

# 2023年体育设计方案 体育教学活动方案设计 方案(精选5篇)

为确保事情或工作顺利开展，常常要根据具体情况预先制定方案，方案是综合考量事情或问题相关的因素后所制定的书面计划。方案对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇方案。下面是小编精心整理的方案策划范文，欢迎阅读与收藏。

## 体育设计方案篇一

四年级一班有学生70人，同学们都喜欢上体育活动课。为了使体育活动课真正落到实处，切实提高学生的身体、心理素质，成为体育课的不可缺少的补充，制定本学期体育活动教学计划。

- 1、让学生了解上体活课和锻炼身体的好处，能够认真上好体育活动课。不要把体活课当作自由课。
- 2、初步掌握体育基础知识、基本技能、和基本技术。
- 3、培养学生的组织纪律观念和吃苦耐劳，用于拼搏的精神。
- 4、增强学生身体素质的同时，锻炼学生的心理素质，使学生的身心协调发展。
- 5、通过有计划、有组织的训练，提高学生的动作协调能力。

三年级体育活动课共有八项内容。分别是：30米跑、跳远、投沙包、广播体操、、队列队形练习、前滚翻、游戏和跳短绳。这些项目侧重于简单易学，娱乐性强，能有效地配合正规的体育课和常规训练。

1. 认真备课，上好每一节体活课。
  2. 让学生充分参加体育活动，掌握体育知识，，注重理论联系实际，让学生在实践中掌握知识。从而提醒学生在日常生活中，养成良好体育卫生行为，增强身体素质。
  3. 充分体现教师主导，学生主体的原则，发挥学生的自主性，使他们在活动中学有所得，增长体育卫生知识。
  4. 对体育活动不感兴趣和动作不协调的同学，做好他们的思想转化工作，及时给予鼓励和指导。
  - 5、体育活动可及时巩固体育课的内容有不懂得地方及时向体育老师请教，以达到更好的效果。
  - 6、做好家长的思想工作，学校与家庭教育步调一致，让学生在活动中经受锻炼，培养学生吃苦耐劳的精神，勇于拼搏的顽强意志。
- 两周三课时。

## 体育设计方案篇二

全面贯彻落实《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》，按教育部国家体育总局共青团中央《关于开展第三届全国亿万同学阳光体育冬季长跑活动的通知》的统一的要求和市教育局、区文体局工作布置，我校将于xxxx年11月2日至xxxx年4月30日，在学校开展冬季长跑活动。动员广大同学积极参与体育锻炼，以健康的体魄庆贺中华人民共和国建国60周年，通过开展冬季长跑活动，磨练青少年同学的意志品质，培养良好的锻炼习惯，有效提高同学体质特别是耐力素质水平，进一步掀起阳光体育运动的新高潮。

## 阳光体育与全民健身同行

本校全体同学，一、二年级适当减量。

xxxx年11月2日至xxxx年4月30日

年11月2日上午国旗下讲话后正式启动。举行响水小学同学阳光体育冬季长跑活动起跑仪式。

每天长跑距离（参考）基数为：三、四、五年级小同学1000米。在法定工作日、节假日和寒假期间要求同学自觉坚持长跑并做好记录。各班级要做好每日长跑活动情况记录，在冬季长跑活动结束时，统计每个同学冬季长跑的总里程。冬季长跑总里程以60公里为基数，象征新中国成立60周年。

2. 以班级为单位组织同学参与冬季长跑活动。根据同学身体素质状况，长跑运动按早晚二个时段进行，既早锻炼时间和下午的文体活动时间，每次500米。

长跑路线：绕学校操场跑

同学在班主任和体育老师的组织下，在运动场内指定区域内集体跑完当天预定的里程（1000米），然后以全班同学累积的总里程做好记录。此记录将成为评选学校长跑优胜班级的依据之一。

组长□xx负责冬季长跑的全面工作。

副组长：

组员：

焦见觉协调、确保活动的`开展、检查与评比，制订评比细则，并做好冬季长跑活动宣传专栏，报道学校活动开展的情况，

并做好相关申报工作。

2. 营造良好的舆论氛围。通过多种形式，大力宣传阳光体育运动，广泛传达健康理念，唤起社会、家长、老师对同学体质健康的广泛关注，支持阳光体育运动的开展。

3. 建立学校体育活动的长效机制，加强精细化管理。做到“阳光体育运动”有人抓，有布置，有落实，有检查，有评价，有效果。学校成立阳光体育运动领导工作小组，负责活动全面布置检查评价。

4. 与课外体育活动相结合，利用好文体活动时间。保证同学每天能有一小时的体育锻炼时间，将同学课外体育活动纳入学校年度教育计划。

5. 加强领导，保证时间，形成制度，注重检查评价。鼓励师生开展阳光体育锻炼的积极性。

1. 提高平安意识，保证同学平安。领导和教师要各司其职，认真履行自身的职责。

2. 卫生保健教师随时做好救护准备。

3. 各班班主任要按时组织本班同学参与冬季长跑活动，没有学校的通知，不许不参与冬季长跑活动，有事要和时向组长请假，班主任是班级的第一责任人。

4. 在冬季长跑活动中如发生意外情况，教师能自行解决的要妥善解决，处置完后和时向副组长汇报，不能自行解决的要和时找到副组长或组出息行解决。

5. 关心同学，各班班主任要和时了解本班同学的身体健况，对于身体不适的同学班主任要和时布置其见习或教室休息。

一年级负责：

二年级负责：

三年级负责：

四年级负责：

## 体育设计方案篇三

- 1、以积极引导和鼓励学生参与足球活动的积极性为目的；
- 2、以增强学生体质，培养学生积极进取、团队体育精神为宗旨；
- 3、打造校园足球文化，发展后备足球人才。

教育局支持、领导重视、班主任和体育组配合，校园出台配套性政策，充分利用资源优势，搞好校园足球活动。

组长□xxx

副组长□xxx

组员□xxx

- 1、校内足球联赛；时间：9月-10月份(xxx负责)
- 2、校际联赛；每周五下午16□00(xxx负责)
- 3、校园代表队训练：每周一、六、日□(xxx负责)
- 4、校园足球日：每周三下午16：00—18：00全校学生参与□(xxx负责)

5、体育课中开展足球活动。

1、认真负责，搞好各项足球活动。

2、注意安全，防止意外事故；

3、选拔足球苗子，有针对性训练；

4、在校内宣传足球活动的开展；

1、一部分由校园支出、另一部分向西安市校园足球领导小组申请；

2、积极与企业、社团共建。

1、获得名次的班级；（前三名）。

2、最佳射手；（一名）。

## 体育设计方案篇四

幼儿园生活促进幼儿身心健康和谐发展。共同打造和谐幼儿园。特制定本方案。

大班全体幼儿

：湖岭镇中心幼儿园

呼啦圈若干

“快乐转转转！”

为配合本社区幼儿园特色体育活动项目的开展，让学生都投入到健身的行列中，为书声朗朗的校园增添更多的活力，愿五彩的呼啦圈把美丽的幼儿园装点得更加绚丽！

此次的活动将分“呼啦圈转起来”和“呼拉圈向前转”两个部分。

1、为促进全体参与，正式比赛前，各班有1—2分钟的时间进行“呼啦圈转起来”的表演，可采用集体表演，也可个别学生进行表演。

（看哪个班会转呼啦圈的人数比最高，颁发“呼啦圈最佳表演奖”）

2、“呼啦圈转起来”之后，各班每次选派5名选手参加“呼啦圈向前转”的比赛。

1、每班选派6名幼儿参加“呼啦圈向前转”的比赛。

2、从同一起点出发，边转呼啦圈边向终点前进，进行计时比赛。

3、比赛前，呼啦圈放在起点线后面，选手站在呼啦圈里面，听到发令声响后，拿起呼啦圈转起来后向前出发。

4、前进过程中呼啦圈不能掉下，否则被淘汰。

5、到达终点以脚过了终点线为准。

6、比赛不分预赛和决赛，各组各取前15名作为优胜者。

## 体育设计方案篇五

1、在轻松的`游戏情境中学习双脚同时向前跳，发展幼儿的跳、爬、平衡等动作；

2、鼓励幼儿积极思考、大胆尝试，并感受拔萝卜活动的乐趣；

3、让幼儿在游戏中体验助人之乐。

(1) 将幼儿分成两组

(2) 取萝卜经过草地，然后要过一座小桥，最后要经过山洞，才能到地里面。

(3) 先请小朋友示范，再进行比赛。

(4) 第一个小朋友拔完萝卜之后，回来需要排第二个小朋友的手，第二个人才能继续。