**2023——2024学年度第一学期**

**时集镇蒋沟小学阳光体育活动方案**

为新形势下实施素质教育，贯彻落实教育局关于开展中小学“阳光大课间”活动精神，开展“阳光大课间”活动，大课间活动应纳入日常教育教学计划之中，将活动与体育课、课间操和课外体育活动有机结合，充分利用场地条件，结合季节气候特点以及传统校园体育健身活动安排，遵循实事求是、因地制宜、循序渐进的原则，制定针对性和操作性强的实施方案，以班级为单位，分阶段每天组织学生进行大课间活动，保证学生每天一小时的体育活动时间，有计划、有组织的开展学校大课间活动，经校领导班子研究决定，特制定阳光体育大课间活动实施方案。

一、指导思想

开展中小学“阳光大课间”活动，以“走向操场、走进大自然、走到阳光下” 为活动主题。旨在全面贯彻落实“健康第一”指导思想，落实学生每天体育活动一小时，促进全市体育活动深入开展，全面推进素质教育，提高学生身体素质，增进学生身心健康，真正为学生未来可持续发展奠基。

二、实施原则

1、全体性原则。大课间活动的开展做到面向全体学生，人人参与活动，个个都有喜爱项目。达到全体健身、全员愉悦的目的。

2、科学性原则。遵循学生身心发展的规律，我校从实际出发，合理安排大课间活动的计划和内容。

3、因地制宜原则。根据我校场地的特点，为达到锻炼的效果，大课间活动开设了接力跑、蛙跳、单脚跳接力等高效性体育活动。

4、安全的原则。在大课间体育活动的组织与实施过程中，加强安全教育和管理，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。

三、组织领导

（一）领导小组

组 长：夏长江

副组长：吴国利 吴以学

成 员：胡波 吴爱华 冯瑞瑞 史思敏 张月荣

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

（二）工作小组

组 长：吴国利

副组长：仝瑶

组 员：各班主任

职 责：负责“大课间体育活动”的具体实施，包括拟定方案、制作音乐、组织训练等。

四、活动内容

现阶段大课间体育活动的内容，包括眼保健操、广播体操和体育活动三个部分，在作息时间表规定的35分钟内进行。

(一）“大课间活动”在每天上午第二节课后进行，时间为25分钟。采用广播操、各种体育活动相结合的形式，以音乐为背景串联活动过程。各班级以班级为单位参加大课间活动，班主任要组织好学生有序地参加各项活动。由于学校场地有限，所以在内容安排上以便于组织，保障学生安全为前提，以接力为主要组织方式。

（二）眼保健操在每天上午第二节课和下午第二节课进行，时间总共10分钟。

（三）遇雨雪等异常天气，由各班主任统一安排学生在教室内和教室走廊上进行素质练习，体育组负责安排练习内容和指挥练习。

五、活动流程

1、大课间活动（25分钟）

⑴学生有序入场及广播操（8分钟）：出操音乐响起，各班学生迅速在室外走廊站成两路纵队，随音乐依次有序下楼，到达操场指定位置做广播体操。

⑵体育活动（13分钟）：由学校统一安排，各班进行各项体育活动。

⑶放松活动（2分钟）：各班学生伴着音乐，统一做放松操。

⑷学生有序离场（2分钟）：在音乐声中，有序地离开活动场地，以良好的状态投入课堂学习。

六、实施方法

（一）明确职责

大课间活动管理与组织者是校长室、教导处、班主任和体育教师，实行责任制管理。

1、大课间活动实行校长负责制。学校大课间活动由校长具体负责，积极参与大课间活动，了解活动情况检查活动质量，发现问题及时解决。

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。所有老师要每天参与班级的大课间活动，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。引导全体教师积极参与大课间活动，负责指挥和示范，协助班主任工作，确保学生活动的安全。

（二）检查评比

为了保证大课间活动质量，学校将进行不定期检查，实行量化评分。

（三）成果展示

学校将开展校园趣味运动会比赛，全面检验大课间活动的开展质量。

七、活动要求

1、注意有序开展活动，安全第一。教导处、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学生安全活动。

2、各项目活动必须在规定的活动区域进行，各班学生必须在指定活动范围内活动，防止出现学生乱串、乱跑的混乱现象。

3、负责日常管理值班的领导、值日教师和执勤教师要认真做好当天记录。组织老师认真学习市局关于深入开展中小学“阳光大课间”活动文件，了解学生发展之需，使广大教师深刻体会到：拥有健康才能拥有明天，热爱锻炼就是热爱生命，在深化课程改革，全面提高质量的工作中，注入快乐体育的全新理念，确立合作、竞争、快乐、主动、健康发展的体育工作观。

4、加强领导，保证时间，形成制度

以将快乐体育、趣味体育引入体育活动为主旨，强化活动的领导与管理，在活动的内容与形式、过程与评价上形成有效管理，充分挖掘校内外各种体育课程资源，不断丰富和发展活动的内涵，不断提升活动水平。制定安全应急预案，确保学生安全。

5、全员参与，注重评价，强化激励

坚持学生全员参与，学校党政工团紧密配合，教职工全员协作，突出活动的评价作用，对先进班级和个人予以适时激励，并将各种评价资料存档，作为学期考核评价的一项重要内容，纳入领导、班主任、老师、学生系列考评中，以保证学校体育大课间活动的有效开展。

时集镇蒋沟小学

2 0 2 3 . 9 . 4