，各班依次按整队的顺序进行跑步。每班间隔五米。

3、跑步路线：初三一直在外操场绕场跑步。（跳绳、踢毽等活动也在外场地）；

初一、初二按顺序经过教学楼东面的跑道，在行政楼南面的路上经教学楼西面的跑道和南面的教学楼前的跑道。跑3———4圈，以领跑的班级为准。

4、跑完规定圈数后：各班按整队的要求，跑到整队的位置站立。全校统一听口令解散回班级。（注意解散后不要奔跑）。

六、注意点：

1、各班须在5分钟内集合完毕，请班主任督促学生做好跑步前的准备工作。

2、对学生加强安全教育，注意跑动时前后的距离，不要讲话和东张西望，特别在几个转弯的路口，一定要注意安全。

3、为了确保学生的长跑安全有序地进行，请年级组长安排班主任分工各段跑道的安全，处理突发事件。

初一年级班主任负责西面的跑道；

初二年级班主任负责东面的跑道；

初三年级班主任负责外操场。

4、行政人员负责区域：

负责西面跑道到教学楼前的转角；

负责教学楼前到东面跑道的转角。

七、跳绳与踢毽具体安排：

1、活动的时间安排：各班在铃响后及时有序地在班主任带领下至指定的地点集合，等跑步的音乐响后，统一进行跳绳和踢毽的活动。活动时间详见附表。

2、活动的地点安排：外操场初三各班从东到西123456。

篮球场初一初二年级的123班从南到北站立。

综合楼北初一初二年级的456班从西到东站立。

3、活动内容安排：在班主任的统一安排下，安全有序地进行跳短绳踢毽跳长绳的练习。

4、注意点：铃响后，快速有序地到达指定地点；长跑的音乐响后，学生根据班主任的安排，有序安全的进行锻炼；加强安全教育，注意学生的动作，防止出现危险的举动和混班等现象的发生；长跑音乐停止后，集合解散，回收器材，安全有序地回班级。

八、具体解释归德育办。大课间改做操时间另行通知。

**小学阳光大课间活动实施方案篇二十**

副组长：陶照苏颖。

2.在指定位置进行规定项目活动，不能擅自进行其他项目活动，更不能乱窜乱跑；

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，同学间要互相协作、谦让，互相帮助，共同做好安全保护工作，不能互相吵闹、争执甚至打架。

（二）班主任职责：

我校大课间活动安排在每天上午两节课后进行，时间为30分钟。采用先集中活动再分组活动的形式，以阳光少年为主线串联活动全过程。分组活动是体育课程标准以班级为单位，安排进行跳绳活动内容。

（一）场地划分（具体看场地划分图）。

一年级、二年级：文化广场。

三年级：风雨操场内。

四年级：南门空地。

五年级：北门以及行政楼后面空地。

九年级：操场。

1、进场：5分钟。

2、初中部阳光长跑，小学部校园广播操。

3、一到九年级分班级集体安排跳绳活动。学校将“阳光快乐大课间”活动列入学校工作计划，科学安排作息时间。要求各级部要结合实际，精心谋划，认真组织，确保安全，体现特色。凡有一技之长的学校干部、教师、学生，都可以成为课间体育活动的管理者和指导教师，使“阳光快乐大课间”活动真正成为领导与教师、教师与教师、教师与学生、学生与学生间思想情感交流、身心健康发展的阵地。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找