**邵店镇友谊小学**

**2020-2021学年度第二学期阳光体育活动方案**

一、指导思想

认真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的决定。树立“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，大力推进体育大课间活动，全面实施《学生体质健康标准》，蓬勃开展“阳光体育活动”。以培养学生刻苦锻炼的精神，培育学校的体育精神，营造一种良好的校园体育文化氛围，使学生自觉地参加每天一小时的体育活动。

二、机构设置

领导小组

组 长：訾美娜

副组长：庄振岩

组 员：吴冬焕 李思源

三、活动主题

我运动，我健康，我阳光，我快乐。

四、活动要求：

全员参与，定期进行测试，争取在年终人人都能达到《国家学生体质健康标准》的要求。

五、具体项目

1、指定项目：跳绳、50m短跑、立定跳远、400m往返跑、毽球、乒乓球、踢毽子、羽毛球

2、自选项目：乒乓球、篮球、田径、跳皮筋等。

六、活动原则

1、全员参与性原则

所有学生都积极参加阳光体育运动，没有特殊情况，任何老师不得留学生在教室或办公室做其他事情。

2、每天一小时原则

每天的课间操、眼保健操、大课间活动及下午学校组织的体育活动总时间不得少于一小时。

3、课内外结合原则

做好家长宣传工作，采用家校联动方式，使全体教师、学生、家长行动起来，参与到这一全民健身活动中来。

4、安全性原则

各班在设计活动时，要充分考虑到学生的年龄因素，性别因素，场地因素，制定出相适宜的活动计划。在选用器材时注意安全，在带班活动时，带班老师要有高度的责任心。

七、活动措施

1、开足开齐体育课，上好体育课。每一名体育教师要认真对待每一节体育课，组织好每一节体育课的教学活动，任何体育教师不得把体育课上成放羊式教学。

2、做好课间操、特色操和眼保健操。

3、组织开展好上、下午30分钟的课外运动。学校因受场地限制，各班级应灵活安排好学生的活动地点，定点开展活动。 （四——六年级在中心水泥路按由北向南顺序依次开展活动，一——三年级在教学楼前按由东到西顺序开展活动。）

八、活动器材

活动器材采用学生自带和学校购置两种兼顾措施。需要用到学校体育器材的，由各班班长到体育室借用，用完后及时归还，并填写好借用记录。