

2023年学校开展阳光体育实施方案(通用8篇)

营销策划的目标是提高销售额和市场份额。如果你对广告策划感兴趣，可以参考下面的专业培训机构，提升自己的专业能力。

学校开展阳光体育实施方案篇一

内容摘要：

体育作为学校教育的重要组成部分，应深入到学校教育的各方面，并发挥积极作用。针对现在的高考形式，学校转变观念，为学生创造缓解紧张心理、调节情绪，增进友谊、促进和谐人际关系阳光体育活动。

关键词：

阳光体育；高三；趣味活动

高考是学校生存与发展的生命线，是十二载寒窗苦读学子的人生重要转折点之一（尤其是农家子弟），备受社会各界的关注。因此，调整学生的学习状态是每一个部门（学校）和教师的责任，值得长期深入且有针对性地进行研究。作为学校教育的重要组成部分，体育学科也应主动参与其中，发挥积极作用。我校经过三年的积极探索，积累了一定的经验。

一、转变观念，提高认识

高中阶段，追求高考成绩的最大化是每一位学生、家长和教师的“终极目标”。但在实际教育教学中，“唯分数论”和“持久战”的现象相对严重，导致学生和教师身心疲惫。作为教育教学双边关系的主体，学生和教师不是机器，需要

适时地休息和调整，也需要良好的班级学习氛围和和谐的人际关系。从某种程度上说，体育运动有益于大脑发展和调节，有益于缓解紧张心理、调节情绪，有益于增进友谊、促进和谐人际关系的培养等等。俗话说，“磨刀不费砍柴工”。适当的体育运动没有耽误学生的学习时间，反而是提高了学习效率。

二、成立组织结构，加强管理

我校高三年级有20个行政班级，近千人；由一名副校长分管，两位级部主任分别管理10个班级。在活动安排、班级调动和人员调配上，仅凭几位任课的体育教师是无法高效地完成任任务，必须建立机构、依靠组织。学校成立了以校长为组长，副校长为副组长，教导主任、体育教师及全体班主任为成员的领导小组。以领导小组为核心，吸收班主任、分管年级的教导处副主任加入，分工明确，体育组负责设计，出方案，级部负责统筹，班主任负责思想工作和活动参与。

三、统筹课务，合理选择课时

课时的选择和安排，是影响体育运动质量的因素之一。我校选择的时间是下午第二节课后，即：15：30～16：10。这段时间内，空气中含氧量相对较高，有利于师生摄入更多的“氧分”，从而提高疲劳的恢复速度和质量。同时，兼顾到高三年级本学期的体育课已暂停和一天的学习已持续了6个小时，迫切需要“释放”，以缓解身心疲劳。教务处对体育运动后的课务也相应作了调整，安排以“语数外”和“选修学科”的限时训练（训练容量为1小时）。其中，体育运动与限时训练之间留给学生10分钟的休息调整时间。

四、优化设计，提高实效

体育运动项目是整个活动的载体，它的选择和设计应切合实际，应该兼顾技能、体能、兴趣、进取意识和团队意识等。

运动项目不能完全搬用某一体育项目，亦可适当修改或重组，但必须坚持以下原则：

- （1）技能要求不高
- （2）体能锻炼价值较高
- （3）趣味性较强
- （4）有利于进取意识和团队意识的培养

案例一：为了个体和集体的进取意识，我校设计了“开往成功的列车”。在以班级为单位进行跑操之后，再组织进行“开往成功的列车”。每班一条道，学生一路纵队，两臂搭在前一学生的肩上（双手不得离开），步调一致前进至100米终点（绕田径场一周）。案例二：为了增强班级的团队意识，我校选择了“集体跳长绳”。在以班级为单位进行跑操之后，先进行约8分钟全体参与“鱼贯式”跳长绳，再进行约6分钟20人共同跳长绳，在规定的时间内比较班级个数。

五、加强安全保障

学校以学生的安全第一，设计和开展活动，要求各部门和人员密切关注并制定应急预案，分责到人。安全预设与防范主要包括：（1）场地与器材安全，（2）运动量安全，（3）运动后安全。场地与器材安全主要由体育教师和总务处负责。体育教师在设计 and 组织过程中，做到预设安全隐患；其一、对运动量的控制，不易过大；其二、防止因学生密度过大而冲撞或踩踏（例如：“开往成功的列车”的冲撞或踩踏）。总务处对器材按照要求进行维护与检修（例如：“同舟共济”的木板边角进行防护）。另外，班主任和校医全程观注学生的身心状况，直至学生安静后参加限时训练。

六、有待优化之处

1、运动项目设计有待优化

运动项目的设计相对单一，没有很好地结合技能、体能和趣味性等。体育教师需走出学校，学习校外的拓展活动研发和组织方法，开阔设计思路。

2、深入了解师生兴趣和感受

教师和学生是本活动的主体，他们的体验和感受对活动的改进有着决定性意义。为了进一步提高全体师生的参与率和效果，年级和体育组很有必要深入其中，了解他们兴趣和感受，集思广益。

3、完善点评机制

每次活动后，由分管领导或班主任代表进行点评，营造积极进取的氛围，以激发学生的参与积极性和学习动力。

4、加大对器材的投入

器材和设备是保障活动高效的载体。例如：“同舟共济”的木板质量和制作；在活动结束后的点评阶段，广播系统的质量。在此项活动的实施过程中，全体高三师生充分体验到了“共同运动、共同快乐、共同成长、共同成功”的快乐。三年来，我校高考成绩位居南京市前列。阳光体育系列之高三阳光趣味活动的成功开展，起到了不可忽缺的作用，同时也提供了体育教师施展才华的舞台，改变了部分学生、家长和教师对阳光体育活动的认识。

学校开展阳光体育实施方案篇二

为进一步落实教育部关于《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》的精神，以及学校提出的阳光体育计划，全面推动我校艺体活动的改革与发展，促进学

校“大课间”活动的制度化和规范化，结合我校实际，让每个学生在义务教育阶段都能较好地掌握一项运动技能、一项体现学校或班级特色的项目技能和一项学生自主选择的艺体活动技能，特制订本实施细则。

二、内容选择和目标要求

1、长跑技能。包括集体跑和自主锻炼。每生每天至少1500米。

总目标：学生初步养成跑步时能够保持良好姿势的习惯，掌握科学规范的长跑动作要领，能够根据自身特点、即时身体状态和其他因素进行自我调整，学生体育素质测试达标率达到98%以上。

目标分解：

（1）集体跑：通过“大课间”活动达成，每天学生1500米。

（2）自主锻炼：通过体育课和课余达成。

2、特色项目技能。

由各班自主选择适合学生年龄特点和具有班级特色的体育活动项目。

总目标：各班要选择适宜的特色体育项目，既要能够达到全员参与、强身健体的目的，还要适合本班规定场地，做到整齐美观，并遵循个体不影响整体的原则。通过活动的开展，达到一班一特色，特色有深意的目的。

目标分解：视各班活动特点自行制订。

学生自选艺体项目一个。采取问卷的形式对各班学生自选项目进行统计，指导学生选择那些符合自身条件和场地条件的、内容健康向上的艺体项目。学生自选项目每四周可提出申请

更改一次。

三、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。从我校实际出发，合理的安排大课间的活动计划和内容。
- 3、全面性原则。师生共同参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。

四、实施措施

（一）建立完善的保障体系，确保大课间活动有序开展。

- 1、时间保障。学校作息时时间明确规定大课间活动为每天上午第二节下课后30分钟和下午第三节下课后30分钟，任何教师不得挤占大课间活动时间，若遇阴雨天就改在室内进行，如：棋类活动、智力游戏等活动。
- 2、制度保障。为使大课间活动有章可循，杜绝活动开展随意性，须制定大课间活动班主任、体育教师的职责，建立了常规检查制、班主任现场督促制、班长体育委员负责制、活动评比制。
- 3、人力、物力保障。大课间活动师生共同参与，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，同时自己也是活动的参与者。这既体现了国家所倡导的全民健身，又融洽了师生关系，有利于构建和谐、平等型师生关系。大课间活动小型、易损器材由各班学生自购。
- 4、安全保障。划定活动区域，各班学生必须在指定活动范围

内活动，防止出现活动区域不明或乱串、乱跑的混乱现象。所有场地均安排教师进行现场活动指导，并督促学生安全。

5、组织保障。

副组长：徐志凯

成员：朱世一李树辉刘菁王功芳

（二）建立激励机制，充分调动师生参与大课间活动的积极性。

1、实行小组管理考核挂钩制。

2、鼓励活动内容、形式创新。

大课间活动除时间必须保证外，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，发挥学校资源优势，打造学校特色，鼓励同学们发挥自身特长，展示自身才干，开发创新体育、舞蹈、活力健美健身操、游戏、小合唱、书法绘画、演讲比赛等多种项目。

四、大课间活动内容

1、每天上午第二节课后大课间活动，开展必选项目活动。

2、每天下午第三节课后文体活动，前5分钟为必选项目活动时间，后15分钟为特色项目或自选项目活动时间。每周一、三、五为班级特色项目活动时间，每周二、四为学生自选项目活动时间。主要项目有：丢沙包、踢毽子、跳皮筋、轮滑等大众创编游戏，以及篮球比赛、乒乓球比赛、拔河比赛、跳绳比赛、健美操、小合唱、书法、绘画、演讲比赛、阅读等。

3、根据学生活动情况和运动兴趣，定期更换运动项目，提高

学生参与热情。

4、音体美个兴趣小组，根据学校安排自主组织小组活动。

五、大课间活动流程

上午大课间：

- 1、进场：5分钟（放音乐）
- 2、必选项目（长跑）：10分钟
- 3、自选项目：10分钟
- 4、结束：放松、回教室5分钟

下午课外文体活动：

- 1、进场：5分钟
- 2、必选项目（长跑）：5分钟
- 3、以班或小组为单位自主活动：15分钟
- 4、结束：放松、回教室5分钟

六、管理责任制

1、班主任负责制：要想提高大课间的质量，就必须充分发挥班主任的作用，因为班主任是凝聚力的核心，有相当强的感召力和约束力，这些都是由班主任的特殊身份决定的。班主任的主要责任是组织本班学生按时、按要求参加活动，培养学生体育兴趣，指导本班创编体育游戏；正确引导并以身作则；参与学生活动，在大课间活动中负责本班纪律、安全。

2、班干部日日检查制：

- （1）检查出操人数；
- （2）检查进退场秩序是否整齐，是否有说笑、混乱现象；
- （3）检查出操速度；
- （4）检查活动质量；
- （5）检查所带器材情况；

文档为doc格式

学校开展阳光体育实施方案篇三

开展阳光体育活动，落实“健康第一”指导思想，落实学生每天体育活动一小时，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。下面是语文迷为大家整理的活动实施方案，希望对你有帮助。

为全面贯彻落实《教育部、国家体育总局关于进一步加强学校体育工作，切实提高学生健康素质的意见》、《教育部、国家体育总局、共青团中央关于开展全国亿万学生阳光体育活动的通知》以及省市县教育厅有关文件精神，在全校学生中树立“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的成长理念，全面推进素质教育，进一步加强学校体育工作，促进学生的全面发展，在学生中广泛开展健康向上的群众性体育活动，形成阳光体育的热潮，切实提高学生体质健康水平。结合我校实际，特制定以下活动方案□

贯彻党的教育方针，全面实施素质教育，培养德智体美等方面全面发展的社会主义建设者和接班人，始终坚持“健康第

一”的指导思想。

组 长：胡 明

副组长：刘贵祥 何平平

成 员：彭定国 邓运发 宋建林 秦 文 张亚平 胡韶松

刘雪明 黄国勇各班主任

1. 晨跑。

2、大课间操，眼保健操。

3、课外兴趣小组活动。

4、体育教学。

(一)严格执行体育教学大纲要求，积极推进体育教学改革

初中每周开设二节体育课。各体育教师制定教学计划和进度，详细规范每个单元的教学内容，各校必须严格执行国家体育课时的有关规定，开足上好体育课，不得以任何理由挤占体育课时。考勤人员认真考勤体育课。

(二)要以“达标争优、强健体魄”为目标，全面实施《学生体质健康标准》

全面实施《学生体质健康标准》，使85%以上的学生能达到及格等级以上，掌握至少2项日常锻炼的体育技能，形成良好的体育锻炼习惯，体质健康水平切实得到提高。建立和完善《学生体质健康标准》测试结果记录体系，测试成绩要记入学生档案，并作为毕业、升学的重要依据。。

(三)因地制宜，安排丰富多彩的课外活动和大课间活动

根据我校实际情况，配合体育教学，保证学生平均每个学习日有一小时的体育锻炼时间，将学生课外体育活动纳入教育计划形成制度。认真组织实施“全国中小学生课外文体活动工程”，推行大课间体育活动形式，积极创建中学快乐体育园地，加强学生体育兴趣小组建设。通过广泛开展学生体育集体项目的竞赛、主题鲜明的冬季象征性长跑、具有地方特点和民族特色的学生体育活动等，不断丰富学生课外体育活动的形式和内容。

(四)加大投入，改善学校体育场地设施

多方筹集资金，不断加大投入。逐步完善各校的体育场地设施，为学生提供充足的体育场地设施，力争学校体育器材配备达到《湖南省体育器材配备目录》二类标准。

(五)全面开展群众性体育活动，提高课余训练水平

各校要认真组织早操和课间操，使学生养成良好的体育锻炼习惯。以开展各类兴趣小组为平台，多开展学生参与性强、趣味性强的活动，培养对体育的兴趣，使学生自觉参加体育锻炼，各校要抓好田径队、篮球队、乒乓球队等队伍的建设，不断改进训练方法，提高课余训练水平和竞赛成绩。

(一)提高认识，加强领导，分解任务，狠抓落实，精心组织。

加强对体育工作的重视，建立体育工作网络。校长为第一责任人，指定一名校级领导具体负责体育工作。要充分保障体育课时开足，保障体育教师体育服装等基本待遇，优先保证体育活动的经费。

(二)加大宣传力度，掀起群众性体育锻炼的新热潮

大力宣传体育锻炼与身体素质的重要性，掀起校内体育锻炼和校外体育锻炼、单个体育锻炼和集体体育锻炼、组织性体

育锻炼和自发性体育锻炼相结合的热潮，让人人树立“时时可锻炼，处处可锻炼”的观念。

(三)加强学校体育活动的安全保障

教育学生在加强体育的同时，重视安全，重视预备活动，提高安全意识和防范能力。另外，积极参加校方责任险，鼓励学生购买意外伤害保险，为学校处理好意外伤害事件提供必要的保障。

学校开展阳光体育实施方案篇四

人人有项目班班有活动学校有评比

贯彻落实各级学校体育工作会议精神，牢固树立“健康第一”、“以人为本”的指导思想，以培养德才兼备、身心健康、体魄强健、意志坚强的一代新人为己任。以阳光体育运动为载体、以体育运动为题材，在全校掀起体育锻炼热潮，切实增强学生体质，切实减轻学生课业负担，全面推进素质教育，促进学生全面发展。

我运动我健康我快乐

组长□xx

副组长□xx

成员□xx

以学生兴趣爱好入手，带领学生全员参与，开展学生喜闻乐见的体育活动，突出特色，培养和激发学生对体育运动的兴趣，养成体育锻炼的良好习惯。

1. 规范作息時間，堅持搞好陽光體育活動。堅持科學規範的學生作息制度，制定科學的作息時間表，保障學生睡眠時間和參加體育鍛煉的時間和權利。積極開展體育活動，確保學生每天1小時體育活動時間，切實做到“五定”，即定計劃、定內容、定時間、定場地、定指導教師。

2. 開齊、開足、上好體育課。同時要積極推進體育教學改革，不斷提高體育課堂教學質量。

3. 開展常規競賽活動。每學期，學校體育組聯合少先隊大隊部和團支部組織開展廣播操、眼保健操評比，用比賽促規範，用比賽促发展。

4. 做好《學生體質健康標準》測試。深入做好《學生體質健康標準》測試工作，認真執行體質健康測試報告制度，做到規範化、制度化，以此全面落實《學生體質健康標準》。

5. 做好體育科目測試。堅持和完善體育科目測試工作。學校要將體育科目測試成績作為學生綜合素質評價的組成部分，進一步完善學生評價機制。

6. 着力打造校園體育文化特色。將學校體育工作跟行知校園文化建設有機結合，為孩子們拓展最大的生活空間，讓校園體育文化也能展現生活教育的魅力，讓陽光體育成為學生生活的一部分，讓每個學生從中得到快樂。办好校園體育藝術節，將校內體育活動打造成學校文化名片之一。20*年10月，我校首屆體育節藝術成功舉辦，開展各項競賽，有田徑運動會，籃球賽，足球賽，乒乓球賽，廣播操比賽，長跑比賽，這些比賽活躍了校園氣氛，陶冶了學生情操，增加了班集体的凝聚力，對學生全面發展起到了良好的促進作用。20*年秋季，我們將在此基礎上精心策劃，合理組織，文明比賽，讓“校園體育藝術節”再結碩果。

学校开展阳光体育实施方案篇五

人人有项目班班有活动学校有评比

贯彻落实各级学校体育工作会议精神，牢固树立“健康第一”、“以人为本”的指导思想，以培养德才兼备、身心健康、体魄强健、意志坚强的一代新人为己任。以阳光体育运动为载体、以体育运动为题材，在全校掀起体育锻炼热潮，切实增强学生体质，切实减轻学生课业负担，全面推进素质教育，促进学生全面发展。

我运动我健康我快乐

组长□xx

副组长□xx

成员□xx

以学生兴趣爱好入手，带领学生全员参与，开展学生喜闻乐见的体育活动，突出特色，培养和激发学生对体育运动的兴趣，养成体育锻炼的良好习惯。

1. 规范作息時間，坚持搞好阳光体育活动。坚持科学规范的学生作息制度，制定科学的作息时间表，保障学生睡眠时间和参加体育锻炼的时间和权利。积极开展体育活动，确保学生每天1小时体育活动时间，切实做到“五定”，即定计划、定内容、定时间、定场地、定指导教师。
2. 开齐、开足、上好体育课。同时要积极推进体育教学改革，不断提高体育课堂教学质量。
3. 开展常规竞赛活动。每学期，学校体育组联合少先队大队部和团支部组织开展广播操、眼保健操评比，用比赛促规范，

用比赛促发展。

4. 做好《学生体质健康标准》测试。深入做好《学生体质健康标准》测试工作，认真执行体质健康测试报告制度，做到规范化、制度化，以此全面落实《学生体质健康标准》。

5. 做好体育科目测试。坚持和完善体育科目测试工作。学校要将体育科目测试成绩作为学生综合素质评价的组成部分，进一步完善学生评价机制。

6. 着力打造校园体育文化特色。将学校体育工作跟行知校园文化建设有机结合，为孩子们拓展最大的生活空间，让校园体育文化也能展现生活教育的魅力，让阳光体育成为学生生活的一部分，让每个学生从中得到快乐。办好校园体育艺术节，将校内体育活动打造成学校文化名片之一□20xx年10月，我校首届体育节艺术成功举办，开展各项竞赛，有田径运动会，篮球赛，足球赛，乒乓球赛，广播操比赛，长跑比赛，这些比赛活跃了校园气氛，陶冶了学生情操，增加了班集体的凝聚力，对学生全面发展起到了良好的促进作用□20xx年秋季，我们将在此基础上精心策划，合理组织，文明比赛，让“校园体育艺术节”再结硕果。

学校开展阳光体育实施方案篇六

贯彻落实全国学校体育工作会议精神和教育部、国家体育总局、共青团中央关于开展全国亿万学生阳光体育运动的决定。积极贯彻“健康第一”、“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的现代健康理念，以全面实施《学生体质健康标准》、大力推进体育大课间活动为重点，蓬勃开展“阳光体育活动”。同时把迎奥运活动与加强学校体育课程建设、提高德育工作实效，促进和谐校园等紧密结合，培养学生积极主动的体育锻炼习惯，提高学生的思想道德素质、文明礼仪素质和身体健康素质，推进校园体育文化建设，以实际行动迎接我区首届体育节和20*北京奥运会的胜利召开。

“青春·运动·健康”和“我阳光我运动我健康我快乐”

人人有项目班班有团队学校有比赛。

我们设立每一个阶段日期为90天，确定每一个阶段的主体项目，分段进行阳光体育运动的普及，培养更多的小学生对体育运动的兴趣和养成体育锻炼的习惯，促进学生体质健康。

第一阶段：

- 1、从学生兴趣爱好入手，让学生为自己设立一个或多个运动项目和运动时间安排，朝运动目标进发。
- 2、每班集体任意构建几个运动团队。如：田径队、足球队、篮球队、羽毛球队、乒乓球队、象棋队。
- 3、按新课程标准开足开齐上好体育课。

第二阶段：

- 1、认真组织好每天大课间的活动，延长间操活动时间，体育活动由体育组统一协调安排。
- 2、安排和组织好课间操的体育活动内容

第一部分：广播操《初升的太阳》（时间10分钟）；

第二部分：韵律操活动（时间10分钟）；

第三部分：分班或组开展活动（时间10分钟）；

- 3、各阶段开展班际之间的体育比赛。

4、各月份工作安排

(1) 20*年5月至6月以班为单位。全校开展以学生“阳光伙伴”、体育励志活动为主体的阳光体育运动，在开足开齐各年级体育课程基础上，带领和鼓励全体学生，开展各种喜闻乐见的体育活动（不拘形式），让学生全身心地投入到每天一小时的体育活动之中。自行自选建立起：田径队、篮球队、羽毛球队、并组织 and 开展各种表演和比赛。

(2) 以学校六一儿童节地十三届小学生艺术节系列活动为载体，引导全体学生积极参与各项体育艺术活动；努力提升学校体育艺术教育工作内涵。参加各种趣味体育活动和比赛。

(3) 20*年7月至8月以“绿色奥运”、“人文奥运”、“科技奥运”为主题，以学生的体育竞赛活动为主要内容，鼓励学生走出教室，沐浴阳光，亲近自然。

(4) 8月开展学生暑期社会实践活动。

(6) 11月—12月，以*中心学校地三届田径运动会和组织参加区运动会为载体，组织的学生篮球、足球和乒乓球、跳绳、棋类比赛活动为载体，开展以年级、班级为单位的学生球类、棋类比赛。

第三阶段：

20*年3—6月

1、学校举行以迎奥运为主题的学生艺术节，利用摄影、书法、绘画、诗歌、演讲、合唱、舞蹈等形式，开展各项主题活动，并运用网络论坛、宣传窗等渠道广泛普及奥运知识。

2、组织开展软式排球、篮球、毽球、羽毛球、乒乓球、拔河比赛、跳绳比赛等全校性体育活动。

体现班班有团队愿望的达成和理想的实现

第四阶段：

20*年1—3月总结创建工作经验并评比表彰奖励。表彰在活动其间学生课外文体活动工作的班级。同时，积极参评校“阳光少年”等活动，进一步营造“阳光、奥运、运动、健康、快乐”的浓厚氛围。

第五阶段：

20*年4—8月奥运会开幕前，举行学校迎奥运学生阳光体育运动成果展演及“阳光少年”的表彰命名活动，设立20*年北京奥运100天倒计时牌，组织学生观看奥运会比赛精彩场面。使阳光体育运动再掀高潮。

学校举行以迎奥运为主题，利用摄影、书法、绘画、演讲、体育舞蹈等形式，开展各项主题活动，并运用校园网、宣传窗等渠道广泛宣传学生运动及健康知识。

1、加强培训，树立正确的课程观。本着“以生为本，全面育人”的办学宗旨，全体教职工都要转变观念，正确看待文体科技等综合性活动在课程建构中的重要性，从新课程观出发，珍视和有效利用这一类课程。

2、增加学校体育工作的经费投入，学校公用经费要按一定的比例专项用于学校体育工作。

3、改进评价，增加量化权重，鼓励师生开展素质教育的积极性。

4、加强学校体育安全保障。加强对师生的安全教育，对体育教师安全方面的培训和对学生的校园安全教育要长抓不懈。完善学校体育设施、体育课程和活动的各项管理制度，保证体育设施的配备质量，明确安全责任，制定安全措施，做好防范工作，确保师生安全。

学校开展阳光体育实施方案篇七

- 1、教育性原则：充分发挥快乐大课间活动对学生进行五育教育的功能，重视活动的全过程。
- 2、科学性原则：一切从学生的实际出发，采用大课间与短课时相结合的形式，合理安排大课间的计划和内容。
- 3、全体性原则：师生全员参与，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。

学校开展阳光体育实施方案篇八

利用每天早8：00——8：30和下午4：00分——4：30点，进行集体竞赛项目训练。陈建辉老师负责中长跑训练，张炯老师训练田径队，*擅长篮球，就由他负责训练男篮。体育组利用间操时间进行学校大课间活动，内容相当丰富，大队部老师和全体班主任协助训练。

学校以班级位单位，开展班级特色的体育集体体育项目训练。全体教师认真对待此项工作，各负其责，团结协作，形成特色，确保了阳光体育活动扎实有效地进行。

我校开展了各具特色的阳光体育运动活动，现将活动总结如下：

- 1、领导高度重视，组织了领导组织机构。学校成立了以毛校长为组长、全体班主任和老师为组员的组织机构。同学们都能积极主动的参与到各项体育活动中，效果也很显著，学生们在运动中锻炼了身体，学会了互相帮助的集体主义感，懂得了在运动中只有大家同心协力才能获得最快的成功与进步。养成了良好的体育锻炼习惯，弘扬了体育精神，创建了我们校园的体育文化氛围。

2、组织了全部师生的开幕式，并作了发动学生积极参与运动的倡议。“以体育运动贯穿我们以后的工作和生活、以阳光体育运动提高我们的身体素质。倡导践行“三个一”的体育运计划。即：每天锻炼一小时；每人参加一项学校组织的运动；每人自备一样体育器材”为使“三个一”的体育运计划能顺利有序的开展，学生会还对本次阳光体育运动进行了板报及广播宣传，使学生的运动兴趣、集体感等充分的被激发，对我们以后的体育活动打好了铺垫。

3、开展竞技体育项目比赛，丰富校园文化生活。本学期，我校还开展了广播操及队形队列比赛、乒乓球比赛，赢得了家长的高度关注和赞誉，又为形成良好校风、全面育人奠定了基础。每次活动都先由教导处制定出比赛规则、赛程安排等，然后由体育教师利用体育课和课外活动时间对比赛项目进行专门指导。每次活动都做到了赛前有计划预案、过程有记载、赛后有总结，确保活动收到实效。按照我校传统，还将进行运动会、拔河比赛等体育竞技项目比赛，力图通过活动，不断增强学生体质，培养竞争意识和进取精神。

4、各项体育活动安排合理，组织有序校园集体舞活动是我校开展阳光体育活动以来的又一特色。与相对单调的课间操相比，校园集体舞无论是内容还是形式都要丰富得多，不仅可以锻炼学生身体，还能够培养他们的审美情趣。

随着我校阳光体育系列活动的深入开展，全校500多名学生充分认识到加强体育锻炼的重要性，激发了学生的参与热情。现在，孩子们都能主动地走出教室、走向大自然、走到阳光下展现自己的青春和活力，形成了全体师生参与的群众性体育锻炼的良好风气。今后，我们仍将大力开展学生体育运动，不断提高学生的体质健康水平，为构建社会主义和谐社会，努力培养德、智、体、美、劳全面发展的社会主义新人，作出我们应有的贡献。