**2024-2025学年度第一学期阳光体育活动方案**

为进一步加强学校体育工作，推动我校学生积极参加体育锻炼，促进和谐校园的建设，全面推进素质教育，认真组织开展好我校“学生阳光体育运动”的活动。现结合我校实际，特制定关于加强学校体育工作，开展学生阳光体育运动的实施方案。

    一、宗旨

贯彻落实全国学校体育工作会议精神，牢固树立健康第一、以人为本的指导思想，切实减轻学生过重的课业负担，全面推进素质教育，以阳光体育运动为载体、以体育运动为题材，加强锻炼以提高我校学生体质健康，让每一个学生充满激情与梦想，成为德才兼备、身心健康、体魄强健、意志坚强的一代新人。

     二、主题

以“学习使我进步、文化促我成长、运动让我健康”为主题、形式多样地、因地制宜地开展学生阳光体育运动。

    三、实施原则

1、开展阳光体育运动，我校遵循教育性、科学性、趣味性相结合的原则。坚持育人为宗旨，遵循教育发展和体育运动规律，符合小学生身心发展特点，寓学于乐，寓练于乐，避免成人化。

 2、开展阳光体育运动，我校遵循全面性原则。既阳光体育运动的内容与形式要丰富多彩，能够满足不同特长、不同兴趣、不同层次学生的发展需要，促进中小学生的身体素质、心理素质全面提高，并形成在普及与提高的基础上良性发展的局面。

3、开展阳光体育运动，我校遵循自主自愿与积极引导相结合原则。要求我校教师因势利导、因材施教，充分尊重学生的自我选择权和自主活动权，为学生营造一个自主讨论、组织、操作、交流和评价的良好环境和氛围。

4、开展阳光体育运动，要与学校体育课教学相结合原则。坚持依法治教，规范办学行为，严格执行国家有关体育课时的规定，开足、开齐并上好体育课，不得以任何理由挤占体育课时。深化教学改革，不断提高教学质量，通过体育教学，教育和引导学生积极参加“阳光体育运动”。

5、开展阳光体育运动，要与课外体育活动密切结合。配合体育课教学，保证学生每个学习日有一小时体育锻炼时间。将学生课外体育活动纳入教育计划，形成制度。大力推行大课间体育活动形式，积极创建学生快乐体育园地，加强学生课余体育训练。通过广泛开展学生体育竞赛、主题鲜明的集体项目、具有学校特点的学生体育活动等，不断丰富学生课外体育活动的形式和内容。

6、开展阳光体育运动，要遵循安全第一原则。我校时刻注重加强学生的安全教育，制定了切实有效的安全措施、应急措施和防范措施，避免和防止意外事故的发生。

    四、组织机构

为保障“阳光体育运动”的实施，我校专门成立“阳光体育运动”工作领导小组。

学生阳光体育活动领导小组成员名单：

组 长：张大伟

副组长：巩亚洲

成  员：邢秋  晁群 石涛 杨振及全体班主任

  五、实施内容

以我校现有学生情况而定。跑、跳、足球、跳绳、沙包为主的阳光体育运动，带领、帮助、和鼓励学生全员参与，积极参与，开展学生喜闻乐见的体育活动，培养和激发学生对体育运动的兴趣，并养成体育锻炼的良好习惯。

1、根据《学校体育工作条例》，积极开展大课间体育活动。我校大课间体育活动安排在上午第二节课后进行。大课间活动时间，安排体育老师有序组织学生进行广播体操、眼保健操。

2、开足开齐体育课，无体育课的当天安排一节体育活动课；同时要积极推进体育教学改革，不断提高体育教学质量。

4、在全校普及“两操一活动”，即：眼保健操（一天2次）、学生广播体操和大课间体育活动。

5、加强学校体育项目特色的建设。

6、继续做好《学生体质健康标准》测试工作。完善学生健康档案，全面实施《学生体质健康标准》。要认真执行体质健康测试报告制度，做到规范化、制度化。

7、坚持和完善体育科目测试工作。学校要将体育科目测试成绩作为学生综合素质评价的组成部分，进一步完善学生评价机制。

8、继续抓好“教体结合”，利用现有体育设施，发挥体育教师专业特长，提高学生的体育运动技能和运动水平，促进学校课余体育训练。

 六、实施要求

 1、统一思想，提高认识。要求我校老师要充分认识开展阳光体育运动的重要性，明确分工，责任到人，把开展阳光体育运动作为推进素质教育、活跃学生课余生活、培养学生健康生活方式的一个重要组成部分，落到实处，见到实效。

2、扩大宣传，营造氛围。充分利用校园广播 、橱窗、会议等形式，加大宣传力度，使“健康第一”、“锻炼身体，天天向上”等口号深入人心，让全校教师、学生、家长深刻领会实施阳光体育运动的重要意义。

3、因地制宜，制定规划。组织学生开展阳光体育运动是学校教育的一项经常性、长期性的工作，根据教育部阳光体育运动实施工作的总体要求，结合实际实事求是地制定和落实实施方案，并在实践和探索中不断完善，形成特色。

4、强化培训，全员参与。今后要加大我校体育教师、班主任和有体育专项特长的科任教师的培训力度，培养一支高素质的教师队伍，以满足学生“阳光体育运动”对师资的较高要求。

5、加大投入，统筹资源。要把购买体育器材经费纳入预算予以保障，要进一步加强学校体育场地建设和体育器材配备，完善学校学生课外体育活动的设施，为实施阳光体育运动提供必要的物质条件。同时，要积极利用现有条件，因地制宜，因陋就简、就地取材，改善活动设施。

周嘴中心小学阳光体育活动安排

1、晴天：操场（户外体育活动） 雨天：教室

2、器材管理：邢秋 杨振（每班派2名学生提早借好体育器材）

3、组织：各班班主任和任课老师

4、具体时间安排：每天一小时（课间花棍操、课间自由活动、大课间体育活动）

5、每天：大课间体育活动安排

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 班级 | 一2 二5三1三2三3 四5五1 五2五4五5六1六3 六5 六6 | 一1三2 三3三4三5四1 四4 五3五5六4 |  一5二2三1三2三3四2四3四4四5五1五2五3六1六2六4 | 一4三2四1五4六3 | 一3二4三3三4三5四2四3六2六5 |
| 负责检查老师 | 陆传刚 | 晁群 | 张辉 | 王璇 | 杨振 |

器具安排：球类：篮球18、排球16、羽毛球10、乒乓球10、垒球20、垫子12、足球4

|  |  |
| --- | --- |
| 菜单（轮换进行） | 活动内容 |
| 一年级 | 二年级 | 三年级 | 四年级 | 五年级 | 六年级 |
| 排球4篮球6立定跳远 | 乒乓球5垫子6立定跳远 | 羽毛球5垒球5立定跳远足球2  | 排球6篮球6跳绳跑步 | 乒乓球5垫子6跳绳跑步 | 排球6足球2篮球6跳绳跑步羽毛球5 |

活动过程：

——体育委员提前借好本班运动器具（丢失赔偿并扣班级两操分）

——教师有组织的开展体育运动活动

——归还体育器具，各班在老师的带领下排队回教室。

大课间体育活动检查老师：

彭城 晁群 石涛 邢秋 杨振