**邵店中学体育活动方案**

健康的体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提，也是中华民族旺盛生命力的体现。学校教育要贯彻一切为了学生全面发展，健康第一的可持续发展的理念。切实加强体育工作，让每一名学生都感受到运动发展的快乐，丰富校园生活，促进学生身心健康和谐发展，共同打造和谐的邵店中学,特制定本方案：

**一、指导思想**

贯彻落实全国学校体育工作会议精神和教育部、国家体育总局、共青团中央《关于开展全国亿万学生"阳光体育运动”活动的通知》精神。积极贯彻“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”的现代健康理念，以全面实施《学生体质健康标准》、大力推进体育大课间活动为重点，蓬勃开展“阳光体育活动”。

**二、组织机构**

组 长：孙华山

副组长：陈玉莲 冷风

组 员：赵法军 凌立勇 周凯 鲁跃 马肖

**三、活动时间**

2021年9月——2022年1月

**四、活动目标**

通过“阳光体育运动”的开展，逐步完善学校的体育器材和基础设施建设，丰富课内外体育活动内容，使学生每天在校锻炼一小时的时间得到保证，让每天的体育运动和锻炼成为学生的自觉行动和行为习惯，促进学生体质健康和各方面的全面发展，实现学生活泼快乐、健康成长。

**五、活动主题：**

生命不息，运动不止，走向操场，走进自然，走到阳光下，每天锻炼1小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子。

**六、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，要与体育课教学相结合，通过体育教学，教育、引导学生积极参加阳光体育运动，增强学校体育工作的活力和吸引力。

3.与课外体育活动相结合。保证学生在每天能到室外去，保证能有一小时的体育锻炼时间，将学生课外体育活动纳入学校年度教育计划。

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.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

**七、活动实施原则**

1.教育性原则 始终坚持育人宗旨，以此陶冶学生情操，坚定学生意志，培养学生的团队精神，促进学生体育意识的形成和锻炼习惯的养成。遵循教育规律，运动技能形成规律，教教于乐、寓教于学，寓教于练。

2.全面性原则面向全体学生，通过改进体育教学，开展丰富多彩的体育健身活动，指导学生科学锻炼等手段，促进学生的身体素质、心理素质和审美素质的全面提高。

3.普及与提高相结合的原则 在广泛开展群众性阳关体育活动的基础上加强学生课余体育锻炼，提高我校的体育运动水平，促进我校体育在更高层次上普及。

4.安全性原则在组织与实施过程中，加强安全教育与管理，切实落实安全责任，健全安预警机智和应急机制，提高学生自救能力，避免和防止意外事故的发生。

5.坚持校内与校外相结合的原则以校内为主阵地，同时也要充分发挥校外的独特功能，争取社会和家长的支持和配合，形成共同促进学生体质健康的活力。

**八、活动要求**

1.营造舆论氛围。利用学校的各种媒体广泛宣传开展体育活动的意义和价值，各个年级的班主任要做好家长的工作，引导全社会理解、支持学校开展的这项工作，确保阳光体育活动得以顺畅开展。

2.加强队伍培训。体育教师对班主任和相关教师进行体育方面的必要专业培训，使学生参加体育活动时，有科学的指导，发挥群体作用，使体育活动落到实处。

3.各年段结合本方案里每阶段活动主题，制订相应的文体活动计划和分阶段活动实施方案，上报学校，采取切实可行措施，狠抓落实。同时要求学生在教师和家长的指导下，根据自身特点，量身自定体育锻炼计划和分阶段目标，并自查完成情况。

**九、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教师必须管理到位，同年级各班具体场地班主任之间协调。

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.室外活动由班主任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。