**新沂市棋盘中学“阳光体育活动”实施方案**

一、 指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻落实教育部《切实保证中小学生每天一小时校园体育活动的规定》等文件精神，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，促进学生的全面发展和健康成长。

二、实施原则

1.教育性原则。坚持育人宗旨，陶冶学生情操，坚定学生意志，培养学生团队精神，促进学生体育意识的形成和锻炼习惯的养成。

2.全面性原则。面向全体学生，与日常教育教学工作有机结合，与新课程改革相结合。所开展的活动内容与形式努力做到丰富多彩，能够满足不同特长，不同兴趣、不同层次学生发展需要，促进学生的身体素质、心理素质和审美能力全面提高，并形成在普及和提高的基础上良性发展的局面。

3.普及与提高相结合的原则。在广泛开展阳光体育运动的基础上，加强学校课余训练。努力提高学校运动水平，并促进学校体育在更高层次上普及，全面提升学校体育工作水平。

4.安全性原则。在阳光体育的组织和实施过程中，要切实加强安全教育和管理，要制订出安全措施、应急措施，避免和防止意外安全事故的发生。同时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的教学。

三、实施目标

通过坚持不懈推动阳光体育运动的实施，推进学生养成良好的体育锻炼习惯和健康的生活方式，逐步形成热爱体育、崇尚运动、健康向上的良好风气和珍视健康、重视体育的浓厚氛围。

四、实施措施

1.开足开齐上好体育课，每周2节体育课；强化巡课督导，不得出现挤占或挪用体育课现象。

2.落实眼操：每天上午第三节课和下午第二节课，组织学生各做好1次眼保健操；学生干部检查纳入班级考评积分。

3.组织好两操：上下午各有25分钟的阳光体育运动时间，组织好跑操和广播操。

4.利用好班级活动课：设计好、组织好、开展好班级活动课，组织开展形式多样、丰富多彩的体育活动。

5.开展校园阳光体育赛事：广播操比赛，春、秋季田径运动会，趣味运动会，冬季三项赛等。

6.开展丰富多彩的课外体育活动

学校以年级组为单位，结合学生年龄特点，开展一系列的课外体育活动。把课外体育活动纳入日常教学计划，精心制定“课外体育活动表”，做到“人人有项目、班班有活动、周周有安排、月月有比赛”，使全校学生在系统的锻炼中增强体质，掌握1项以上科学健身的方法，并养成良好的体育锻炼习惯。

7.组建运动社团

学校成立了学生健美操、篮球、羽毛球、乒乓球、太极扇特色操等体育社团，我校组建高考体育队，由体育老师等负责训练和比赛。

五、组织实施

（一）组织机构

组长：安勇

副组长：孙登传 周守远

成员：体育教研组、年级组长、班主任、总务、医务等

（二）明确责任，切实为学生每天在校一小时体育锻炼提供保障

根据学生每天校园体育锻炼一小时的要求，配齐配足体育教师，认真执行《国家学校体育卫生条件试行基本标准》。

学校领导负责活动落实的统一领导、协调、保障，相关处室协同配合。体育课堂教学为主线，早操、活动课、体育课外辅导、学生体育类社团和体育各项竞赛为补充，高水平运动队训练为提高，多元一体，相互促进，有机结合。

充分利用学校资源，田径场、篮球场等因地制宜，最大限度为学生参与体育活动，接受体育教育创设条件，学习与巩固体育技能，提高体能，增强体质，增进健康，培养学生锻炼习惯和良好的生活方式，丰富校园文化生活。

（三）加强检查和安全管理

学校在组织开展学生每天一小时阳光体育活动中，切实加强安全教育和管理，从活动计划的安排、器材设施的检修、内容的选择、过程的组织管理及医务室监督等方面严格把关，防范意外伤害事故的发生，体育教师加强对学生的指导，确保学生健康安全。

新沂市棋盘中学