窑湾镇陆口小学阳光体育活动方案

一、指导思想

为学生安康地学习和生活，大力推进体育大课间活动为重点，同时也为实在加强学校体育工作，激发学生运动兴趣，培养学生的锻炼习惯，锤炼学生英勇顽强、坚韧不拔的意志品格，促进学生在身体、心理和社会适应才能等方面安康和谐开展，培养成学生积极主动的体育锻炼习惯，进步学生的思想道德素

质、文明礼仪素质和身体安康素质，蓬勃开展“阳光体育活动”。

二、活动主题：

我阳光 我运动 我安康 我快乐

三、组织机构：

1、学校体育工作领导小组：

组长：沈思宇

组员：校委会成员 体育老师 各班主任

施行督察小组：值周老师

四、活动要求：

人人有参与工程，班班有团队，学校有比赛。

五、活动地点：

学校操场

六、活动施行时间：

活动施行时间主要为两阶段：

1、上午大课间时分，时长30分钟。

2、下午4：15到4：35进展30分钟体育锻炼。

七、活动目的：

1、通过认真学习和理论，全校师

生能深化理解“每天锻炼一小时，安康工作五十年，幸福生活一辈子”的现代安康理念，并把这种观念深化到生活中去。理解学生开展之需，使广阔老师深化体会到：拥有安康才能拥有明天，热爱锻炼就是热爱生命。

2、充分认识体育对强身健体、陶冶情操、启迪智慧、壮美人生，以及培养团结、合作、献身和友爱精神，锤炼学生英勇顽强、坚韧不拔的意志品格、弘扬民族精神的积极作用。

3、建立学校体育活动的长效机制，营造人人参与、个个争先的气氛，形成促进青少年安康成长的良好育人环境。通过学校体育活动，保证每名学生至少掌握两项日常锻炼运动技能，养成终身体育锻炼的习惯。阳光体育活动方案

八、活动施行主要内容：

1、根据学校的场地条件特将转呼啦圈、滚铁环、跳长绳、打乒乓球、踢足球，打篮球作为阳光运动的主内容。

2、坚持并有效地开展学校竞技团

队工程：田径运动程度，足球运动才能，乒乓球技能。

3、在每天的活动中穿插如学校的特色教育，如校园集体舞等活动。

九、活动施行方法：

1、加强学校的体育业余训练，搞好学校田径队、足球队、乒乓球队的日常训练，做到持之以恒，讲究方式方法，灵敏多变，参加各类体育运动竞赛。

2、每学期举办一次全校性的大型体育运动活动。每学期末评比“阳光班级”和“阳光少年”，开展学校阳光体育活动展示活动，把阳光体育活动真真正正的搞下去。

十、活动保障措施

1、加强领导，保证时间，形成制度

以将快乐体艺、兴趣体艺引入体育活动为主旨，强化活动的领导与管理，并建立各项管理制度，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艺课程资，不断

丰富和开展活动的内涵，不断提升活动程度。

2、合理安排，有效利用

按规定配足配齐体育器材，完善体育设施。坚持公益性原那么，充分利用场地器材，进步使用效率，确保学生课余体育活动的开展。

3、全员参与，注重评价，强化鼓励

坚持学生全员参与，学校领导严密配合，突出活动的评价作用，对阳光班级的班主任和在阳光体育运动中表现突出的学生予以物质励，并将活动成果作为学期考核评价的一项重要内容，纳入班级、学生系列考评中，以保证学校阳光体育活动的有效开展。

4、严格组织，强化管理，平安第一，制订严格严密的平安紧急预案，有强有力的措施和救助方案。