

快乐大课间活动方案设计 快乐大课间活动实施方案(模板8篇)

为了确保事情或工作有序有效开展，通常需要提前准备好一份方案，方案属于计划类文书的一种。方案的格式和要求是什么样的呢？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。

快乐大课间活动方案设计篇一

根据中共中央国务院《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》的文件精神和温家宝总理在2011年〈政府工作报告〉中提出的“保证中小学生每天一小时校园体育活动”的要求，切实加强学校体育工作，积极开展阳光体育运动，促进学生身心健康和谐发展，最大程度地发挥学生和老师的主动性与创造性。促进体育课堂教学的改革与创新，体现良好的校风，校纪和学生的精神面貌，从小养成主动参与体育活动的兴趣和爱好，培养竞争意识、合作精神和坚强毅力，促进身心全面发展。特制定本校实施阳光体育“大课间”活动方案。

组长：张平华

副组长：蔡录元张继龙陈仁国蔡德元

组员：全体教师

职责：

- (1) 领导小组：领导整个活动的开展。
- (2) 体育老师：具体负责全校性的“阳光体育大课间活动”，对全校性的活动质量负责。

(3) 年级组长：领导、指导本年级班主任老师和体育老师开展好活动，对本年级“阳光体育大课间活动”的质量负总责。

(4) 班主任老师：是本班“阳光体育大课间活动”的组织者、实施

者、责任人，对本班的活动质量和活动效果负全责。

(5) 跟班教师：协助班主任负责对相应班级活动的组织、开展以及秩序的维护。

(一) 目标

- 1、促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观。
- 2、让学生有选择地参与、学习、享受体育，激发学生的运动兴趣，提高学生的学习积极性和潜能。
- 3、促进师生间、学生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力。
- 4、根据学生的身心发展需要和现有资源，努力创新，整合出形式多样的大课间系列活动，吸引学生强身健体，在活动中养成良好的习惯，强化团队意识，促进学生全面和谐的发展。
- 5、丰富校园文化生活，营造积极向上的校风、学风。

(二) 原则

- 1、教育性原则。充分发挥大课间活动对学生的习惯培养教育功能、团队协作意识强化功能，重视活动过程的教育。
- 2、科学性原则。遵循学生身心发展的规律。我校从实际出发，采用多种活动相结合的形式，合理的安排大课间的课程计划和内容。分区域，以年级为单位，轮换项目，做到有形式，

讲实效。

3、全体性原则。充分发挥师生的积极性和创造性，吸引全体师生参与到大课间活动中来，达到全员健身的目的。

四、实施措施

1、制度保障：学校为使大课间活动常态化，建立学生检查制、班主任现场督促制、体育教师指导制、活动评比制。把大课间活动开展情况作为文明班集体评选的重要依据，既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可持续发展。

2、时间保障：学校作息时间明确规定大课间活动为周一至周五课间操，任何教师不得挤占大课间活动时间。

3、人力保障。学校要求大课间活动所有教师全员参与，活动中教师既是活动的组织者、指导者，又是学生活动的保护者，同时自己也是活动者。这既体现了国家所倡导的全民健身，更有利于构建融洽、和谐、平等的师生关系。

4、器材保障。大课间活动器材除沙包、毽子、皮筋等由学生自备，其余均由学校提供。鼓励体育教师、班主任、任课教师发挥自身特长，展示自身才干，开发创新体育、舞蹈、健身操、游戏等多种项目，如：太极拳、集体锅庄等。

5、安全保障。对学生进行安全教育，所有场地均安排教师进行现场活动指导，并督促学生安全。

6、组织保障。建立以一把手校长为组长，分管校长为副组长，教导处、体育教师、班主任为执行者的强大团队，确保大课间有效、有序地开展。

（一）时间：周一至周五课间操

(二) 地点：操场

(三) 对象：1~9年级学生

(四) 活动内容：单周的周一、周三、周五由各年级组自行组织开展，周二、周四为全校性的太极拳。双周的周一、周三、周五为全校性的太极拳，周二、周四由各年级组自行组织开展。

快乐大课间活动方案设计篇二

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. 通过大课间体育活动中，发挥学生的学习积极性和潜能，促使学生主动参与体育活动，培养学生参与体育活动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯和终身体育意识。

3. 通过大课间体育活动，提高学生的合作、竞争意识和交往能力，全面提高学校师生的综合素质。

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。

1. 全体性原则。大课间活动的开展要面向全体学生，充分要求人人积极参与活动，达到全体健身、全员愉悦的目的。

2. 教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行五育教育的功能，重视活动过程的教育。

3. 科学性原则。遵循学生身心发展的规律，结合我校实际及场地特点，合理的安排大课间的活动计划和内容。

4. 安全的原则。在大课间体育活动的组织与实施过程中，要

加强安全教育和管理工作，要制定出必要的安全措施、应急预案，避免和防止意外事故的发生。

1. 星期一至星期五早晨6:20-6:30全体住宿生早锻炼。（10分钟）
2. 星期二至星期五上午第二节课结束后大课间操活动（冬季为跑操）（星期一举行升旗仪式）。（30分钟）
3. 星期一至星期五上午第四节课前做眼保健操。（5分钟）
4. 星期一至星期五下午第五节课后做眼保健操（5分钟）。
5. 星期一至星期五下午第六节课结束后体育活动（冬季为跑操）。（30分钟）

活动内容时间地点

上午各班级自教室门前至集合地点整队5分钟跑操路线详见安排表

集体跑操18分钟

自主活动7分钟

1. 大课间活动实行学校领导负责制，年级部、政教处、教务处具体负责，及时了解活动开展情况，发现、解决存在问题。
2. 班主任要教育和鼓励全班学生积极参与大课间活动，增强学生的集体荣誉感。班主任认真组织本班学生按时参加大课间活动，培养学生活动兴趣，从思想上正确引导学生，及时检查、了解、监督、管理本班大课间活动情况，发现问题及时处理，保证大课间活动质量，同时负责活动安全工作。
3. 体育老师具体负责大课间活动的组织和实施。体育教师负

责大课间活动内容的安排、乐曲的选择，负责班级活动场所及进退场的安排，负责组织和指挥大课间活动的全过程，并协调班主任组织好所带年级的大课间活动。

4. 各班要保证学生全员参与，除生病请假的外，无特殊情况不得缺席。

5. 引导全体教师积极参与大课间活动，协助班主任和体育教师开展大课间活动。

6. 加强大课间操过程的质量监管。政教处、团委下辖“文明监督员”负责大课间活动各班出勤情况的检查记录；各年级部体育备课组组长大课间活动（跑操）质量的检查记录；医务室校医负责眼保健操做操质量的检查记录，以上检查的全部结果纳入学校文明班集体量化考核积分中。年级部值日组长负责班主任、体育教师、值日教师的考核，报年级部备案。

快乐大课间活动方案设计篇三

全面贯彻落实党的教育方针和《中共中央国务院关于进一步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。

（一）目标

1. 通过大课间活动，落实“健康第一”的指导思想，形成健康意识和终身体育观，促进学生健康成长。

2. 把握学生的身心发展需要，积极创新，改革学校课间操，

优化课间操的时间、空间、形式、内容和结构，让学生有选择的参与体育、享受体育，激发学生的运动兴趣，激励学生兴趣爱好，让学生积极参加体育活动，主动的掌握健身的方法并自觉的进行锻炼。

3. 通过大课间活动，促进师生间、生生间的和谐关系，提高学生的同伴关系，竞争意识和协作能力，全面提高学校师生的综合素质。

4. 通过大课间活动，丰富校园文化，营造积极向上的学习氛围，促进和谐校园的建设。

（二）原则

1. 教育性原则，重视活动过程中的教育。

2. 科学性原则，遵循学生身心发展规律，坚持从学校的实际出发，科学合理的安排大课间的课程计划和活动，确保每一个学生都能有所收获。

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。将艺术、体育融为一体，体现综合艺术相结合的特色。

领导小组组长：扩曼

组员：阿达力阿依奴张魁各班班主任

技术指导组组长：阿达力阿依奴张魁

活动负责组组长：全体班主任

体育器材管理组组长：阿达力

体育大课间活动时间为星期二——星期五上午第二节课后12:20—12:50（30分钟）连同小学生眼保健操、广播体操一起进行。

程序一：生眼保健操（4分钟）——各班集合整队（3分钟）——广播操（5分钟）——自选活动（13分钟）——各班集合整队（1分钟）——休息（4分钟）

采用先集中做操，再按项目分块活动相结合的形式进行。在活动项目设置上，既安排与《学生体质健康标准》测试项目相关的内容，也安排学生喜欢的、活泼多样的游戏。有合有分，以音乐为背景串联活动全过程，旨在全员参与，体现快乐学堂，快乐体育，快乐成长的理念。根据学生年龄特点，本着由小到大科学运动规律安排运动量。

一年级大课间活动安排表

班级内容

星期一（1）器材配备二（1）器材配备三（1）器材配备

周二跳短绳自备踢毽子自备拍篮球8个

周三踢毽子自备跳短绳自备小游戏

周四拍篮球8个小游戏踢毽子自备

周五小游戏拍篮球8个跳短绳自备

四年级大课间活动安排表

班级内容

星期四（1）器材配备四（2）器材配备

周二跳短绳自备踢毽子自备

周三丢沙包跳长绳4根

周四跳长绳4根丢沙包

周五踢毽子自备跳短绳自备

五年级大课间活动安排表

班级内容

星期五（1）器材配备五（2）器材配备

周二跳短绳自备踢毽子自备

周三绕场跑跳长绳4根

周四跳长绳4根绕场跑

周五踢毽子自备跳短绳自备

六年级大课间活动安排表

班级内容

星期六（1）器材配备六（2）器材配备

周二跳短绳自备踢毽子自备

周三绕场跑跳长绳4根

周四跳长绳4根绕场跑

周五踢毽子自备跳短绳自备

专项训练：篮球、田径

一年级、二年级、三年级：教学楼门口

四年级：篮球场 五年级：运动场南边 六年级：运动场北边

1. 整个过程时间安排比较紧凑，因此各个班级要从开始准时排队下楼，班主任可适当提前到班，组织学生参加锻炼。负责每次大课间活动的体育教师要提前到位，准备好器材。

2. 注意有序开展活动，安全第一。在整个活动中，班主任要带领学生积极参加活动，必须强调活动纪律与安全。特别是学生在集体活动进行时，必须在老师亲自带领和指导下有序进行活动，杜绝一切哪怕是微小的体育伤害事故。

3. 各项目活动限在规定的活动区域进行。大课间活动时间不得以任何理由挤占或早退。雨天各班自行安排室内游戏活动。

4. 负责活动器材发放的老师要提前2分钟到器材室。

5. 负责行政值日的老师要认真巡视。

快乐大课间活动方案设计篇四

为进一步落实县教育局《转发教育部办公厅关于开展〈体育、艺术2+1项目〉实验工作的通知》《转发教育部关于落实保证中小学生每天体育活动时间的意见》精神，根据“健康第一”的指导思想，为全面实施素质教育，引导学生养成良好的体育锻炼的意识、能力和科学的生活方式，确保学生每天一小时活动时间，结合我学校实际，经研究决定，在全校开展“快乐大课间活动”，把这作为增强学生的体质，培养学生的心理素质和道德素质，促使学生主动参与体育活动，培养学生参与体育活动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯和终身体育意识重要途径之一。为使该活动顺利进行，特制定本

方案。

为更好地贯彻党的教育方针，全面实施素质教育，培养德智体等全面发展的人才，落实科学发展观，更好落实“阳光体育”工程，坚持“健康第一”的指导思想，牢固树立终身体育的新课程理念，遵循青少年身心发展规律，通过“快乐大课间活动”，体现合作、民主、探究的教学理念，以大课间为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新。

(一)成立学校“快乐大课间活动”领导小组

组长：王军士

副组长：史兴军

成员：杨虹史学斌刘平平刘现荣刘光永高凤欣

(二)成立学校领导小组

“快乐大课间活动”管理与组织是一项涉及到学校主要领导、分管领导、政教处、教务处、班主任、体育教师、艺术教师的一项系统工作。因此要成立由学校主要领导牵头，分管领导、政教处、教务处、体育教研组、艺术教研组参与的领导小组，加强对“快乐大课间活动”的组织与日常管理。

(一)参与对象

全体在校学生

(二)形式、时间

1、活动形式

快乐大课间活动要讲求实效。根据季节的变化灵活安排活动内容，变换活动形式;根据学校实际每天组织丰富多彩的活动，

将活动分为综合性活动和广播体操两大类。

2、活动时间

学校每天上午安排30—40分钟(包括课间操、眼睛保健操时间)，下午安排30分钟(包括课间操、眼睛保健操时间)，活动时间全部列入学校课程表。

(三)拓展空间

1、创建快乐体育园地

学校充分利用学校的边角空地，因地制宜少花钱或不花钱建设多种多样体育器材，使学生的活动空间得到扩展，活动设施器材得到补充、丰富。

2、舞蹈室内健身操与室内健身游戏，弥补室外活动空间的不足，同时可消除不良天气带来的影响，达到既扩充空间又保证活动时间的效果。

(四)丰富活动内容

1、丰富大课间的活动内容，我校大课间的内容可分为六大类别：

(1)体操类：在教育部统编广播操的基础上，各班还可安排自编操、武术操、球操、健美操及队列队形练习等。

(2)舞蹈类：如韵律舞蹈、形体练习、舞蹈动作组合、集体舞、民族舞等。

(3)身体素质练习类：分为力量、耐力、速度、柔韧、协调等，具体的如纵跳、原地高抬腿跑、俯卧撑、蛙跳、韧带拉伸、12分钟耐力跑等有氧耐力性活动。

(4)趣味游戏：如看谁反应快(推手、打手等)、角力、轻物掷远、跳方格及乡土民间小游戏等。

(5)特色活动项目：如跳绳、踢毽、跳皮筋、滚铁环、掷沙包、放风筝等。

(6)新颖有趣的快乐体育园地的内容，如竹杆舞、同舟共济(板鞋)、多向角力等项目，学生有新奇感且参与性较强。

这六大类项目，学校按照自己的场地、器材的情况，根据不同季节的要求，结合学生实际，自主统筹安排。要求强调趣味性，符合学生的年龄特点；不仅关注活动的形式，更要注重健身的实效性；要因地制宜，突出自己特色。同时在大课间活动中有配合活动内容的伴奏音乐，使艺体相辅相成。

2、在体育教学中重视选项教学与运动处方教学相结合。通过选项教学，提高学生的运动技术水平，提高运动鉴赏与参与的能力，使学生更乐于参加体育运动。针对学生的不足，有针对性地开出运动处方，促使学生科学的锻炼与提高。

快乐大课间活动方案设计篇五

大课间活动作为推进素质教育、促进学生健康成长的重要途径之一。下面是本站小编为你整理的快乐大课间活动方案，希望对你有帮助！

一、活动宗旨

为全面实施素质教育，引导学生养成良好的体育锻炼的意识、能力和科学的生活方式，确保学生每天一小时活动时间，结合我学校实际，营造丰富多彩的“快乐大课间活动”。以增强学生的体质，培养学生的心理素质和道德素质，促使学生主动参与体育活动，培养学生参与体育活动的兴趣和爱好，

形成坚持锻炼的习惯和终身体育意识重要途径。为使该活动顺利进行，特制定本方案。

二、活动目的

抓住契机，进一步推进学校体育工作，确保学生每天有一小时的体育活动时间，树立“健康第一”的指导思想，使学生能在阳光下、在操场上体验活动的乐趣，调动师生积极向上的热情，展现良好的精神面貌。同时也为了切实提高学生体质健康水平，锤炼学生勇敢顽强、坚韧不拔的意志品格，培养团结协作精神，形成良好的学习和运动习惯。

三、活动时间

每周一到周五上午两节课后9：30——10：00

四、活动负责

组 长：冯建民

副 组 长：董福祯

活动教师：班主任、任课教师

器材出借：王法明

检查记录：值日教师

五、活动要求

1. 师生全员参加，充分发挥师生的积极性，达到全体健身的目的。
2. 各班学生由负责教师带队。各班按照活动安排表把学生带到所要求的场地开展活动，内容一周换一次，循环进行。
- 3.

负责教师组织各班班长及体育委员到体育室领取自己班的活动器材参加活动，活动结束后点清数量归还器材，办好登记出借手续。

4. 每个负责老师要清楚学生进行活动的要求和所需要注意的安全问题。如活动场所的安全隐患，班级之间进行活动场地的避让等。

5. 活动结束后，仍由各班负责教师带队回教室。

6. 如遇不好的天气，各班组织好学生在室内进行活动。如下棋、做室内操等。

7. 教师写好每一次活动记录，有活动时间、活动人数、组织形式、具体指导、活动效果等。

六、大课间活动流程：（活动以班级或小组为单位）

1、进场(2分钟)。奏《运动员进行曲》，全体师生随着音乐，学生在副班主任老师的带领下，来到各个班级规定的活动场地集中。

2、全体师生一起做操(3分钟)

3、分班或分组开展活动(20分钟)，奏背景音乐。各班根据活动内容自己安排(班主任老师必须在场，和学生打成一片，融洽在一起)。

4、结束，回教室。(5分钟)奏《运动员进行曲》，在班主任老师带领下，慢跑回到教室。

七、快乐大课间丰富的活动内容

(b)趣味性游戏：老鹰抓小鸡、找朋友、丢手帕、盖房子、跳

方格、及乡土民间小游戏等。

(c)舞蹈类：如韵律舞蹈、集体舞、民族舞等。

(d)身体素质练习类：速度、耐力、力量、柔韧性、灵敏性、协调性等。具体内容如：原地高抬腿跑、立卧撑、俯卧撑、蛙跳、韧带拉伸、蹬台阶、跨障碍、仰卧起坐、2-5分钟耐力跑等有氧运动□ (e)体育动作技能类：

田径：跳高、跳远、铅球、掷沙包、接力跑等

体操：绳操、球操、单杠、双杠、山羊(跳背)、技巧、肋木
球类：软式排球、乒乓球、小皮球(网球)

(f)雨天课在室内进行：棋类活动、智力游戏、仰卧起坐等。

为推进快乐校园建设，切实加强学校体育工作，确保学生每天一小时的体育活动时间，根据上级教育部门的要求，结合我校的实际，制定本方案。

一、推广快乐大课间的目的

1、通过丰富多彩的课间活动把学生吸引到各项体育活动中，变要我参与为我要加与，在乐中练，在练中乐。

2、通过体育课向学生传授各种基本知识、基本技能，使学生学会锻炼，在体育活动中加以强化、提高，变成学生自身的需求，成为终生参与的项目。

3、使学生感受到大课间锻炼带来的好处，从理论上认识到健身的重要性，从而使真、善、美成为学生终身体育的意识，养成终生体育的习惯。

4、通过锻炼，增强体质、健全心理，集中精力进行学习。

二、大课间活动时间

每天上午9：40——10：10，下午3：00——3：30

三、活动内容

各种游戏级有意义体育活动。（舞蹈、武术、阳光伙伴合作跑、跳绳、踢毽、校园秧歌舞、呼啦圈、游戏、儿童健身操、等）

四、组织要求

全体师生都要参与到快乐大课间中去，班主任尽量与所教班学生

一起活动，值班教师对各班开展的大课间活动进行检查督促，每次活动都有老师带领，确保活动安全。各班要保证学生全员参与，除生病请假的外，无特殊情况不得缺席。

五、实施措施

- 1、活动量由指导负责，要提前安排好活动内容的顺序以及活动量，要符合人体运动的变化规律。
- 2、活动要有实效，要使学生的身心健康得到全面发展。
- 3、对学生要进行安全教育，加强安全管理，同时教师要高度负责，要组织好、指导好，以防为主，做到器械保护与人员保护相结合，杜绝事故的发生。

一、快乐大课间的目的

- 1、通过丰富多彩的课间活动培养学生积极参加各种活动的兴趣和爱好，养成经常锻炼的习惯。
- 2、通过课间活动巩固学生在课堂学习过的各种基本技术、基

本知识，使学生学会科学锻炼身体的方法，养成终生体育的习惯。

3、通过大课间活动，增强体质、增进身体健康，形成健康的生活方式。

4、通过大课间活动，培养学生积极进取、乐观的生活态度及良好的人际交往能力与合作精神。

二、活动时间

快乐大课间活动时间为：下午第二节后二十分钟。

三、活动内容及场地安排

1、活动内容：

特色活动项目：兔子舞、跳绳、踢毽子、木头人等。

2、活动负责人：杜郁静、冯程、刘荣利。

3、活动场地：教学楼前

四、组织措施

1、班主任要落实好自己班的活动器械，在按学校安排的活动内容进行，保证按要求达到人人有活动，活动有器具；按学校分工的活动场所开展活动。

2、活动前，负责教师要组织清点好人数，及时有序带出，保证学生全员参与，除生病请假的外，无特殊情况不得缺席。

3、活动时应确保安全第一，切实把安全工作做好，对学生要进行安全教育，加强安全管理，制定出全面的、细致的安全制度，同时教师要高度负责，要组织好、指导好，以防为主，

做到器械保护与人员保护相结合，杜绝事故的发生。

4、活动后，组织学生有序退出，不得一哄而散。

5、要提前安排好活动内容的顺序以及活动量，并根据春夏秋冬的自然交替，随季节、气候的变化而重新安排，要符合人体运动的变化规律，不影响下一节课的正常学习。

6、可以组织开展一些具有创新性的活动，因地制宜，形成自己的特色。

7、活动要有实效，要使学生的身心健康得到全面发展。

快乐大课间活动方案设计篇六

开展大课间活动，是为全面实施素质教育，引导学生养成良好的体育锻炼的意识、能力和科学的生活方式。今天本站小编给大家为您整理了快乐大课间活动实施方案，仅供参考。

一、指导思想

全面实施“学生体质健康过程”，积极开展阳光体育运动“，进一步推进快乐“大课间”活动，以“体育、艺术‘2+1’项目”活动为内容确保学生校内不少于1小时课外活动时间，使每位小时能够掌握两项体育运动技能和一项艺术特长。

二、实施要求

1、各校要根据《阳泉市郊区关于开展体育、艺术“2+1”项目活动的实施方案》和《体育、艺术“2+1”项目技能测试标准》，认真做好体育、艺术“2+1”项目的测试认定工作。各校力求做到规范+特色。

2、各校要制定切实可行的活动方案，校长为第一责任人，做到专人负责，以班组织活动，从课间操到体育、艺术(乐器、舞蹈、唱歌、美术等)活动都要有安排、有检查、有记录、有评比、有总结。

3、根据学生年龄特点、年级特点，依照标准进行实施，同时结合开展“乐器”进课堂和“名曲、名画、名著”进校园活动，依托校园广播、校园文化专栏开展“每周一曲、每周一画、每周一文”为主要形式的艺术欣赏活动，积极搞好“六一”、“十月”艺术教育月活动。

4、3月份—5月份为集中活动时间，5月份中下旬联校进行检查、评比，区教育局进行“快乐大课间”（“文化环境创设”）落实情况调研。6月份区组织此项工作的测试和情况汇报。

一、指导思想

为更好的贯彻党的教育方针，坚持“以人为本，全面发展”的宗旨”，优化学校体育场地设施设备及管理，提高其使用率，发挥全员育人效益。我校在新课程标准的贯彻实施过程中，以“人人健康、快乐体育”为教学理念，根据上级精神把开展大课间活动作为作为重要途径之一，保证学生每天一小时体育锻炼时间，增强学生的体质，促进师生身心和谐发展，培养学生主动参与体育活动的意识、兴趣和爱好，形成坚持体育锻炼的习惯和终身体育意识。

二、目标和原则

(一)目标

1. 创编学校集体操，在项目、时间、空间、形式、内容和结构上以全新的方式进行活动，使学生乐于参加，主动的掌握健身的方法并自觉的锻炼。

2. 根据学生的身心发展需要，积极创新，促进学生全面和谐的发展，全面提高学校师生的综合素质。

3. 优化学校体育场地设施设备及管理，提高其使用率，发挥其育人效益。

(二) 原则

1. 教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行五育教育的功能，重视活动过程的教育。

2. 科学性原则。遵循学生身心发展的规律。我校从实际出发，采用课余时间大课间的形式，合理的安排大课间的课程计划和内容。

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. 创新型原则。根据我校场地宽广的特点，大课间活动增创一些有利于学生身心发展的新颖有趣的体育活动项目。

三、组织机构

组长：王世春(校长) 副组长：卫志权(副校长) 吴卫东(副校长)

教导处负责对教师管理，德育部负责对各班级开展活动情况进行考评，卫平凤负责具体组织实施，孙抒负责校园集体舞的编创及每天大课间的广播音响控制。

四、活动形式

我校大课间活动安排在每天上午两节课后进行，时间为30分钟。采用先集中活动再分组活动的形式，以阳光童年为主线串联活动全过程。分组活动是体育课程标准以班级为单位，

安排进行活泼多样的游戏、身体素质练习、器械练习等内容。

(一)场地划分(具体看场地划分图)

一年级：运动场东边。

二年级：学校a□b楼中间空地。

三年级：田径场南边。

四年级：田径场中间。

五年级：乒乓球场地。

六年级：田径场中间。

(二)大课间活动流程

1、进场：5分钟

2、校园广播操

3、校园集体舞《小白船》

4、全体师生绕操场跑步两圈。

5、四、六年级，其余年级分班级集体活动。(跳绳、乒乓球、跳长绳、踢毽子等活动相对集中安排，每周轮换一次。)

五、管理措施及要求

(一)加强宣传，提高认识

充分发挥宣传阵地的作用。采用教师集中学习、黑板报和大队部广播站等形式，大力宣传大课间活动对学生教育意义和

健体的作用，使师生达到共识：大课间不仅能提高学生的身体素质，而且可以带动学校的其他工作健康和谐的向前发展。

(二)完善制度，强化管理

为使大课间活动真正的落实到实处，高质量的进行，我校除了在时间和课程计划给予保障以外，还要在制度上为大课间活动给予保障。

(三)活动要求

- 1、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，各配班教师下到班级参与活动。
- 2、卫平凤老师负责准备好器材，每次大课间活动要提前到位，
- 3、各项目活动限在规定的活动区域进行。负责值日的老师和少先大队值日干部要认真巡视，并做好当天的活动记录。
- 4、班主任和配班教师要带领学生积极参加活动，并进行安全教育，杜绝伤害事故的发生。
- 5、对于开展大课间活动有特色的班级学校将予以奖励。
- 6、雨天各班自行安排室内活动。

一、指导思想

为丰富学生课余生活，为学生每天能有体育锻炼时间创造良好的条件，增强学生的体质，培养学生的心理素质和道德素质，促使学生主动参与体育活动，培养学生参与体育活动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯和终身体育意识。采取自制器材和开发利用体育资源，在大课间活动中体现合作，自主，探究，创新的教学理念。以大课堂为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新，体现良好的校风，校纪和学生的精

神面貌，带动校园文化的建设。健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提，是中华民族旺盛生命力的体现。贯彻教育部开展“体育艺术2+1项目”实验工作的精神，积极实施“快乐大课间”活动，保证学生每天一小时体育锻炼时间，实现“体育与艺术、科技与创新、趣味与竞技”的完美统一。从小养成主动参与体育活动的兴趣和爱好，培养竞争意识、合作精神和坚强毅力，促进身心全面发展。

二、活动目标

- 1、开展大课间活动，改革学校课间操，优化课间操的时间、空间、形式、内容和结构，使学生乐于参加，主动掌握健身的方法并自觉锻炼。
- 2、通过大课间活动，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”落在实处。
- 3、在大课间活动中，让学生选择自己喜爱的运动项目，并积极主动地参与到活动中来。
- 4、通过大课间活动，促进师生间、学生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力。
- 5、通过大课间活动，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

三、活动原则

- 1、教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行五育教育的功能，重视活动过程的教育。
- 2、全员参与原则。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。

3、安全第一原则。严密场地、器材管理，落实行政值周、班主任、副班主任职责，强化活动过程管理，制订安全预案，全方位贯彻“安全第一”原则。

4、因地制宜原则。根据我校场地小，在校学生多，人均占地面积不足的特点，采取以年级为单位，室内、室外分组活动的形式。室外以学校快乐体育训练为主，群体竞赛为辅；室内以班级特色创建为主，室内游戏、室内体育活动为辅。

5、科学性原则。遵循学生身心发展的规律，我校从实际出发，以全面落实教学计划，又不增加学业负担为前提，合理地安排大课间的课程计划和内容，将艺术、体育、特色创建融为一体。

6、创新型原则。我校场地小，学生多，大课间活动适宜开展有利于健康的游戏，跳皮筋，踢毽子，跳绳，摇呼啦圈，拍球，丢沙包之类的活动。

四、健全机制

(一)安全工作：

2. 在指定位置进行规定项目活动，不能擅自进行其他项目活动，更不能乱窜乱跑；

3. 要根据身体情况开展活动，如有身体不适或受伤应立即告知老师；

4. 活动时，同学间要互相协作、谦让，互相帮助，共同做好安全保护工作，不能互相吵闹、争执甚至打架。

(二)班主任职责：

1. 要加强安全教育，并使学生掌握必要的安全防范知识。

2. 按《大课间活动方案》准备活动器材，做好安全检查工作。
3. 检查学生衣着，了解学生的健康状况，合理安排运动量。
4. 活动时，要做好组织及安全防护工作，防止伤害事故发生。
5. 如有意外伤害事故，要严格按照《伤害突发事件处理办法》进行处理。
6. 及时做好活动记录，随时接受各级督查。

快乐大课间活动方案设计篇七

为推进阳光体育运动在全区的深入开展，进一步掀起全区中小學生健身运动的高潮，特制定湖滨区阳光体育运动实施方案。

继续坚持“健康第一”、以人为本的理念，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，在全区中小學生中掀起体育锻炼热潮，提高我区中小學生体质健康，促进学生德智体美全面发展。

开展中小学“阳光大课间”活动，以“走向操场、走进大自然、走到阳光下”为活动主题。旨在全面贯彻落实“健康第一”指导思想，落实学生每天体育活动一小时，全面推进素质教育，提高学生身体素质，增进学生身心健康，真正为学生未来可持续发展奠基。

组长：孙治国

副组长：危小红

组员：各班主任

职责：

(1) 领导小组：领导整个活动的开展。

(2) 体育老师：具体负责全校性的“阳光体育大课间活动”，对全校性的活动质量负责。

(3) 副组长：领导、指导本年级班主任老师和体育老师开展好活动，对本年级“阳光体育大课间活动”的质量负总责。

(4) 班主任老师：是本班“阳光体育大课间活动”的组织者、实施者、责任人，对本班的活动质量和活动效果负全责。

(5) 跟班教师：协助班主任负责对相应班级活动的组织、开展以及秩序的维护。

1、开展阳光体育运动，要遵循教育性、科学性、趣味性原则。

2、开展阳光体育运动，要遵循全面性原则。即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、开展阳光大课间活动，要遵循自主自愿与积极引导相结合原则。

4、开展阳光体育运动，要与体育课教学相结合原则。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。

5、开展阳光体育运动，要与课外体育活动相结合原则。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。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。要加强安全教育，制定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。

（一）继续开展以湖滨区的体育项目为主体的阳光体育运动。一是要坚持科学规范的学生作息制度。各学校要制定科学的作息时间表，必须保障学生睡眠时间和参加体育锻炼的时间和权利。二是根据《学校体育工作条例》，各学校要积极开展大课间体育活动，确保学生每天1小时体育活动时间。对学生每天1小时的体育活动要加强领导，统筹安排，做到“五定”，即定计划、定内容、定时间、定场地、定指导教师。三是要开足开齐体育课，其中小学1—2年级每周4节、3—6年级每周3节。同时要积极推进体育教学改革，不断提高体育教学质量。四是要在学生中普及“两操两活动”。

（二）继续采取多种形式增进学生体质健康。

一是做好《学生体质健康标准》测试工作。二是坚持和完善体育科目测试工作。

（三）继续开展以绳毽特色项目。

一是绳毽项目是我校的传统项目和特色项目，各班要结合本班特点，进一步以跳绳、踢毽子运动项目的体育活动为载体，开展班级、年级间的对抗赛等。二是继续抓好“教体结合”，利用各学校现有体育设施，发挥体育教师专业特长，推动学生课外体育活动的开展，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。

1、统一思想，提高认识。各学校要充分认识到开展阳光体育运动的重要性，成立由校长为组长的阳光体育大课间运动领导小组，明确分工，责任到人，把开展阳光体育大运动作为推

进素质教育、活跃学生课余时间、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。学校要高度重视宣传工作，充分利用报刊、横幅、广告橱窗、会议等形式，加大宣传力度，使“健康第一”、“每天锻炼一小时，健康工作五十年，快乐生活一辈子”等口号家喻户晓，深入人心，让全体教师、学生、家长深刻领会实施阳光体育运动的重要意义。要充分利用媒体、大型体育活动等载体，广泛宣传阳光体育运动的进展情况和实施成果，从而营造有利于学生阳光体育运动开展、有利于全面实施素质教育的良好氛围。

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，学校要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切实可行的规划和实施方案，并在实践和探索中不断完善，形成特色。

4、加大投入，统筹资源。学校须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。

5、完善机制，加强监督。定期组织开展以保证体育课时、落实每天一小时体育活动时间和实施《学生体质健康标准》专项督查，对取得明显成绩的要给予奖励；对不能保证体育课时和学生体育活动时间，学生体质健康水平连续下降的班级，不能评为先进班级。

快乐大课间活动方案设计篇八

组长：徐革新

副组长：陶照苏颖

2. 在指定位置进行规定项目活动，不能擅自进行其他项目活动，更不能乱窜乱跑；

3. 要根据身体情况开展活动，如有身体不适或受伤应立即告知老师；

4. 活动时，同学间要互相协作、谦让，互相帮助，共同做好安全保护工作，不能互相吵闹、争执甚至打架。

（二）班主任职责：

我校大课间活动安排在每天上午两节课后进行，时间为30分钟。采用先集中活动再分组活动的形式，以阳光少年为主线串联活动全过程。分组活动是体育课程标准以班级为单位，安排进行跳绳活动内容。

（一）场地划分（具体看场地划分图）

一年级、二年级：文化广场

三年级：风雨操场内

四年级：南门空地

五年级：北门以及行政楼后面空地。

九年级：操场

（二）大课间活动流程

1、进场：5分钟

2、初中部阳光长跑，小学部校园广播操

3、一到九年级分班级集体安排跳绳活动。学校将“阳光快乐大课间”活动列入学校工作计划，科学安排作息时间。要求各级部要结合实际，精心谋划，认真组织，确保安全，体现特色。凡有一技之长的学校干部、教师、学生，都可以成为课间体育活动的管理者和指导教师，使“阳光快乐大课间”活动真正成为领导与教师、教师与教师、教师与学生、学生与学生间思想情感交流、身心健康发展的阵地。