

2023年阳光一小时体育活动方案 阳光体育活动总结(大全16篇)

通过广告策划，企业可以提升品牌形象，增加产品销量，实现商业目标。以下是一些成功案例供您参考，希望能够为您的年会策划提供一些灵感和启示。

阳光一小时体育活动方案篇一

我校领导高度重视阳光体育运动，并将其作为一项长期的工作进行，常抓不懈，处处落实，将开展阳光体育运动和减轻学生课业负担联系起来。为了落实到位，学校成立了阳光体育大课间活动领导小组。

校长张来甫为活动第一责任人，副校长陶幸同志负责本项活动日常工作的部署、实施和督导，负责活动资料的整理和收集。从而形成了一把手亲自抓，分管领导具体抓，各班主任、任课体育教师配合抓，确保活动有序、安全地开展。为加大宣传力度，扩大影响，使得全校的教师、学生走向操场，走进大自然，走到阳光下积极参加体育锻炼，保证每天能够坚持一小时的体育锻炼。班主任利用班会，校领导利用教师会进行宣传、布置，体育教师利用体育课引导，同时学生会组织学生进行板报和广播宣传，使同学们的运动兴趣，集体感等充分被激发，也激活了学生健康第一的理念。

1、我校按照上级的文件精神，开足体育课，保证课时，严禁教师挤占、挪用体育课，保障学生参加科学的体育锻炼。

2、用好大课间。本学期9、10、11月上旬9：25———10：50各年级、班级到指定地点根据校广播室播放的第九套广播操认真做操，然后学生在体育教师的指导下安排活动。各班主任、体育组的全体教师参与，阳光体育大课间活动的内容丰富。学校政教处、学生会负责检查各

班参加的人数（周一——周五，雨天除外），并在做操结束后当场通报抽查的班级情况。12月开始利用大课间操全校进行跑操，跑操全程为1600米，全校掀起了校长、副校长等领导、班主任、体育教师一起随学生跑的高潮，跑了一个月，效果显著，深受师生好评。除此本学期还开展了多项体育活动，如高一高二年级开展了第九套广播操比赛活动，学生会进行了拔河比赛活动，高二年级开展篮球市级比赛选拔活动。每项活动的开展都收到好的效果。

3、落实“两操”，我校充分利用上下午的眼保健操的契机，增强学保护视力的意识，让学生科学用眼，劳逸结合。

为了促进学生身心健康全面发展，落实阳光体育活动，丰富学生的生活，活跃校园气氛，结合学校实际情况，精心设计安排大课间活动，不断提高活动质量。体育组在教导处、政教处的领导之下，结合学校自身实际，充分调动、整合现有资源，为全校学生精心安排了跳绳、踢毽、立定跳远、羽毛球、篮球、足球、排球等多项锻炼内容，每周轮换，同时根据各项内容的特征，将学校活动场地进行了专门划分，做到定区域、定项目开展体育活动。活动所需器材，学校安排专人专项负责完成领取、进场、归还，大大节省活动准备时间保证了学生有充足的时间进行锻炼。活动过程中，器材管理老师积极配合班主任做好学生的运动辅导及安全监护，确保每天的锻炼安全、有序、高效。

认真组织实施，提高健康水平，打造学校阳光体育亮点。学校认真组织，积极实施，在全体班主任的会上，布置了阳光体育活动的具体的内容，继续开展体育大课堂，精心组织各年级的下午体育锻炼半小时，通过多项举措引导学生积极参加阳光体育运动。逐步建立和完善《学生体质健康标准》测试结果记录体系，定期上报结果。

目前每周的大课间活动已经形成了班班有特色，生生有运动，秩序井然，生龙活虎的场面。

为了扎实开展，有效推进，一如既往，持之以恒，我校把每天的大课间活动纳入了学校常规检查之中，对各班各区域学生的活动进行不间断地评估检查。一方面督察班主任在岗在位的情况，确保各班活动有组织有秩序有成效；另一方面能够发现成功洞察漏洞，确保学生活动期间的人生安全。

由于活动的安排比较周详，落实的较好，使得活动达到了预期的目的。阳光体育锻炼活动的开展激发了学生的体育锻炼欲望，并为师生之间提供了更好的沟通交流的机会，巩固了良好的团队精神。从而使广大师生深深地体会到“拥有健康才能拥有明天、热爱锻炼就是热爱生命”，进一步树立“健康第一”的思想，为学生身心的健康发展，打下良好的基础。

今后，我校在阳光体育大课间活动中，将进一步细化工作环节，充分发挥学生各自的特长，培养团体协作意识。让学生们认识健康，追求健康，积极主动的参加体育锻炼，养成良好的体育锻炼风气，达到锻炼身体，增强体质的目的，从而有力地促进我校体育工作。

阳光一小时体育活动方案篇二

阳光体育活动可以加强学校体育工作，增强青少年体质，促进青少年学生健康成长，下面小编给大家带来阳光体育活动总结，欢迎阅读！

为贯彻党的教育方针，加强学校体育工作，增强青少年体质，促进青少年学生健康成长，根据教育局《关于在全县中小学校继续开展阳光体育群体性系列活动的通知》开展阳光体育文件精神，切实提升当代学生的体育文化素养和身体健康水平，以此促进学校校风、学风更加健康地发展，我校在阳光体育系列活动中开展了扎实有效的工作，取得了初步成效，现将相关工作总结如下：

成立了以李振业校长为组长的领导小组，负责组织协调全校学生阳光体育运动的开展。引导全校组织成立相应的组织协调机构，按照教育局的统一部署，制定具体措施细则和方案，组织本校学生阳光体育运动的实施。同时把推动全校的阳光体育系列活动列入了议事日程，根据学校特点，分类实施，形成合力，强力推进此项工作，并将责任具体落实到人，要求全校加强沟通，扎实的开展工作，并特意为这次活动购置器材。

我校充分利用我校的特点，组织以年级以班为单位比赛，广泛地传播健康理念，使“健康第一”、“我运动 我健康我快乐”“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”等口号深入人心，同时学校组织在2015年11月17日下午在学校操场进行阳光体育比赛和表演。本次活动中各班主任、体育教师组织学生在课余时间、体育课上练习，使阳光体育运动人人皆知、提高了同学们参与活动的积极性，扩大了阳光体育运动在学生中的影响力和感召力。

我校根据文件的统一部署，结合实际，制定出活动的具体方案，并认真组织、策划、实施，做到师资、时间、器材设备三落实，师生共同参与。

- 1、把开展阳光体育运动与学校特点和体育课特点相结合，按照教育局文件有关要求，我校的活动主题内容为“第三套广播体操”“新型奥林健身操”“三跳’(跳绳，踢毽子，跳皮筋)比赛，录制群体性系列活动比赛展示录像体育。

- 2、是把开展阳光体育运动和提高体育教学质量相结合，积极推进体育教学改革，不断提高教学质量，通过教学使学生基本掌握科学锻炼身体的基础知识和基本技能，养成良好的体育锻炼习惯，并保证每天每个学生参加体育活动在一个小时以上，学校将在以后的每学期至少组织一次大型的体育活动

或比赛，并评选出“优胜班级奖”“优秀组织奖”“优秀指导教师奖”。

3、是把开展阳光体育运动与课外体育活动相结合，结合实施学生素质拓展计划，广泛组织学生体育集体项目的竞赛和各种主题鲜明的体育活动来促进活动的. 深入开展。

目前，我校阳光体育系列活动真正做到有声势、有影响、有内容、展现了体育活动的群众性，体育锻炼的普及性。营造了人人参与，个个争先、生龙活虎、朝气蓬勃的校园体育氛围，让学生在各种各样的体育活动中释放青春与朝气，感受体育的永恒与魅力，体会体育的美丽与快乐，“我参与，我健康，我快乐”等口号深入每个学生的心中。

1、随着王荣校长宣读完主持词，李振业校长宣布活动开始。所有人的运动热情被瞬间点燃。

2、分年级活动。按照事前划分好的区域，各年级学生在班主任、各组的裁判的带领下进行了各种各样的精彩活动。活动期间，学生跳绳踢毽充满精神、活泼身影跳跃奔腾……生命的活力昭然于眼前。

由于本次活动的策划和安排比较周详，落实的较好，包括从开始的策划、场地的安排、成员间的动员和宣传到活动的开展等一系列的过程，使得活动达到了预期的目的。此次活动的开展激发了学生的体育锻炼欲望，并为师生之间提供了更好的沟通交流的机会，巩固了良好的团队精神，利于更好地开展教育教学工作。活动远远超出了预期的效果，自始至终都是沉浸在一片欢乐声中，得到了师生们的一致好评。

3、本次活动中评出优秀指导教师冀敏、郭丽等和一些优秀组织奖的班主任和一些优秀班级都颁发了奖品。为以后的活动打下一个好的基础。

当然，由于活动处于刚刚起步阶段，难免会存在一些问题，比如说：由于种种原因，有个别学生没有出席；活动的过程中还需穿插更丰富的小游戏，同学们的投入还有所不够。对于本次活动中存在的不足，只要通过不断的积累和总结经验，相信能够在今后的活动中做的更好。

我校将“阳光体育”与相关校园体育文化结合，开展形式多样、内容新颖的活动，取得了显著成效。在活动开展中我们还注重挖掘特色，树立典型，推广经验，引导学生在开展活动的同时，注意活动的后续宣传，让没有参加活动的初中部学生观看分享活动的体验。使活动真正成为重要的教育活动的形式，实现以体育为手段，磨炼学生意志品质，培养集体主义情感，提升学生团队意识和集体荣誉感，促进了青少年全面发展的活动目标。

总之，通过本次“秋季阳光体育活动”的深入开展，能够让我校学生深刻地认识到提高学生体质是一项“长久之计”，对每一名学生来讲，参加阳光体育活动，不仅是每天单单地进行一些体育锻炼活动，而是要让健康和运动的理念深入内心，并成为自觉的习惯，为自己健康幸福的生活打下了坚实的基础，为祖国的繁荣富强锻炼出强健的体魄！通过阳光体育系列活动的开展，不仅增强了班集体荣誉感，而且营造了一个生机勃勃、充满激情、健康向上的校园环境。

阳光一小时体育活动方案篇三

(一)基础设施力度加大。目前，全县有标准体育馆1个；田径场4个，其中标准田径场1个；篮球场56个，其中带看台灯光篮球场2个；网球场5个；门球场1个；室外乒乓球、羽毛球场17个；国家农民体育健身工程3个；全民健身路径6套。体育场地设施总占地面积约19.7万平方米，其中县城约13.4万平方米，乡镇约6.3万平方米。全县人均体育设施占地面积0.85平方米。

(二)群众体育开展如火如荼。通过承办三次国家级篮球赛事、县自行车赛、旅游节极大地促进了我县各项群众体育活动的蓬勃发展。目前，我县成立了篮球、足球、羽毛球等各类体育单项协会18个，注册会员1732人。同时，以居民自发组织的全民健身活动迅速发展，健步走、健身舞蹈、瑜伽、羽毛球、篮球、足球、自行车越野等体育活动参与人数多，体育健身活动已经成为越来越多的社区居民日常生活的'重要内容，特别是、健步走和健身舞蹈成为我县全民健身活动的一道秀丽风景。

(三)竞技体育取得新突破。

我县竞技体育克服人口基数少、基础设施薄弱的种种困难，取得了一定的成绩。我县运动员参加的20__年参加省第十三届运动会获三银、两铜的好成绩;20__年参加省第六届县(市、区)田径运动会获团体总分三等奖，列全省第二十九名;20__年全省武术套路竞标赛中获得金牌1枚。

二、问题与建议

在社会各界的关心支持下，通过全县上下的不懈努力，县体育事业虽然取得了长足的发展，但与周边县市相比，差距和欠账仍然较大，存在较多困难和问题。主要有：

(一)体育基础设施欠账大

由于县财政属“吃饭财政”，县可用财力较少，民生刚性支出大，导致体育投入不足，体育基础设施建设远远不能满足人民群众的健身需求。全县没有1座标准体育馆、游泳池、综合训练馆，全民健身广场。县城3个社区只有2套健身路径，16个乡镇只有2个乡镇有灯光球场，全县124个村只有26个村建设了国家农民体育健身工程和安装了16套体育健身路径。全县110所小学有69所小学没有篮球场。根据我县县城、社区、乡村体育基础设施落后的现状，建议加大体育基础设

建设扶持力度。按国家体育总局要求标准，分期分批解决我县县城、社区、乡村体育设施建设滞后的状况。

(二) 竞技体育经费投入严重不足

但由于县财政资金紧缺，每年仅安排训练经费预算2万元。按国家体育总局20__年第14号令《少年儿童管理办法》第三十条规定“少体校学生、教练员的伙食标准每人每日不低于20元,运动服装标准每人每年不低于500元。各省(区、市)应当根据当地经济发展情况和物价水平，制定不低于上述标准的伙食标准和运动服装标准，并建立相应的动态增长机制。”根据以上规定我县年度训练经费应为36万元。由此可见，我县竞技体育经费投入缺口十分大。加上每年体彩公益金返还我县的金额远远不能满足我县体育事业发展需求。建议提高体育彩票公益金返还我县的比例，将我县销售体育彩票实现的体育彩票公益金返还比例提高到25%以上。

(三) 体育场馆维护保障不够。占地面积24837.05平米的县奥林匹克运动场和占地面积2385平米的县体育馆(20__年国家体育总局“雪炭工程”项目)先后投入使用，为人民的户外健身带来极大的便利和平台，但因年久未修护(主要是经费原因)，导致田径场面层材料损坏严重，体育馆设施老化。虽然我县尽最大努力进行维护和保养，但终究使用时间较长，亟需对相关设施进行更新。建议上级重点扶持建设全民健身活动中心、游泳馆等体育场馆。项目预计投资1.26亿元，恳请安排专项资金扶持。扶持我县体育与生态旅游相结合的森林公园道、齐云山徒步道、森林公园至长龙镇西湖水库山地自行车赛道项目建设。县生态旅游资源丰富，原始森林保存完好，有海拔2061.3米的中国南方第一高峰齐云山原始森林群，有中国唯一位于城区的国家4a级森林公园，每年吸引游客。为将我县体育健身与生态旅游相结合，亟需对景区的道、齐云山徒步道进行打造，恳请予以立项支持。

阳光一小时体育活动方案篇四

为贯彻落实中央国务院关于开展阳光体育文件精神，切实提升学生的体育文化素质和身体健康水平，以此促进学校校风、学风更加健康地发展，我校在阳光体育活动中开展了扎实有效的工作，现将相关工作总结如下：

一、加强组织领导，健全规章制度，用制度保证阳光体育活动顺利实施。

为了保证学生阳光体育运动方案的顺利实施，我校成立了阳光体育运动领导小组，由分管校长任组长，体卫主任为副组长，班主任、体育教师组成的阳光体育活动领导小组，并且细化了各自的职责和具体要求。学校制定严格的规章制度和评价机制以及相应的活动方案并逐步逐项落实。

二、打造健康文化，传播健康理念，用理念引领阳光体育活动开展。

为使每一位师生都能自觉地参与到阳光体育活动中来，充分享受运动带给生命的快乐，学校充分利用宣传栏、校园广播等各种宣传工具和手段，大力宣传阳光体育运动，广泛传播“健康第一”的思想，让“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”，唤起全校师生对健康的关注。特别注意开展丰富的教师体育娱乐活动，用教师带动学生体育活动的开展，以此带动更多学生参与到阳光体育活动中。

三、强化规范管理，丰富活动内容，用内容彰显阳光体育活动的魅力。

1. 我校严格落实“常规”的要求，认真执行课程计划，真正做到了开齐、开足、开好每节体育课，确保全体师生每天体育活动不少于一小时。杜绝了挤占体育课时的现象。保证所有学生都能按计划参加体育活动。

2. 精心设计安排大课间活动，突出特色。

目前我校结合自身实际，充分调动、整合现有资源，确保每个学生每天长跑(利用早操时间)一千米。同时利用大课间开展羽毛球、乒乓球、跳绳、踢毽子等项目进行锻炼，保证了学生有充足的时间进行锻炼。活动过程中，班主任积极配合做好学生的运动辅导及安全监护，确保每天的锻炼安全、有序、高效。

四、遵循科学规律，明确活动主体，用主体推动阳光体育活动的全面发展。

为使我校阳光体育活动科学有序的进行，我们按照教育局的要求，结合我校实际情况，推行各项体育健身活动，如开展冬季阳光长跑、羽毛球比赛、篮球比赛等活动。通过活动，提高了锻炼质量，同时也培养了学生的集体注意观念，提高学生的合作能力。

阳光一小时体育活动方案篇五

为了更好的贯彻落实全国学校体育工作会议精神，响应“全国亿万学生阳光体育运动”的号召，牢固树立“健康第一”、“以人为本”的指导思想，切实减轻学生过重的课业负担，全面推进素质教育，促进学生德、智、体、美全面发展。让全体师生走向操场，走进大自然，走到太阳底下，积极参加体育锻炼，掀起全民健身运动的高潮。我校周密部署，统筹安排，积极树立“健康第一”的意识，取得了较好的效果，受到学生的欢迎，现将这一学期来的阳光体育活动简单总结如下：

校领导高度重视阳光体育活动。为了搞好阳光体育活动，组织老师座谈听取建议，教导处亲自抓，确保了活动有序、安全。营造了生龙活虎、生气勃勃的校园体育氛围，促进学生健康成长、全面发展、终身发展，让“参加阳光体育运动，

提高自我身体素质”，“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”深入到我们每个人心中，用实际行动踊跃参加丰富多彩的体育活动，在运动中领略体育的魅力，感受体育的美，体会运动的快乐。

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的原则，精心策划，制定详细的活动方案，既保障了活动的规范有序，又确保了活动的安全有效。本学期在教导处指导下重点开展了队列训练，广播操训练、走好路训练及篮球训练等活动。阳光体育活动的开展激发了学生的体育锻炼欲望，并为师生之间提供了更好的沟通交流的机会，巩固了良好的团队精神，利于更好地开展教育教学工作。活动远远超出了预期的效果，没有出现一次安全问题，自始至终都是沉浸在一片欢乐声中，得到了师生们的一致好评。

总之，阳光体育运动所取得的效果是显著的，所带来的影响是巨大的。今后我们将继续在学校领导的关心和支持下，一定要将阳光体育运动持续深入开展下去，为我校的体育工作再上新台阶而努力工作！

阳光一小时体育活动方案篇六

本学年我校积极响应阳光体育运动的号召，树立“每天锻炼一小时，健康工作50年，幸福生活一辈子”的健康理念，全面实施“阳光体育活动”，让全体师生走向操场，走进大自然，走到太阳底下，积极参加体育锻炼，掀起全体师生健身运动的热潮，我校在新学期的第一周就制定了活动方案，进行了统筹安排，启动了“阳光体育运动”。回顾过去的一学年，我们结合我校的实际情况，以体育课教学为基本平台，与课外活动有机结合，辅以长短跑、跳绳和室内健身操、体育游戏等多种形式实施该活动。受到了广大学生的喜爱和社会各界的好评。具体实施的措施和方法如下：

一、课堂教学抓实效

为保证阳光体育活动的扎实开展，我校认真落实国家教育部门的的要求，开展体育课和体育活动课。以课堂教学为主渠道，以“享受体育，体验快乐”的教育教学理念为原则，大胆进行教育教学改革。在认真备好每一堂课的基础上，不断探索新的教学方法，在课堂教学的实践中，努力构建新的课堂教学结构，突破以往体育教材内容，挖掘创造适合学生身心特点、形式新颖有趣、学生喜闻乐见的体育运动项目；力求体育与艺术的完美结合，在教学过程中恰当运用艺术教育手段，充分利用音乐渲染课堂气氛，将学生带入特有的意境当中，使学生在身心发展的同时，得到美的享受，陶冶情操。

二、精心安排，有效组织

我们的活动主题是：我运动 我健康 我快乐

我们的活动口号是：每天运动一小时健康工作五十年幸福生活一辈子

我们的活动要求是：人人有项目班班有团队

具体操作内容：

- 1、按新课标开足上齐体育课。
- 2、上好眼保健操和课间操。体育教师和班主任指导学生规范做好每一个动作，提到两操质量。
- 3、实行“大课间”的体育活动课制度，按班级划分活动区域，进行丰富多彩的文体活动，包括跳绳、踢毽、打球、跑步、韵律操、丢沙包、做游戏等。学校为各版配备了一定数量的体育运动器材。
- 4、继续组建并扩大校鼓号队。
- 5、以班级为单位，组建体育特长活动小组。
- 6、全面实施《学生体质健康标准》，让每个学生都参加，并努力达到及格以上。学校把此项工作作为今后一个时期学校体育工作的重点，建立健全《学生体质健康标准》工作管理运行机制，建立岗位责任制，实行奖励机制。

三、大课间乐趣多

为丰富学生课余生活，真正体现阳光体育的全面性、主体性，我校结合实际情况，面向全体学生深入开展“大课间”活动，活动时间为每天10:05—10:30，继续推广《舞动青春放飞理想》广播体操、“动感韵律操”等其他活动，保证学生每天上午25分钟的体育活动时间；并且设计各种气氛活泼热烈、形式生动有趣的趣味游戏和竞技比赛，通过活动活跃学生课余生活，增强学生体质，并激发其从事体育运动的兴趣，为学生“终身体育”奠定基础。

四、班级体育活动课参与广

我校将下午3:50—4:50定为班级体育活动时间。在此活动时间内，当天没有体育课的班级，都以班级为单位，在体育老师及班主任老师的组织带领下，开展各种针对性强、形式内容丰富的体育活动，以此提高学生身体素质和健康水平。并根据国家学生体质健康标准制定相关的锻炼和测试项目，为学生活动提供依据和评价标准。活动项目有：台阶练习、男子1000米、女子800米、坐位体前屈、女子仰卧起坐、男子引体向上、掷实心球、握力练习、50米、立定跳远、跳绳、篮球运球、足球运球、排球垫球。

活动期间严把学生的出勤关、学习关，体育教师也积极与其他教师交流协商，督促学生在准时、认真参加活动的同时，做到活动、学习两不误；提高活动的实效性，做到“有目的、有计划、有内容、有要求、有总结”。由于本项活动的策划和安排比较周详，包括从开始的策划、场地的安排、成员间的动员和宣传到活动的开展等一系列的过程落实得较好，使得活动达到了预期的目的。此项活动的开展激发了学生体育锻炼的欲望，并为师生之间提供了更好的沟通交流机会，巩固了良好的团队精神，利于更好地开展教育教学工作。活动远远超出了预期的效果，自始至终都是沉浸在一片欢乐声中，得到了师生们的一致好评。当然，由于活动处于刚刚起步阶

段，难免会存在一些问题，比如说：活动的过程中还需穿插更丰富的小游戏，因天气原因室内的活动空间小，同学们的投入还有所不够。对于本次活动中存在的不足，我们还将通过不断的积累和总结经验，以利于今后陆续开展更多适合学生的各种项目与集体活动。

总之，通过这些活动，使广大师生深深地认识到“拥有健康才能拥有明天、热爱锻炼就是热爱生命”的道理，进一步树立了全民体育、天天锻炼、终身锻炼的意识，有力地促进我校体育工作，为学生身心的健康发展打下良好的基础。

阳光一小时体育活动方案篇七

为牢固树立“健康第一”为核心的学校体育工作理念和“创造和谐校园，打造精品学校”的办学宗旨，本着全面提高学生身体素质，促进学生健康、全面和谐发展方向的思想，本着全员参与，人人受益的工作原则，把落实学生每天“一小时”体育锻炼作为学校全面落实素质教育重要途径，按照工作措施，扎扎实实保证落实。

一、进一步统一思想，提高认识，转变教育观念。

切实做好宣传，组织各校领导及分管领导认真学习市教育局关于开展“阳光体育活动”的有关文件，进一步强化责任意识，服务意识，效率意识，树立健康第一的教育观。提高对青少年健康重要性和紧迫性的认识，青少年健康素质是全面发展的基础，是提高全民族健康素质的关键，关系到民族未来的发展，青少年健康工作是建设人力资源强国的基础工作，是我国教育发展方向的重大问题。落实阳光体育活动是要我们增强依法治校、依法治教的责任感和紧迫感。

二、加强领导，明确职责。

召开校领导会议，强调开展“阳光体育活动”，落实“减

负”工作的重要性，做到在思想上高度统一，在行动上高度重视，并要求首先自己在教育教学中落到实处。成立领导小组，干事为组长，分管干事和有关人员为组员，同时要求各校成立领导小组，负责本校的阳光体育活动落实工作，这样在全街和街内各校都形成了一个明确分工的领导集体。做到上下配合，内外协调，使各项工作能顺利，贯彻并落到实处，使各项工作就有条不紊地开展起来。

三、扎实工作稳步推进

我校把减轻学生课业负担，落实保障学生体育课和体育活动，作为规范办学行为的重要内容，严格执行作息规定，保证学生每天8至10小时的睡眠时间。做到按课程计划开足体育课时，每天上午安排30分钟的大课间体育活动；下午安排30分钟的大课间体育活动。

1、严格执行国家规定课程计划。

我校严格按照国家、省、市课程计划的规定安排教育教学计划并进行了检查，保证新课程实验的顺利推进，素质教育的全面实施。同时我们建立“每天锻炼一小时”备课组，整合各学校体育师资力量，分工负责，共建资源共享平台，搞好体育教学工作。我们校长深入教育第一线，检查体育课的上课情况一级阳光大课间的开展情况。

2、严格控制学生在校活动总量。

我校严格执行上级有关规定，合理安排学校作息时间表，并根据冬令、夏令等不同情况，适当调整作息时间表，但严格控制学生在校学习时间不超过7小时的规定，并保证学生每天不少于1小时的体育活动时间。提倡向课堂40分钟要效益，严禁教师拖堂，挤占学生课间休息时间。在午休时间仅安排教师管理和维护纪律及秩序，对学生做个别辅导和答疑。

3、严格控制学生作业总量。

严格按照有关规定，减轻学生负担，学生课外作业量不超过1小时。学校组织和开好家长会，教师通过家访、电话联系或请家长到学校了解情况等方法，开展经常与家长联系，共同交流、探讨学生的教育问题，共同确定学生的课外作业量。各校加强对各科作业量的协调和批改质量的管理，不定期开展学生座谈会，了解并注意学生、家长的意见反馈，严格控制每日各学科课外作业总量，在学生家长的配合下，保证学生 9 小时的睡眠时间。严禁教师给学生布置机械重复作业。

4、为确保体育锻炼的实效，我校制定了切实可行的实施方案，做了具体的活动安排，重点做了以下工作：（1）保证时间。严格执行国家课程计划，确保每天一小时以上的锻炼时间。学校按教学计划开齐课程，开足课时，不挤占和挪用体育、活动等课程，切实减轻学生过重的课业负担，把大量的时间还给学生，并规定每天早上第一节课之后进行大课间活动，开展多项体育训练。认真落实三操（课间操和两次眼保健操）的开展情况。（2）指导方法。各学校十分重视教给学生科学锻炼的方法，如介绍各类运动的比赛规则和运动技巧、怎样防止受伤、运动的强度如何调控等。（3）师生同乐。教师是学生的榜样，学校在鼓励学生锻炼的同时，积极提倡教师参与体育活动，让教师在紧张工作之余，与学生一起锻炼缓解压力。同时，师生一起活动，促进了师生的情感交流，让师生关系更加融洽。

5、抓好特色活动。（1）推进大课间活动，要求各校在大课间开展一些简单易行，喜闻乐见的体育活动，来强身健体。

（2）积极推进课外体育活动。通过开展比赛活动有效推进了“阳光体育活动”的开展。如跳绳比赛、乒乓球比赛、象棋比赛、拔河比赛等，通过比赛，增强了学生参与活动的积极性，增强了学生的团体意识与合作意识。

四、取得的效果。由于活动的策划和安排比较周详，落实的

较好，使得活动达到了预期的目的。当然，由于活动处于刚刚起步阶段，难免会存在一些问题，比如说：同学们的投入还不够、意识不强。对于本次活动中存在的不足，只要通过不断的积累和总结经验，相信能够在今后的活动中做的更好。

通过我校阳光体育活动的开展，使广大师生深深地体会到“拥有健康才能拥有明天、热爱锻炼就是热爱生命”，使学生充分认识到加强体育锻炼的重要性，充分调动起了学生的积极性，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！同时，阳光活动体现了“团结、友爱、健康、向上”的主题，形成了全体师生参与的群众性体育锻炼的良好风气，达到了锻炼身体，增强体质的目的。

阳光一小时体育活动方案篇八

现在的幼儿都是独生子女，是家长们的掌上明珠，在家里不让玩这不让玩那，缺乏锻炼，来到幼儿园有了快乐体育的时间孩子们尽情的玩，尽情的去探索各种游戏活动的玩法，孩子成了游戏的真正主人。为了使我们班孩子的身体得到更好的锻炼我们应做到：

一、选取的体育器械一定要是生活中废旧的东西

花钱买的体育器械是非常多，也非常好玩，但是这些器械孩子们早已经是玩了很多遍在上孩子们玩就没有什么新鲜感，也不会很好的发挥孩子们的想象力和创造力，毕竟这些器械是死的。鉴于这一点我们班选取了废旧的材料比如：轮胎、纸箱子等，在家长的眼中有可能是废品，但是来到了幼儿园里却能成为孩子们很好的伙伴，我们不会想到很多玩法，但是到了孩子们的手中，他们会探索出许多我们想不到的玩法，锻炼了孩子们的想象力、创造力、以及探索的精神。

二、一定要体现孩子是游戏的主人

这么多的体育器械，挺好玩，我们会想到很多的玩法，但是我们不能把玩法都摆在孩子们的面前，不要让孩子们听老师的说法去玩，而作老师的只需要把材料分给幼儿，让幼儿自己去探索，自己去研究，找同伴去商量，研究出器械的玩法。

三、运用各种体育器械发展幼儿各种能力的培养

体育器械就是要培养幼儿的各種能力，我们班快乐体育开展的材料是废旧的物品，但是我们照样能锻炼孩子们的能力，比如：轮胎我们可以让孩子们滚动，让孩子们从轮胎的洞洞中迈过让孩子们从轮胎的上面走过，让孩子们搬动轮胎等等，这些玩法不仅可以锻炼孩子的身体协调能力还可以锻炼孩子们的交往能力。再说纸箱子：在平时纸箱子可以当作废品卖了，可是来到我们班却成了孩子们玩的玩具，孩子们可以把纸箱子当作障碍物，绕着纸箱子跑，可以从纸箱子的身上跳过，可以从纸箱子里钻出玩“小鸡出壳”的游戏，可以躺在纸箱子上做游戏，可以把纸箱子当作汽车开来开可以从纸箱子中间钻过，可以在纸箱子里滚动等等，这些玩法都可以锻炼孩子的跳、跑、钻、滚等方面的能力。

总之，我们要让孩子们自由快乐自主的发展，让孩子快乐健康的成长。

阳光一小时体育活动方案篇九

为全面落实学校关于阳光体育冬季长跑活动的要求，切实提升学生的身体健康水平和体育文化素养，促进班级班风、学风更加健康地发展，我班认真落实学校阳光体育活动方案，积极开展了主题为“阳光体育，快乐成长”的活动，取得了良好的效果，班级获得学校长跑比赛优秀组织奖，多名学生获得个人优胜奖。现将相关工作总结如下：

1. 贯彻要求，制定计划。认真组织学生学习省“千万学生阳光体育活动”精神，成立了以班级为单位，由班长和体育委

员组成的“阳光体育，快乐成长”工作小组，按照学校的统一部署，根据班级实际，制定了班级活动计划，组织本班学生开展阳光体育活动。

2. 广泛宣传，营造氛围。我班充分利用班报宣传等阵地，利用晨会、班会等时间，广泛地向学生宣传“健康第一”的理念，使“我运动、我健康、我快乐”“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”等口号深入人心，使“长跑是一项全身性运动，对全身各器官系统都能产生良好的影响”等道理人人皆知、提高了同学们参与活动的积极性，扩大了阳光体育活动在学生中的影响力和感召力。

我班根据学校统一部署，按照活动方案，认真组织实施，做到人员、时间、器材设备“三落实”，师生共同参与。

1. 明确要求。把开展长跑运动与《学生体质健康达标》测试相结合

合，建立《学生体质健康标准》测试报告书制度，并把测试报告书作为学生成长记录或学生素质报告书的重要内容。把开展冬季长跑运动和提高学生体育素质相结合，通过活动使学生基本掌握科学锻炼身体的基础知识和基本技能，养成良好的体育锻炼习惯。

2. 精心组织。把长跑运动与课外体育活动相结合，结合实施学生素质拓展计划，广泛组织学生体育集体项目的竞赛和各种主题鲜明的体育活动来促进活动的深入开展。具体措施如下：

(1) 坚持利用每天大课间时间绕学校大操场跑步 1000米。

(2) 坚持利用体育活动课时间绕学校大操场跑步1000米/节。

(3) 学生做到利用课余、双休日时间自行锻炼，每周跑步不

少于4000米。

(4) 利用寒假学生自觉跑步，1000米/天。

(5) 积极开展跳绳、踢毽子、乒乓球等阳光体育活动。

(6) 制定了学生长跑记录表，每天完成情况有记录登记。

(7) 引导学生了解我国体育成就，了解我国长跑项目发展水平和为国争光的体育明星的爱国精神。同时，引导学生通过报纸、电视了解世界长跑明星。

(8) 及时表扬先进，在班级开展评比“长跑每周一星”活动，并利用宣传栏开辟专栏，宣传涌现出的先进个人及事迹。

3. 做好服务。针对小学生年龄小的身心特点，在组织长跑活动中注意做好各项服务工作，根据气候环境，提醒注意事项。注重过程，确保安全。

1. 认真制定切实可行的安全预案。以小组单位，落实安全工作责任制，不要到路面不平整的道路上活动。不仅保证活动有序开展，而且保证取得实效。

2. 班主任坚持与学生在校园内共同活动，及时了解学生运动情况。关心每一位同学的健康，做到科学锻炼，并教育学生同学之间相互关心，体现团队精神。如，长跑前应做“热身”活动，如深呼吸，做做下蹲运动，让上肢、下肢关节和肌肉都放松、有弹性，防止运动损伤。起跑时，不要骤然加速，应先慢后快。对于那些体质差、不经常锻炼的学生，刚开始可走一段跑一段，让身体有个适应过程。长跑时要保护好足部，一律穿运动鞋；跑步过程中，如感到不适，腿发沉、胸发闷，要适当降低跑速，调节好呼吸等。

在学校领导的精心组织下，我班阳光体育运动真正做到有声

势、有影响、有内容，展现了体育活动的群众性、普及性，真正形成了人人参与，个个争先、生龙活虎、团结拼搏。同时，我班将阳光体育与良好的班风建设相结合，引导学生写日记、作文，交流活动所得。同学们都表示，通过开展阳光体育运动，不仅锻炼了意志品质，而且提高了身体素质和运动能力，收获很大。由于我班活动开展得扎实，班风纯正，学生学习成绩名列前茅，多次受到学校领导的表扬。

神底小学

阳光一小时体育活动方案篇十

阳光体育运动是由国家教育部、国家体育总局、共青团中央为贯彻中央政治局会议精神而启动的全国亿万学生集体锻炼一小时的大型活动。我校积极响应上级号召，认真实施体锻一小时活动，吸引同学们走向操场、走进大自然、走到阳光下，积极参加体育锻炼，掀起校园内体育锻炼热潮，并取得了一些成绩。现将开展活动以来的一些工作总结如下：

教导处对照区学校教学常规管理要求，认真执行课程计划，真正做到了开齐、开足、开好每门课程。学校校长、教务主任及学科组长经常开展听课、巡课活动，有效地杜绝了挤占艺体课时的现象。学校领导们一直十分重视开展阳光体育运动，在人员上、器材上、场地上全盘统筹，保证了所有学生都能按计划正常参加体育活动。

体育组在教务处的领导之下，结合学校自身实际，充分调动、整合现有资源，为全校学生精心安排了跳绳、踢毽、立定跳远、羽毛球、篮球等多项锻炼内容，每周轮换，同时根据各项内容的特征，将学校活动场地进行了专门划分，做到定区域、定项目开展体育活动。活动所需器材，学校安排专人专项负责完成领取、进场、归还，大大节省活动准备时间，保证了学生有充足的时间进行锻炼。活动过程中，器材管理老师积极配合班主任做好孩子的运动辅导及安全监护，确保每

天的锻炼安全、有序、高效。

学校认真组织，积极实施，在全体班主任的会上，布置了阳光体育活动的具体的内容：继续开展体育大课堂；精心组织各年级的下午体育锻炼半小时；由于学校场地狭小，体育组还制定表格督促学生回家自觉参加体育锻炼教育，通过多项举措引导学生积极参加阳光体育运动。逐步建立和完善《学生体质健康标准》测试结果记录体系，定期上报结果。

通过我校阳光体育活动的开展，使学生充分认识到加强体育锻炼的重要性，充分调动起了学生的积极性，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！同时，本次活动体现了“团结、友爱、健康、向上”的主题，形成了全体师生参与的群众性体育锻炼的良好风气，达到了锻炼身体，增强体质的目的。

阳光一小时体育活动方案篇十一

x伦多国际学校始终坚持“以人为本，全面发展”教育理念，把学校体育工作作为素质教育的重要组成部分，积极开展“健康体育、阳光体育、快乐体育、绿色体育”等群众性体育活动，增进全体师生身心健康，提高体育素养，推进素质教育，促进校风建设，创建文明校园，取得优异成绩。20xx年10月盐城市“肯德基”杯健美操比赛中，我校荣获初中组规定动作一等奖；在体育节、冬季三项体育等活动中，涌现出近千名校园“体育之星”；前不久结束的盐城市第五届运动会上，该校初一（4）班xx所言获得了射击三块金牌，为该校争得了荣誉。

1、该校切实贯彻《学校体育工作条例》，加强体育教育教学的管理，严格执行省教育厅规定的课程计划和课时计划，开齐开足体育课程，抓好“两课两操两活动”。组织教师认真学习《新课程实施标准》，针对标准组织体育教学活动，上好每节课。并采用多种形式，积极调动学生体育兴趣，提高

课堂效率，使该校体育教学得到保证。

2、学校建立了科学规范的作息制度，把早操、课间操和活动课时间列入作息时间表，确保学生每天锻炼一小时，睡眠时间小学不少于10小时、初中不少于9小时、高中不少于8小时，确保学生身心健康。

3、积极开展体育校本课程，充分发挥体育教师的特长，从校情出发，开设校本课程，开设武术、健美操、乒乓球等校本课程，举办体育文化讲座，形成学校体育教学特色。

1、学校以开展“男拳女操”特色“阳光体育活动”和校园集体舞体育活动为突破口，在校内普及武术和健美操，推进群众性体育活动的开展。

2、与学生特长、兴趣教育相结合，成立各类课外兴趣小组，以项目为载体，培养训练学生。该校组建了篮球、足球、武术、健美操、棋类等一系列训练队伍，定期开展训练比赛。

3、每年组织四次大型体育比赛，即体育节（秋季田径为主）、“冬季三项体育锻炼月”、广播体操比赛、春季拔河比赛，既培养了学生参加体育锻炼的兴趣和自觉进行体育锻炼的习惯，增强了学生体质，又张扬了学生的个性，磨练了意志和毅力，培养了团结协作的精神。

该校坚持实施《国家学生体质健康标准》，每年定期对学生进行体格检查和健康测试，并对相关数据进行分析，针对有关问题，积极干预，有效的提高学生健康水平，以体育达标工作，推动学校体育工作的开展，在学校掀起体育达标的热潮。

蔡元培先生曾经说过：“完全人格，首为体育”。体育不仅可以强健体魄，而且培养了他们团结友谊、积极拼搏、奋发向上的精神，激发学生的民族自豪感和爱国热情。该校注重

体育文化建设，大力宣传奥运知识，弘扬奥运文化，不仅将体育竞赛作为活动的主要内容，还在活动中穿插了体育文化竞赛。通过国旗下讲话、主题班会、橱窗、黑板报、画廊等宣传阵地营造了浓郁的体育文化氛围。学生在活动中不仅锻炼了能力，而且增强对体育知识、奥运知识的了解，大大激发了学生的爱国热情和体育竞技意识。

阳光一小时体育活动方案篇十二

健康的体魄是中华民族旺盛生命力的体现□xx学院分团委学生会全员参与，开展了形式多样的“阳光体育活动”，以健康第一为宗旨，营造浓厚的群体学校的体育文化氛围，培养健身意识、集体主义精神，树立良好的道德风尚，现将活动总结如下：

一、主席团高度重视，安排了各项任务指标

学生会各部分管安全工作。活动组长对各副组长、各组员进行了细致的分工和活动的明确要求，确保了“阳光体育运动”活动的正常开展。

二、内容丰富多彩

1、组织开展了“学生阳光体育运动”的开始仪式，号召大家意识到锻炼身体增强集体主义意识的重大意义，也对全校师生发出了倡议：希望大家积极投入到阳光体育活动中去。参与此次活动的同学们纷纷表示，今后将以实际的行动，积极主动参与的态度，满腔的热情投入到阳光体育活动中去。

还对本次阳光体育运动进行了微博宣传，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。

2、开展系列的体育竞赛活动。项目羽毛球友谊赛，绑腿跑接力赛，培养了学生的团队精神和集体主义荣誉感，同时锻炼

了大家各项身体素质，进一步巩固集体荣誉感的升华，明白团队力量的不可忽视。认识健康，追求健康，有了健康的身体，感受到生活的快乐。

3、本次活动设立了个人奖项六项和绑腿跑团体奖一项。

三、意义深远，影响巨大

由于本次活动的策划比较周详，落实的较好，包括从开始的策划、场地的安排、启动仪式的安排、板报的宣传到活动的开展等一系列过程，使活动达到了预期的目的，大家都能积极主动的参与到各项体育活动中，效果也很显著，大家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。

当然，由于活动处于起步阶段，难免存在一些问题。如：活动的过程还需穿插更丰富的小游戏，同学的参与性还不够。对于本次活动中存在的不足，只有通过不断的积累和总结经验，相信能够在今后的活动中做的更好，特别是由于这次活动所取得的显著效果和所带来的巨大影响一定会带动更多的学生积极投入到体育锻炼中。

阳光一小时体育活动方案篇十三

为了树立“健康第一”、“以人为本”的指导思想，切实减轻学生过重的课业负担，全面推迎素质教育，促迎学生德、智、体、美全面发展。让学生走向操场，走进大自然，走到太阳底下，积极参加体育锻炼。我班周密部署，统筹安排，积极树立“健康第一”的意识，创新比赛项目，取得了较好的效果，受到学生的欢迎，现将一学期来的阳光体育活动简单总结如下。

高度重视阳光体育活动，促迎青少年学生健康成长、全面发

展、终身发展，让“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”深入到我们每个人心中，用实际行动踊跃参加丰富多彩的体育活动，在运动中领略体育的魅力，感受体育的美，体会运动的快乐。

根据学生年龄特点，本着科学运动规律安排运动量的原则，明确各阶段的活动内容、地点及责任人，这样既保障了活动的规范有序，又确保了活动的安全有效。活动内容有皮筋、田径、游戏、拔河、球类、绳类等。

由于活动的策划和安排比较周详，落实的较好，包括从开始的策划、场地的安排、成员间的动员和宣传到活动的开展等一系列的过程，使得活动达到了预期的目的。阳光体育活动的开展激发了学生的体育锻炼欲望，并为师生之间提供了更好的沟通交流的机会，巩固了良好的团队精神，利于更好地开展教育教学工作。活动进进超出了预期的效果，自始至终都是沉浸在一片欢乐声中，得到了学生们的一致好评。

开展阳光体育运动，增强了群体性活动广泛开展，使学生的体质健康状况得到了普遍改善。但是学生体质健康方面仍存在一些不可忽视的问题，如耐力素质和反映心肺功能的肺活量的上升趋势还不可太明显。对于活动中存在的不足，只有通过不断的积累和总结经验，相信在今后的活动中会做的更好。

总之，阳光体育运动所取得的效果是显著的，所带来的影响是巨大的。今后我们一定要将阳光体育运动持续深入开展下去，为学生的终生发展打下基础！

阳光一小时体育活动方案篇十四

五、讲究协调性：大风大雾时间不安排学生进行中长跑等剧烈运动、课间时间太短不搞剧烈运动，以免影响下节课的正常学习、热身与放松等细节性的问题应得到活动组织者的重视。

阳光体育运动中存在的问题：

一、思想认识有差距。在实施阳光体育运动的过程中，由于受应试教育模式的制约，片面追求升学率意识严重，对学校体育工作重视不够，不能同步执行德、智、体、全面发展的教育方针。实际工作中没有形成贯彻落实《中央中央国务院关于加强青少年体育提高青少年体质的意见》精神的合力和保障机制，阳光体育活动处于无序状态。

二、经费投入不足。学校体育卫生设施条件普遍没有达到《国家学校体育卫生条件基本标准》的要求，器材、设施不能满足学生多样化、个性化的发展需求。

三、师资力量不到位。随着新课改的实施，《体育与健康》课时的调整，课时增加，而受编制的限制，导致体育教师数量不足，尤其是农村中小学大多数没有专职体育教师。

四、形式单调、内容枯燥，缺乏吸引力，交流总结少。学生每天一小时的体育锻炼时间受师资、场地不足的影响还没有得到落实。学校之间联系少，都一个模式（活动内容）。

五、学校体育的评价机制需要完善。学校阳光体育运动的实施缺乏一套有效的考核评价机制；同时各学校对阳光体育运动的实施效果缺乏过程性评价。

文档为doc格式

阳光一小时体育活动方案篇十五

为进一步增强青少年的体质，改善青少年的健康状况，提高广大青年学生的健康水平，我校积极响应和落实青少年阳光体育活动，认真开展各项体育运动，不断促进我校学生身心全面健康发展。现将有关工作总结如下：

我校领导高度重视阳光体育运动的开展，为保证该活动落实到位，我校专门成立了阳光体育运动领导小组，并具体细化了各成员的职责和具体要求，将各项方案逐步落实。我校师生共同协助阳光体育活动顺利开展，同时在校内大力加强宣传，利用各种宣传工具和手段进行思想动员，扩大影响，充分激发了我校学生的运动兴趣，提升了学生健康第一的理念。

为使我校阳光体育活动科学有序地进行，我校结合实际情况，充分调动、整合现有资源，积极推进各项体育活动开展，并保证每位学生每天进行晨跑。通过进行各种体育活动，不仅提高了我校学生锻炼的质量，更培养了学生的集体观念，提高了学生的合作能力。活动过程中，我校教师积极配合，对学生的安全进行监护，并严格落实要求，切实提高学生的参与程度，保证所有学生按照计划参加体育活动，确保每天的锻炼安全、有效。

三、注重理念，加强考评我校开展阳光体育运动的过程中，要求人人参与，积极锻炼，不断营造健康阳光、朝气蓬勃的校园体育氛围，引导学生树立健康第一，快乐运动的理念，在运动中领略体育的魅力，在锻炼中体会健康的意义，以此促进青少年学生健康成长，全面发展。为推进阳光体育的高效开展，我校特将每日晨跑活动纳入学校常规检查之中，不断对各院系各班级进行评估检查，加强考勤制度，将考勤记录计入院系奖励中，由此督促各班级积极参与运动，激发学生的体育锻炼欲望，使活动达到了预期的效果，为我校学生的身心健康发展打下了良好的基础。

我校不断健全规章制度，将阳光体育运动扎实开展，有效推进，在为期两个月的实践过程中取得了良好的进展，获得了显著的成效。我校团委获得表彰，被评为先进单位，我校学生会共有15人获得表彰，各院系共有20人获得表彰。今后，我校将进一步细化工作环节，形成积极参与体育锻炼的校园风气，有力推进体育工作全方面发展。

通过开展阳光体育活动，我校广大青年学生深深地体会到健康运动的内涵，认识到加强体育锻炼的重要性，使学生积极地参与到活动中，主动地走向阳光，展现青年的活力。活动促进我校体育运动教育蓬勃开展，为我校学生身心全面健康发展奠定了良好基础，将对我校学生产生积极而深远的影响。

阳光一小时体育活动方案篇十六

为了更好的落实《xx市中小學生“开展生阳光体育运动”方案》，加深“每天活动1小时，健康工作50年，幸福生活一辈子！”健康理念，推动学校群体性体育活动的组织开展，切实提高学生的体质健康水平，进一步展示xx小学全面落实实施素质教育和体育活动果，我们制定了《xx小学阳光体育活动实施方案》，根据阳光体育实施方案，我们扎实有效地开展了阳光体育活动，取得了明显的活动效果。

我们学校共有两位体育教师，他们工作踏实，努力上进，专业知识精湛，有很强的团结合作意识。体育组利用间操时间进行学校大课间“韵律操，广播操和武术操”训练，大队部老师和全体班主任协助训练。

学校以年段位单位，开展年段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。

20xx年4月27日，我们举行了xx小学阳光体育活动推进会活动。

活动主题：阳光牵系你和我，健康快乐动起来。

活动程序如下：

- 1、大队辅导员陈宣布活动开始，全体学生放飞氢气球，欢呼。
- 2、校长张致词。

3、体育组长赖老师讲话。

4、少先队员李发言。

5、两操展示。

6、各年段学生集体活动。

(1) 一、二年段以游戏为主，建议：丢手绢或是老鹰抓小鸡。

(2) 三、四年段丢沙包或是跨下传球。

7、集队，总结。

同学们，“每天锻炼一小时，健康工作50年，幸福生活一辈子”是一种时尚健康的生活理念，让我们每一天都拥抱阳光，积极投身阳光体育活动，享受阳光体育活动的快乐，做一个全面发展的好学生。今天的阳光体育活动推动会圆满落下帷幕，祝福同学们健康快乐每一天。

有人曾形容“阳光体育运动”意味着学校体育的春天到来。教育部有关负责人指出，“阳光体育运动”号召学生到阳光下、到操场上、到大自然中去锻炼身体，陶冶情操。当前，全国各地都在积极探索，以创新的手段推进学校体育教育。在今后的教学工作中，我们xx小学还将一如既往地开展好阳光体育运动，确保全体师生的身体健康，把阳光体育活动落实到实处，让学校处处充满阳光。