

# 下午大课间活动实施方案 小学大课间活动方案(优秀5篇)

方案可以帮助我们规划未来的发展方向，明确目标的具体内容和实现路径。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 下午大课间活动实施方案篇一

通过阳光体育大间活动推进学校体育工作的发展，树立“健康第一”的思想以及终生体育锻炼的意识，丰富体育化内涵，培养学生合作、自信、勇敢、公平竞争及团队精神等良好品质，促进学生在身体、心理及社会适应能力等方面和谐的发展，提高团结合作、应对挫折的意识和能力，不断提高学生的体质健康水平。

### 二、活动主题及形式

以“享受运动、享受健康、享受快乐”为主题，大力推广实施“快乐体育”、“大间体育”等体育游戏活动，以班级为单位，点面结合，逐步形成人人参与的局面，增强学生体质，使学生充分享受运动带来的乐趣。

### 三、领导机构及监督电话

组长：

组员：

### 四、总体活动安排：

上午：希望风帆+韵律操 下午：京韵操+分场地活动

1、全校学生到操场做“希望风帆”、“京韵操”、“韵律操”。要求动作到位，队伍整齐，有良好的精神面貌。

2、分场地活动：各班主任和配班老师把学生带到指定地点进行相关项目的`练习，各班指派体育委员在做操前到器材室领取器材，在大间结束前分钟收拾好器材送到器材室。

## 下午大课间活动实施方案篇二

为了认真落实xx市教育局[]xx市人民政府教育督导室《关于开展“切实加强学校体育工作，确保学生每天一小时体育活动”的专项督查的通知》文件精神，进一步树立学校教育健康第一的思想，切实推进“阳光体育活动”，有效提高学生身心健康水平，丰富学生的体育活动，激发和保持学生的运动兴趣，培养学生终身体育的意识，促进学校体育课程的改革和发展，确保学生每天一小时体育活动时间，提高体育活动的质量。根据宜教督(20xx)6号和宜教普(20xx)5号文件精神，特制定本活动方案，以落实保证学生每天一小时体育活动的顺利进行。

1、通过体育活动，促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”思想落到实处。

2、通过体育活动，促进师生间、生生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

3、通过体育活动，让学生有选择地参与、学习、享受体育，激发学生的运动兴趣，发挥学生的学习积极性和潜能。

组长：

副组长：

组员：

一年级：

二年级：

三年级(1)班：

三年级(2)班：

四年级(1)班：

四年级(2)班：

五年级(1)班：

五年级(2)班：

五年级(3)班：

六年级(1)班：

六年级(2)班：

六年级(3)班：

一、二年级：以游戏为主：

晴天：（捉迷藏、丢手帕、老鹰抓小鸡等）在校园内进行

雨天：（讲故事、猜谜语、背诗歌等）在教室里进行。

三、四年级：一部分可参考一、二年级游戏内容：另加

雨天：（讲故事、演小戏剧、过独木桥、仰卧起座、夹弹子

等)在教室里进行

## 五、六年级:

晴天:跑步、跳远、跳高、垒球、篮球、乒乓球、跳绳、踢毽、拔河等。在校园内进行

以上活动仅供参考,各班都可以在教师的组织和指导下,有序地开展形式多样、学生喜欢的活动。

1、大课间体育活动领导小组对本校学生大课间体育活动要加强领导,平时经常检查督促,并组织有关活动方面的交流与评比,树立先进,带动全校,保证活动的顺利开展。

2、大课间活动期间,有关负责的教师在活动中要认真负责,要重点抓安全教育,坚持不做和杜绝有危险性的行为和动作,始终树立“健康第一”、“安全第一”的观点。要带领你所负责的学生,创造性地开展体育活动,让每一位学生体会到运动带来的乐趣。

## 下午大课间活动实施方案篇三

全面贯彻落实党的教育方针和《中国共产党中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》精神,引导和鼓励广大学生积极参加形式多样、生动活泼、健康向上的体育活动,提高学生的身体综合素质,促进学生的全面发展和健康成长。以大课间活动为载体,培养学生自觉锻炼身体的习惯,规范学生课间体育活动内容 and 形式,推进大课间活动的科学化、制度化、规范化,逐步形成我校体育特色,努力建设和谐校园、平安校园、活力校园。

### 二、实施原则

1、教育性、科学性、趣味性原则。大课间活动坚持育人的宗

旨，遵循教育规律和中小學生身心發展特點，寓學於樂，寓練於樂。

2、全面性原則。大課間活動與日常教育教學工作有機結合，與新課程改革相結合，與小學生綜合素質培養有機結合。課外活動的內容與形式豐富多彩，盡量滿足不同特長、不同興趣、不同層次學生的發展需要，促進學生的身體素質、心理素質和審美素質的全面提高，並形成在普及與提高的基礎上良性發展的局麵。

3、堅持自主自願與積極引導相結合原則。在組織學生參加大課間活動的過程中，除了教師的指導，同時充分尊重學生的自我選擇權和自主活動權，在組織活動時為學生營造一個自主操作、自主鍛煉的良好環境和氛圍。

4、堅持校內校外相結合原則。以校內活動為主陣地，充分发挥校外活動的獨特功能，促進校內校外活動的有機結合，密切配合家庭體育活動和社區體育活動，努力創建良好的課外體育活動環境。

5、堅持安全第一原則。在大課間活動的組織與實施過程中，加強安全教育，制定出安全措施、應急措施和防範措施，避免和防止意外事故的发生。

### 三、實施方法与目标

1、學校根據教育部以實施“陽光體育活動”項目為主要內容的要求，在開齊開足體育課程，提高課堂教學質量的同時，開展豐富多彩的大課間體育活動，滿足全體學生多樣化的活動需求。

2、學校制定好本校學生大課間活動計劃，明確目標、落實責任。確立各年級特色，努力形成品牌，更上一個台階。每日上午一次的大課間體育活動，做到時間、場地、內容、學生、

指导教师“五落实”。确保学生每天体育活动时间不少于一小时。

3、制定班级大课间活动制度，坚持每学期年举办一次全校体育运动会，不定期组织各类单项活动。学生参加大课间活动要覆盖全体学生，全校学生体育达标抽测合格率达98%以上，优秀率达30%以上。

4、学校大力改善体育活动场地设施，提高全体教师的活动组织和指导水平，并落实相应的经费，确保学校文体活动的正常开展。同时，积极整合和充分挖掘本地校外体育活动资源，定期开展活动，推动我校大课间活动形成规模、提高水平。

5、建立活动考核奖惩制度。学校每天由蹲点行政负责对所辖班级进行考核，一周一汇总，一月一评比，在每天考核中，班主任未能及时到场，每次各扣2分，未能按计划进行活动，每次扣班级管理2分，在活动过程中，由于班主任玩忽职守，造成学生伤害事故的，取消期末素质教育先进班评比资格，同时取消该班所在年级组的素质教育先进年级组评比资格。

6、体育老师要按分工做好巡回指导督查工作，在考核中体育老师未及时到场或指导不力发现一次扣两分，由于玩忽职守，造成学生伤害事故的，扣除当月校内浮动工资。

#### 四、组织机制

统一思想，提高认识，切实加强学校大课间活动的领导和管理。学校成立由校长为组长的学生大课间活动领导小组，明确分工，责任到人，要充分认识小学生课外体育活动的重要性，把开展这项活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。

#### 五、学校大课间活动工作领导小组：

组长：宁福林 副组长：邱荣飞 祝志妹 杨霞

组员：全体正副班主任

## 六、活动要求

1、班主任为班级活动的第一责任人。是负责班级学生大课间活动的组织者、实施者与安全教育责任者，副班主任教师为班级学生课外活动的协助者。

2、每位学生必须自觉遵守各种活动的规则要求，听从指挥和安排，并按时参加活动。

3、活动场地及器材管理，由总务处统一安排，实行器材由小组管理责任制。

4、每个班级应认真组织，精心安排，确保安全责任事故为零。活动前组织学生对活动的规则学习了解，要认真进行安排并认真做好场地、器材的准备工作，防止意外事故发生。

5、有生理缺陷的学生不能参加相应的活动，教师应做好劝导工作。

6、活动制定好意外事故发生的应急处理预案，确保活动中师生生命安全。

7、活动时间：周一到周五的每天上午09：30——10：00为大课间活动。

8、附：大课间活动安排表。

## 下午大课间活动实施方案篇四

2、初三1--4班每班两个篮球架进行运球、投篮；

3、初三5--8班活动内容如下：

305

306

307

308

周二

跳绳

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

排球垫球

周三

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

排球垫球

跳绳

周四

引体向上、俯卧撑

排球垫球



跳绳

腹背肌练习

周五

排球垫球

跳绳

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

2、初一1--4班每班两个篮球架进行运球、投篮；

3、初一5--8班活动内容如下：

105

106

107

108

周二

跳绳

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

排球垫球

周三

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

排球垫球

跳绳

周四

引体向上、俯卧撑

排球垫球

跳绳

腹背肌练习

周五

排球垫球

跳绳

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

2、初二1--4班每班两个篮球架进行运球、投篮；

3、初二5--8班活动内容如下：

205

206

207

208

周二

跳绳

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

排球垫球

周三

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

排球垫球

跳绳

周四

引体向上、俯卧撑

排球垫球

跳绳

腹背肌练习

周五

排球垫球

跳绳

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

2、初三5--8班每班两个篮球架进行运球、投篮；

3、初三1--4班活动内容如下：

301

302

303

304

周二

跳绳

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

排球垫球

周三

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

排球垫球

跳绳

周四

引体向上、俯卧撑

排球垫球

跳绳

腹背肌练习

周五

排球垫球

跳绳

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

2、初一5--8班每班两个篮球架进行运球、投篮；

3、初一1--4班活动内容如下：

101

102

103

104

周二

跳绳

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

排球垫球

周三

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

排球垫球

跳绳

周四

引体向上、俯卧撑

排球垫球

跳绳

腹背肌练习

周五

排球垫球

跳绳

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

2、初二5--8班每班两个篮球架进行运球、投篮；

3、初二1--4班活动内容如下：

201

202

203

204

周二

跳绳

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

排球垫球

周三

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

排球垫球

跳绳

周四

引体向上、俯卧撑

排球垫球

跳绳

腹背肌练习

周五

排球垫球

跳绳

腹背肌练习

引体向上、俯卧撑

第七周始，轮换如下表：

初三年级

初二年级初一年级

## 下午大课间活动实施方案篇五

为了进一步树立学校教育健康第一的思想，切实推进“阳光体育活动”，有效提高学生身心健康水平，丰富学生的体育活动，激发和保持学生的运动兴趣，培养学生终身体育的意识，促进学校体育课程的改革和发展，确保学生每天一小时体育活动时间，提高体育活动的质量。根据宜教督(20xx)6号



和宜教普(20xx)5号文件精神，特制定本活动方案，以落实保证学生每天一小时体育活动的顺利进行。

1、通过体育活动，促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”思想落到实处。

2、通过体育活动，促进师生间、生生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

3、通过体育活动，让学生有选择地参与、学习、享受体育，激发学生的运动兴趣，发挥学生的学习积极性和潜能。

组长：

副组长：

组员：

一、二年级：以游戏为主：

晴天：（捉迷藏、丢手帕、老鹰抓小鸡等）在校园内进行。

雨天：（讲故事、猜谜语、背诗歌等）在教室里进行。

三、四年级：一部分可参考一、二年级游戏内容。

晴天：跑步、跳远、拔河、踢毽、跳绳、徒手操、秧歌舞、武术、呼啦圈等。在校园内进行。

雨天：（讲故事、演小戏剧、过独木桥、仰卧起座、夹弹子等）在教室里进行。

晴天：跑步、跳远、跳高、垒球、篮球、乒乓球、跳绳、踢毽、拔河等。在校园内进行。

雨天：（故事会和一些喜闻乐见、学生喜欢的，也可以在教师的组织和指导下，由学生自由组织、创造性地开展活动。）在教室里进行。

以上活动仅供参考，各班都可以在教师的组织和指导下，有序地开展形式多样、学生喜欢的活动。

1、大课间体育活动领导小组对本校学生大课间体育活动要加强领导，平时经常检查督促，并组织有关活动方面的交流与评比，树立先进，带动全校，保证活动的顺利开展。

2、大课间活动期间，有关负责的教师在活动中要认真负责，要重点抓安全教育，坚持不做和杜绝有危险性的行为和动作，始终树立“健康第一”、“安全第一”的观点。要带领你所负责的学生，创造性地开展体育活动，让每一位学生体会到运动带来的乐趣。