草桥镇沂河小学阳光体育活动实施方案

2023-2024-1

为全面推进素质教育，进一步加强学校阳光体育运动，深入贯彻落实《中共中央国务院“关于加强青少年体育，增加青少年体质的意见” 》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”，牢固树立“健康第一”的指导思想，吸引同学们走向操场，积极参加体育锻炼，学习掌握终身受益的至少两项体育运动技能，为此，学校制定阳光体育活动实施方案如下：

**一、指导思想**

为更好的贯彻党的教育方针，培养德智体等全面发展的人才，认真落实中小学生每天体育锻炼一小时的基本要求，促进学生健康成长，切实提高学生体质健康水平，为学生终身发展奠基。根据教育部关于印发《切实保证中小学生每天一小时校园体育活动的规定》的通知精神，结区教育局下发的“学校体育工作三年行动计划”要求， 以全面实施《学生体质健康标准》，大力推广体育大课间活动为重点，蓬勃开展“阳光体育活动”，推动校园体育文化建设，促进学生身体健康和谐发展。

**二、活动主题：**

“一起锻炼、一起成长 ”

**三、活动要求：**

人人乐于参与体育活动、创造良好运动氛围

**四、组织机构：**

学校成立了阳光体育运动领导小组，校长任组长，各处室领导为组员，全面监督检查活动落实情况。同时，成立了实施工作小组，体育组长、年级组长、班主任为组员，分级督促、检查活动的开展、效果等。

1.学校体育工作领导小组：形成“校长室—体卫艺—体育组—年级组—班级”的管理实施网络。

组 长：周洪波（全面负责）

副组长：马得燕（负责协调组织工作）

组 员：全体班主任

2.实施工作小组：

组 长：王浩

组 员：体育教师、班主任

3.各处室分工合作

体卫艺：整体活动方案制定及负责落实

德育处：大课间、一小时体育活动检查、评比及考核

体育组：体育教师负责实施安排，具体辅导

医务、后勤组：安全保障、大课间活动器材的购置与维修

2位班主任：为班级的第一责任人，负责组织好本班的活动组织和实施，监督本班学生在活动中的纪律、安全和活动效果。

**五、实施原则：**

1.安全第一原则。严格器材管理，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，制定出必要的安全制度。高度重视，以预防为主，做到器材保护与人员保护相结合，避免事故的发生。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。

2.全员参与原则。师生全员参加，充分激发大家锻炼的积极性和创造性，做到“人人有项目，班班有活动，月月有比赛”，让每名学生及教师都能养成良好的运动习惯，掌握科学的健身方法。

3.科学合理原则。遵循学生身心发展的规律，遵循运动负荷的变化规律，根据季节的变化，合理地恰当地安排体育活动内容及活动量，符合人体运动的变化规律，保证时间的同时提高活动质量。

4.不断创新原则。经常进行同样的活动，学生会厌烦，会失去兴趣，其锻炼价值也会降低。只有不断地翻新，不断地发展，活动才会有生命力。因此我们会根据场地的实际情况引导和培养学生的创新意识和创新能力，让学生自编自创各种趣味体育活动，集思广益，自制器材，让体育活动时时有趣，常常新鲜，让学生真正感受到参与的快乐。

**六、体育活动时间安排及活动内容：**

学校在严格执行国家课程标准，开齐开全开实体育课、体活课，并将课表向家长公开。保质保量上好每节常态体育课，加强篮球队、软式垒球校队、田径队的训练同时，开展好大课间、一小时校园体育活动，多种形式的全校性群体阳光体育健身活动及小型体育集体项目竞赛，保证学生锻炼时间，增强学生体质。

1.活动时间：

每天上午第二节下课10：15到第三节上课10：35期间20分钟，3-6年每周三节体育课。5-6年级每周一节体活课。

2.活动内容：

①根据我校场地小的实际情况做好眼保健操、广播体操类项目；

②在班主任的组织下，各班根据学生特点和年龄特点，自主选择活动项目；同时可以根据季节的变化，进行有氧运动，如跳长、短绳，踢毽子、拔河、软式垒球等学生喜爱的运动及娱乐活动；

③开展全校性群体阳光体育健身活动及小型体育集体项目竞赛：召开学校体育文化节；全校学生进行体质健康标准测试。5年级学生参加体育健康《标准》测试。开展冬季长跑活动。开展软式垒球比赛、参加校内比赛等活动。

**七、实施要求：**

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，有科学地指导，发挥群体作用，使体育活动落到实处。

3.各班体育活动要求做到“四化”：行动统一化、队列整齐化、动作规范化、活动有序化。尽可能穿运动服装，不装、带各类坚硬、锋利的物品；坚持全员参与原则，学校各部门活动要避开一小时体育活动时间；认真组织开展活动，高度重视学生安全问题，班主任要经常在班内开展体育活动的安全教育、组织纪律教育，申请不参加当天的体育活动的学生，要在场地边休息观看，不得私自活动，以保证每个学生的安全；每位学生必须按时参加活动，自觉遵守各种活动的规则要求，听从指挥和安排。

**八、考核与评价**

1.评价：班主任、学生参与活动的情况、体育、体活课上课情况、体质健康标准测试及格率纳入学期末学校优秀班级及校园阳光活力优秀班级的评选，一至六年级每个年级组评选2名，对班级进行表彰。

2.考核内容：班主任参与学生活动；学生精神面貌好、动作整齐规范、活动组织有序、参与率情况；学生出勤情况；体质健康标准测试及格率

为保障我校体育活动的有序性和实效性，我校实施中层负责年级制度，扎实落实我校学生校园体育活动实施方案。