

# 2023年阳光大课间活动内容 学校阳光大课间活动方案(模板5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 阳光大课间活动内容篇一

为了进一步贯彻落实中共中央关于《深化教育改革，全面推进素质教育的决定》，深入落实素质教育工作会议精神，全面贯彻教育方针，面向全体学生，提高学生素质，结合学校实际，特制定大课间开展系列活动的活动方案。

组长：钟亮

副组长：张勇易思武胡邦宽

成员：陈双吕相军刘维东卢洪春王国锋

每个学生根据自己爱好参加一个项目，在第七节课时间，到自己所参加项目内参加活动，不得随意跑动。活动分13个模块进行，相应模块组合由一名组长负责，每个模块由指导老师若干名组成。

1、时间安排。每周星期二和星期四下午大课间时间，任何老师不得挤占大课间活动时间。

2、人力、物力保障。要求师生全员参与大课间活动，活动中教师既是活动的组织者，指导者，又是学生的保护者，同时也是活动者。

3、安全保障。学校按内容划定活动区域，各班学生必须在指定活动范围内活动，各组指导老师必须对该组学生进行现场活动指导，并督促学生注意安全，各组组长为该组安全第一责任人。

4、激励措施。活动实行考核激励制度，充分调动师生参与大课间活动的积极性。对班级的考核，为调动班主任的工作责任心，将大课间活动的检查内容列入班级专项考核中。学校对大课间活动进行定期评比，把大课间活动开展情况作为文明班集体评选的重要依据，这样既可以树立学生的集体活动意识，集体荣誉感，又可以促进大课间活动的持续发展。

5、鼓励活动创新。大课间活动除时间有具体规定、保证外，在活动形式、内容、空间上学校均具有很大的自主性和灵活性，鼓励体育教师、音乐教师、美术老师发挥自身特长，展示自身才干，开发创新体育、舞蹈、球类游戏等多种项目。

6、注意有序开展活动，安全第一。班主任必须强调大课间活动纪律与安全，协助指导老师指导活动。

大课间体育活动是一个系统工程，需要建立一个自上而下合理、科学的管理机构，进行管理、协调和评估。形成校长、各处室牵头、班主任主抓、指导教师辅助、学生主体人人参与的良好局面，需要明确职责，层层落实，齐抓共管。

具体分工：见附表

督导组（领导组）须对本活动认真指导并督促。团委须对本活动认真部署，做好考勤、资料建设和宣传工作。后勤组须对每次器材的借与还做好记录，对已损坏的器材做好维护，不能维护的及时向团委汇报。各组组长须安排督促好本组成员的分工，并认真巡视本组活动的开展，使各组活动开展井然有序，各组辅导老师须认真辅导好本组学生，使活动达到预期目的。参加活动的每一位老师不得随意走动，不得任意

请假，要请假须向易思武校长和本组组长请假，易思武校长再向考勤组传达请假人，便于考勤组做考勤记录，请假后该组的活动由本组组长具体负责。未请假或擅自离开本组地点参加其它活动的，按未参加活动处理，并纳入学校考勤考核，一次活动按一节课考评。

## 阳光大课间活动内容篇二

1. 通过大课间体育活动，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. 在大课间体育活动中，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。
3. 通过大课间体育活动，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。
4. 通过大课间体育活动，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

### 二、活动地点

学校田径场、篮球场、及校道。

三、活动结构（整个活动过程都在音乐的旋律下进行，历时30分钟）

- 1、出队：
- 2、准备部分：广播体操
- 3、基本部分：形式多样的活动项目20'
- 4、结束部分：放松与归队3'

#### 四、活动进程。

##### 1、出队（按照行政班集合，在动感音乐下跑步进入操场）

要求：各班体育委员组织本班同学集队，队伍整齐有序，听指挥跑步进场。

2、广播体操要求：播放广播操音乐，做操节奏感强、整齐、有力，表现出良好的精神面貌。

##### 3、形式多样的活动项目

活动内容：篮球、排球、游戏、毽子、羽毛球、跳绳等。

#### 五、活动安排表

##### 1、活动时间

9：20——9：50（9：20—9：27广播操）

##### 2、活动项目、场地安排

羽毛球：北楼西路道

乒乓球：乒乓台区

绳、毽：南楼小操场

橡皮筋、呼啦圈：田径场

排球：排球场

篮球：篮球场

##### 3、人员安排

1. 体育教师负责活动的组织、指导。
2. 班主任或留班教师负责本班的活动管理，确保活动安全、有序。
3. 各班体育委员负责器材的借还。

## 阳光大课间活动内容篇三

通过阳光体育大课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，丰富体育文化内涵，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。

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”、“大课间体育”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。

组长：魏xx

副组长：蒋xx

组员：体育组全体教师、各班主任

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，在大课间结束前5分钟收拾好器材送到器材室。

注：1、各位班主任及配班老师负责组织好本班级学生的活动。

2、遇阴雨天气，各班按阴雨天气方案执行。

## 阳光大课间活动内容篇四

根据市教育局推出中小学校“快乐大课间”活动的要求及制定的《寿光市开展中小学“快乐大课间”活动的实施意见》的精神，坚持“健康第一”的指导思想，树立“以人为本”的教育教学理念，本着对师生全面负责的精神，保证让师生每天在学校能够共同参加丰富多彩的体育活动，充分实现师生和谐共处，共同锻炼、全面提高学生的身体素质，促进学生的身心健康发展，实现每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子的远大目标。制定我校快乐和谐大课间实施方案。

### 一、制定方案：

制定具体实施方案和保障措施，定期进行检查和考核，确保此项活动的长期有地开展下去。

### 二、实施目的：

实施“快乐和谐大课间”活动，贯彻“健康第一”的指导思想，切实保证学生每天一小时的体育锻炼时间，充分使学生玩起来、动起来，以达到全面提高身体素质，增进身心健康的切实可行的重要方法和手段。这对促进学生身体的发育，增强其体质。而课间操作为固定的一种锻炼方式，也使学生感觉单调乏味，限制了学生个性发展。“快乐大课间”活动将突破固有的课间操模式，对传统的学校课间操形式进行拓

展，丰富学生锻炼内容，有利于激发学生锻炼热情，增强学生体质。确保学生全面发展。

### 三、实施形式与内容：

根据教育局文件的要求，必须保证学生在上午、下午第二节课后参加不少于30分钟的体育活动。上午以眼保健操、广播体操、球操、舞蹈类为主，下午以身体素质活动、特色活动、趣味游戏和自主活动为主，全校师生共同参加体育锻炼活动。学校制定丰富多彩的活动项目，达到促德、健体、调智、审美的教育功能。身体素质活动包括：力量、耐力、速度、柔韧、协调等。自主活动包括：跳绳、踢毽子、掷沙包、呼拉圈、球类等。

1、做好眼保健操。运用正确的手法做好眼保健操，确实收到保护视力的成效。

2、除做好广播操外，学校根据实际情况和本校的特点，组织教师自编一些符合学生身心发展特点的健身操、武术操或舞蹈等。

3、分组活动。在班主任、体育教师和任科教师的组织参与下，以级部为单位按兴趣分成小组，充分发挥班级和学生骨干的作用，进行游戏、体育趣味比赛、身体素质练习等活动。

### 四、具体实施过程：

1、9月1日，学校召开调度会，根据教育局意见，认真学习相关文件精神，并结合我校实际情况，制订切实可行、有特色、详细的活动方案，要求具体到活动内容、活动人员、活动地点等。

2、9月2日，制定详细实施方案，做好活动前的器材等的准备工作。安排有关人员作好一切准备工作。

3、9月下旬，对“大课间”活动进行初步评估，查漏补缺。

4、10月份，迎接教育局“大课间”活动现场会检查。

5、11月份，迎接教育局对我校“快乐大课间”活动的检查评估。

## 五、实施要求：

1、各级部要成立“大课间”活动领导小组，广泛宣传“快乐大课间”的意义和作用，制订切实可行的实施方案，特别是细化每个项目的具体安排，保障活动人员、器械到位。不无故冲击活动时间，不占用活动地点。将“快乐大课间”活动纳入班级、级部的考核。要结合本级部实际，精心谋划，认真组织，确保安全。

2、全员参与，合理分工，责任到人。各级部主任要组织本级部全体教师参加活动，充分发挥班主任、体育教师及特长教师的作用，每项活动要具体到人，参加人员要有具体职责。

### 班主任负责：

(1)认真组织本班学生准时出操，保证出勤率。

(2)培养学生体育兴趣，亲自参与，正确引导，教育和鼓励学生积极参与“大课间”活动，为班集体争光，增强学生的集体荣誉感和集体主义精神。

(3)检查、了解、监督、管理本班“大课间”活动情况，考勤人数，发现问题及时处理，保证“大课间”活动质量。

### 体育老师负责：

(1)“大课间”内容安排和乐曲选择。



(2) 内容要考虑到季节的特点，乐曲要适合学生和内容的特点。

(3) 负责活动地点、场所及退场安排。

(4) 负责组织“大课间”全过程，负责指挥和示范，协助班主任工作。

3、各级部要成立“大课间”活动检查评比小组，制定出切实可行的检查评比细则，对“大课间”活动进行常年不间断的全面检查与评比，定期公布，及时表彰，确保“大课间”活动长期顺利地开展下去。

## 六、组织领导：

为保障“大课间”活动的顺利开展，学校成立“快乐和谐大课间”活动领导小组、指导小组、督查小组。人员组成如下：

### 1、领导小组

组长：

副组长：

### 2、指导小组

组长：

组员：

### 3、督查小组

组长：

组员：

## 七、场地安排：

教学楼北广场教学西、北、东甬路

## 八、时间安排：

上午：8：15——8：20眼保健操9：20——9：45广播操韵律操

下午：2：45——2：50眼保健操3：50——4：20 大课间

## 九、活动安排

七年级：踢毽子、呼拉圈、跳绳、体育游戏球类

八年级：跳绳、踢毽子、跳绳、篮球、排球、体育游戏

九年级：篮球、单双杠、立定跳远、体育游戏等。

## 十、活动要求：

- 1、身体健康的学生和教师在天气正常的情况下应积极参与大课间活动，学生会干部应检查各班的活动情况并做好记录。
- 2、各年级主任把科任教师安排到各个兴趣小组，教师与学生同乐、同玩共同构建和谐的美丽校园。
- 3、活动内容有创新。班级在指定的区域内组织活动有序。学生积极参与活动，参与率100%，安全第一。器材利用率高，利用器材能够进行创新。
- 4、各任课教师要参与自己班的训练，和学生一起参与大课间活动。同时，班主任可以结合本班学生和场地的实际情况，创造出自己班的特色项目，使大课间活动更具趣味性、娱乐性、欣赏性。

5、全校教职员参与大课间活动，“师生同乐”共同构建和谐校园。全程活动都在音乐的指挥下进行。教师既做学生的“学伴”，又做学生的“玩伴”，使活动成为全校师生的游戏化活动。

6、年级主任、班主任抓紧时间对学生进行训练，学校政教处和体育教师将对各年级的大课间进行评比，各年级分别评出一、二、三等奖，对取得优异成绩的班级给予奖励。（评比项目：入场式、队形队列、积极性、创造性、纪律、体育器材的利用与维护等。

## 阳光大课间活动内容篇五

精神文化建设，努力打造长兴岛高中具有本校特色大课间操。

### （一）目标：

1、提高大课间的锻炼实效，优化大课间的的时间、形式、内容和结构。

2、根据中学生身心发展规律，通过体育锻炼促进学生强身健体的同时，达到健心育智、全面发展。

3、发挥其他教师的体育特长，充分利用学校运动场地设备，实现学校教育资源的优化组合。

4、全面提升学校师生的综合素质，促进师生和谐发展。

### （二）原则：

1、教育性原则：充分发挥大课间活动对学生进行德育教育的功能，重视活动过程的管理。

2、科学性原则：遵循学生身心发展的规律、学生行为习惯养

成规律。

3、全体性原则：师生全员参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。

4、创新性原则：根据现有条件，创造性地组织活动开展。

1、活动指导：体育组。

体育教师要负责任课班级技术指导、安全指导等相关事宜。

2、活动指导：班主任教师和各年级组教师。

上午：

1、时间：第二节课后大课间（周二至周五）。

2、内容：眼保操（5分钟）韵律操、广播体操操、列队退场（时间约25分钟）。

3、要求：全程音乐指挥。

下午：

1、时间：第二节课后大课间（周一至周五）。

2、内容：眼保操（5分钟）眼保操（5分钟）韵律操、广播体操操、列队退场（时间约25分钟）

3、全程音乐指挥。

1、全校师生应高度重视、共同参与，各班级必须严格执行大课间活动项目实施方案，确保活动时间与活动质量。

2、各班应仔细阅读（场地划分示意图），明确每天各班活动

内容所指定的活动区域，到指定的活动场地进行活动。

3、活动中需要在活动方法、运动技术上给予指导时，班主任可以要求负责本场地的体育教师给予指导。

4、各班在活动中应加强安全教育。若发现存在安全隐患时，应及时停止活动并汇报当天值日领导人员。在排除安全隐患后才能进行活动。