**窑湾小学阳光体育运动实施方案**

**2022—2023学年度第二学期**

一、指导思想  
    坚持以人为本，牢固树立“健康第一”的指导思想，吸引学生走进大自然，来到阳光下，积极参加体育锻炼，不断提高本校师生的体质健康水平，推动和谐高效和充满活力的校园文化建设。  
二、实施目标  
   全面实施“国家学生体质健康标准”，确保学生做到每天锻炼一小时，达到《国家学生体质健康标准》及格以上。通过坚持不懈地推动阳光体育运动的实施，使我校学生养成良好的体育锻炼的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。  
三、实施措施  
  1. 广泛开展丰富多彩的课外体育活动。我校已将课外体育活动纳入教学计划，精心安排课外体育活动表，决不允许任何人以任何理由挤占课外活动时间。扩展我校体育活动的内容，做到“周周有内容、月月有比赛”，使学生在系统锻炼中增强体质，掌握2项以上科学健身的方法，养成良好的体育健身习惯。我校将结合本校实际，因地制宜、因陋就简地开展具有地方特色的体育活动，让学生在活动中得到锻炼。  
 2、开足开齐上好体育课。我校以体育课教学为基本平台，按照新课程标准要求，开足开全体育课。我校将根据本校特点，开展丰富多彩的活动，增强学生自觉参与体育锻炼的意识，引导学生树立“终身体育”的理念。在课内外推广长跑运动，增强学生的体制和适应自然环境的能力。  
 3.积极举办多层次多形式的体育竞赛活动。  
     我校每年举行春季田径运动会比赛，突出健身、娱乐功能，定期举办广播操比赛；学生足球联赛和教职工排球比赛以及跳绳、踢毽、长跑冬季三项比赛，丰富校园文化。  
 4.充分发挥《国家学生体质健康标准》的舆论导向作用。  
     我校将严格执行《国家学生体质健康标准》的相关政策规定，充分发挥其杠杆和导向作用，促使学生积极参加体育锻炼。  
 四、保障措施  
  1.加强领导，落实责任。我校成立了以校长为组长的领导小组，保证我校阳光体育运动落到实处。  
  2.大力宣传，营造氛围。我校将利用广播、黑板报、班会及家长会等形式，大力宣传阳光体育运动。通过宣传，让全体教师、学生及其家长充分认识这项活动的重要意义。  
  3.完善制度，保证安全。我校建立和完善安全制度，采取一切必要措施保证阳光体育运动健康有序地进行。  
  4.强化监督，表彰奖励。我校建立了考核奖励制度，确保阳光体育运动健康有序地发展。