

# 2023年幼儿园体育大课间活动目标中班 学校体育大课间活动方案(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？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 幼儿园体育大课间活动目标中班篇一

指导思想：

为认真贯彻全国体育工作会议精神，切实推进“阳光体育运动”，确保学生每天一小时体育锻炼时间的精神，以“健康第一”为理念引领，以“每天锻炼一小时、健康工作五十年、幸福生活一辈子”为宗旨，引导和鼓励学生积极参加文明、健康、活泼的课外文体活动，训练特长，培养学生自主参加体育锻炼的良好习惯，同时深化学校的班级文化建设，进一步规范学校教育教学行为，减轻学生的课业负担，促进学生全面发展和健康成长，努力构建文明校园、活力校园、和谐校园。我校通过认真学习有关文件精神，设计了以下大课间活动方案。

### 一、活动时间

周一至周五上午9：00~9：30

### 二、场地安排

#### 1、集中区域：

一、三年级：1号楼前的操场；四、五年级：南楼前空地和过道；二、六年级：篮球场

## 2、活动区域

[晴天]

[雨天]

各班教室内。

## 三、活动安排

[晴天]

每日上午9:00，踏步进场3分钟，做广播操5分钟，跳集体舞《小白船》3分钟，休整、自由活动20分钟。

[雨天]

学生开展室内体育类游戏（项目见方案中推荐的，自由选择，老师监督指导开展）。

## 四、活动内容

[晴天]

一、二年级：轻物投掷、跳绳、踢毽子及自选游戏项目。

三、四年级：跳绳、踢毽子、呼啦圈、丢沙包、排球、跳皮筋及自选游戏项目。

[雨天]

由体育组设计安排一些适合学生生活的室内游戏项目，各班自己选择游戏进行活动

1、扳手腕：两人在课桌的两侧面对面坐好，双方用右手互握，

肘部顶在桌面上，相距约20cm，前臂保持竖直，左手可抵住课桌底板或抓住课桌的脚以固定身体。发令后，双方用力将对方手腕往左下扳压，直至将对方手背压在桌面上为胜。

2、乒乓球打靶：将教室中间前面的两行课桌搬开，空出一块位置做游戏，在这空位置上，离讲台3—4m处，放一张课桌作为投掷线。学生按座位纵行分队，各队第一人拿一个乒乓球站在投掷线后。在讲台上，成一横排竖立放6个饮料瓶。游戏开始，学生站在投掷线后用乒乓球瞄准饮料瓶投掷，将饮料瓶打倒者得1分。掷完后，将球捡起交给第二人再做，直至全队做完为止。得分多的队为胜。

3、拦击导弹：选出4人各拿一个乒乓球拍，站在黑板前，作为“防空部队”，其他人拿15—20个乒乓球当作“地对地导弹”。游戏开始，拿乒乓球的学生用乒乓球掷击黑板，而拿球拍的学生则用球拍进行拦击，如拦击住了，则是“导弹被击毁了”，如让乒乓球漏过去击中黑板，则是“导弹击中了目标”。游戏一轮之后，再换4个人防守。击下“导弹”多者为胜。

4、接后语：学生坐在座位上，由第一行第一个学生随便说一个词汇，例如“今天”，接着第二个学生以第一个学生所说词汇的后一个字打头，又组成一个词汇，例如，“天气”依此法一直往下传，“气候”，“候补”，“补救”等，一直到某一学生组不成词汇为止，罚该学生表演一个节目后，又由该学生重新起头再做。

5、传口令：学生坐在座位上，按座位纵行组成队，游戏开始，各队第一人到教师那里接受秘密口令后，回到自己座位上坐好。教师发令后，各队将口令一个接一个轻声地往后传，最后一人听到口令后，立即用纸条写下来，跑到前面交给教师，以先送到而又没传错的队为胜。

6、猜猜他是谁：全班学生按座位分成四组，每组选一个猜者

蒙上眼睛站在本组前面。游戏开始，大家边唱“小猫小狗小刺猬，请你猜猜他是谁？”边拍手和本组同学任意调换座位，唱两遍后坐好，猜者走想本组去摸座位上的任何一人，猜猜他是谁，猜对了就与被猜者互换角色，没猜对的可再猜两次，三次没猜对就给大家表演一个节目，然后互换猜者。

7、指部位：甲乙两人面对面坐好，甲用一手按住自己的鼻子，另一前举，被乙的. 同侧手握住；乙轻轻在甲掌心击一下的同时，喊出头部器官的名称（如6眼睛、鼻子、耳朵等），甲则迅速用手指指到该部位。指对了，双手互换角色；指错了，不交换。

8、传球比赛：以座位纵向排列为组，每组准备一个球（篮球、足球或排球），全班同学坐在原位。游戏时，听到发令后每组第一人将球从头顶传给后面第二人，依次传递，直到每组最后一人，看哪一组快。同样也用转身想后传的方法进行游戏比赛。

9、织布机：游戏者两人一组，分成若干组。分别站在课桌之间，两人面对站立，手拉手，一人全蹲，另一人站立。蹲者迅速站立，站立者迅速下蹲，形成一蹲一起有节奏的起伏。在规定时间内，哪一组蹲起的次数多，哪一组为优胜。

10、添鼻子：学生坐在座位上，按座位纵行分队。游戏前，在黑板上画几个没有鼻子的人头像。各队派一人站在离黑板上的人头像前约3m处，拿一支粉笔，蒙上眼睛，教师发令后，各自走向自己面向的人头像，用粉笔将鼻子添上，然后教师进行评比，比哪个队添得准确，并进行评分。接着各队第二人再做，最后得分多的队为胜。

## 五、比赛

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 幼儿园体育大课间活动目标中班篇二

身心健康是现代人素质的重要方面和人的全面发展的重要标志，世界卫生组织倡导的经济发展、生活富裕、生态良好的现代文明小康社会、现代文明城市已成为一项国际性运动。我校提出了20xx年创建“健康促进学校”的发展目标，这既是深化教育改革、推进素质教育的需要，同时也是丰富学校内涵、提升学校品位的需要。为了促进教师和学生的身心健康，优化育人环境，营造和谐健康的校园氛围，全面实施素质教育，特制定本实施方案。

### 一、工作目标

1、围绕“学校教育要树立健康第一的指导思想”开展工作，增强师生的健康意识，提高全体师生的健康素质。

2、以家庭生活、心理教育和青春期健康教育作为切入点，通过宣传、调查、听讲座、设计方案等形式促进健康理念的形 成，充分开发师生的健康潜能，培养师生健壮的体魄和良好的心理素质，师生共同健康地学习、工作、生活和发展，创建人际关系和谐健康、具有良好健康服务质量的 健康促进学校。

## 二、主要任务

1、逐步完善学校健康政策：在原有政策的基础上进行修改、完善，使学校的办学理念融会有学校健康政策，所有的文件法规都能体现健康思想。逐步建立保护师生身心健康的行为规范、处罚条例、安全制度、体育卫生工作条例、环境保护条例、有关学生饮食与营养的规定，学校禁烟、禁酒和使用非法精神药物的规定、学校急救和突发事件处理措施，健康检查和预防控制常见病方面的相关政策。

2、逐步改善学校的物质环境，为师生提供一个安全、满意和愉快的生活和工作环境。利用现有的设施或新建、改建健康教育宣传场所，创建优美的校园环境和教学场地、社区环境、心理咨询室，保证学校运动场的设备、建筑物、花草树木和其它设备的安全，保证足够的卫生设备和水、营养餐供应，全力改善和保障学生的学习环境和老师的教学环境、就餐环境。

5、普及个人健康技能，提供健康服务，举办健康活动：通过正式和非正式的课程，普及师生及家长所需的各种健康知识和技能，学校为师生提供直接全面的健康服务，担负起师生保健的责任，开展各种活动提高师生的身体素质和心理健康素质，如运动会、艺术节、篮球赛、科技节，举办生动有趣的游戏、活动、比赛，举办各种形式的师生心理、健康咨询活动等。

## 三、具体措施

1、做好创建健康促进学校的宣传发动工作。

组织师生认真学习“健康促进学校”有关理论、评价标准，使创建工作成为师生的自觉行动。组织召开创建“健康促进学校”活动启动仪式，并分别利用校园网、主题班会、教工政治学习、升旗仪式等形式组织师生学习创建活动的內容、

标准和要求。利用横幅、橱窗、班级板报宣传相关内容，让师生明确开展“健康促进学校”活动决不是一项走过场的活动，而是涉及各位师生本人、家庭、社会并有共同效应的活动，是提高自身素质、民族素质的利民之举，从而激发师生自觉投入活动，提高全体师生对创建工作的认识，增强积极开展创建工作的自觉性。

2、将“健康促进学校”的理念渗透到教师的师德教育活动中。

在教师中广泛开展以“做学生喜欢的教师、教学生喜欢的学科”为主题的师德教育活动，积极倡导教与学的和谐、师生关系的和谐、学校与家庭、学校与社会多方位的和谐。组织开展符合促进教师身心健康的丰富多彩的活动，及时调整教师工作的心态，引导每个教师满腔热情的投入工作，倡导依法治教、廉洁从教、文明执教，自觉执行教学纪律，严格执行“三表”。

3、采取多项措施，提高校园清洁工作的质量。

进一步落实校园、教室、教师办公室的卫生包干制度，提高清洁工作质量，做到各班教室和卫生包干区每天三次打扫，每月一次大扫除，教师办公室每月一次检查；清洁工人及时清运垃圾，随时保持校园干净整洁。同时要教育学生改正随地乱丢垃圾等不良行为，加强教室、清洁区卫生、个人卫生检查评比力度，将检查结果与班级常规管理评比挂钩。

4、进一步落实《学校卫生工作条例》。

要定期对教室、功能室、办公室等场所进行消毒，对食堂要加大卫生检查力度，对食品卫生的把关要严格，对食堂工作人员要定期体检和进行卫生知识培训；对师生的饮水卫生要监控；多渠道对师生开展卫生知识宣传工作，帮助师生掌握必需的卫生健康技能。

## 5、关心师生健康。

定期组织教师和学生体检，做好体检服务工作，建立师生健康档案。举办健康知识普及讲座，编印健康小报，不断提高师生的健康知识水平。对于师生的常见疾病，如咽喉病、近视眼等，采取措施积极预防，并配合有关部门开展治疗工作。

## 6、制定传染病爆发和集体中毒事件应急预案。

发现传染病传染及中毒事件及时向教育主管部门上报，并按照应急预案要求采取应对措施，始终把师生的健康放在工作的第一位。

7、进一步落实《学校体育工作条例》。建设完善的体育与健康设施，要定期对学校所有的体育与健康设施以及运动场所进行安全检查，确保师生活动安全；逐步建设完善体育与健康设施，定时向师生开放。定期组织年级、班级间的体育比赛。建立教工活动俱乐部，利用业余时间开展丰富多彩的体育与健康活动，力争使全校师生都有较为强健的体魄。

## 8、注重师生心理健康，建立和谐健康的师生关系。

继续做好心理健康教育课题实验研究、心理咨询与个案辅导工作，办好“紫薇小语”心理咨询室。校园文化要凸现和谐健康特色，加强师生的感情交流，营造和谐健康的人际关系氛围。

## 9、建设良好的校园环境，全面提高健康服务质量。

整体规划和开展校园物质环境建设，把校园建设成安全、满意、愉快的、绿色环保、可持续发展的美丽家园；学校各部门在制定计划，开展工作时，要确立“以人为本”、“以人的健康为本”的观念，端正服务态度，确保师生人人都能享受到良好的安全与健康服务，全面提高健康服务质量。



10、把健康教育贯穿在教育教学活动之中。

开展多种形式的群体活动，在学科教学、班级、团队活动和班主任等工作中渗透健康教育。教务处要加强对学生健康教育课的指导，既将学生健康教育内容纳入课堂教学计划之中，并做到有计划、有教案、有考核；又将其有机的结合到平时的学科教育教学活动之中，形成时时处处渗透“健康促进”的氛围。

11、加强对师生的安全教育，不断提高安全、自护意识。重点抓好校园安全工作，保证学校设施设备的安全、学生活动、游戏的安全。同时教育师生注意校外人身、交通等安全，使健康促进学校渗透到学校各项工作中。

12、加强与社区、学生家庭间的联系。

在学校教育教学活动中注意家庭和社区的参与，建立与家长经常性的互相反馈信息以及与社区定期联系的制度，充分利用社区的人力、物力资源，为师生提供足够的基本健康服务。

#### 四、保障机制

1、组织保障。

成立创建健康促进学校工作领导小组

组长：方海宁，全面负责“健康促进学校”创建工作。

副组长：王雁飞王七林蒋惠芬，具体负责相关部门的创建工作。

领导小组下设四个分组：

经费与物质保障组：

组长：方海宁 副组长：金建新

组员：张卫 陈杰 钱忠芳 吴琳

师德建设及社区联系组：

组长：王雁飞 副组长：韩永强

组员：顾勤良 冯悦梅 周伟 沈斌 孙敏玉（社区）等

学科教学组：

组长：王七林 副组长：政觉清

组员：陆红亚 屠雪芳 陈晓桦 冯悦梅 顾群燕 沈斌

宣传教育及家校联系组：

组长：蒋惠芬 副组长：张雪志

组员：张洪娇 陆丽君 周伟 吉文华（家长） 沈向阳（家长） 杨远政（家长）

2、制度保障。学校以国家制定的学校体育、卫生工作条例和上级相关文件精神为依据开展各项工作，制定相关工作制度，并把创建健康促进学校工作纳入学校工作计划。

各处室要根据《江苏省健康促进学校评价标准》，按照《健康促进学校章程》和本方案要求，制定具体实施细则，切实贯彻落实好各项工作。

教务处要组织指导学科组及教师个人制定的工作计划要充分体现健康促进学校的理念，并有切实可行的具体实施内容。德育处要指导班主任组织学生按照学校创建健康促进学校要求去开展各项班级工作。

3、物质保障。总务处负责创建健康促进学校的物质保障工作，为师生开展活动提供必要的经费、设施等保障，做好各项活动的服务工作。

## 五、实施迎检和总结阶段

### 1、实施阶段

#### (1) 宣传发动阶段

召开师生动员大会，采取多种形式广泛宣传创建健康促进学校的目的、意义，强化健康意识，使全体师生充分认识创建健康促进学校重要性和紧迫性，提高参与创建工作的积极性和自觉性。组织创建“健康促进学校”业务培训。

#### (2) 创建实施阶段

各处室按照创建健康促进学校工作目标及职责分工，落实创建健康促进学校的各项工作。按照《江苏省健康促进学校评价标准》做好相关资料整理工作，接受“健康促进学校”领导小组督导检查，并以督导检查为依据，调整和加强各项工作。

#### (3) 达标迎检阶段

各处室严格按照《江苏省健康促进学校评价标准》进行自查、整改，将相关材料按要求整理，学校创建健康促进学校领导小组进行检查，接受健康促进学校领导小组办公室进行考核验收，迎接省级验收评估。

### 2、总结评估阶段

对创建健康促进学校的工作进行全面总结评估，总结创建工作的经验，提出今后工作目标和努力方向。

# 幼儿园体育大课间活动目标中班篇三

## 一、活动目的：

为进一步规范学校广播操，丰富校园文化生活，培养、规范学生良好的行为习惯，增强学生体质，树立学校的形象，特举办20xx年度春季课间操比赛。

## 二、参赛范围：

1—5年级各班全体学生。

## 三、比赛时间：

20xx年4月27日下午

## 四、比赛地点：

学校操场（具体要求另行安排）

## 五、具体程序：

- （1）比赛前，提前在预备区整队等候入场。
- （2）比赛时，各班成两列纵队带入规定场地，体育委员整队等候。
- （3）听到《共青团团团歌》，进行四面转法展示。
- （4）《七彩阳光》
- （5）集合，退场。
- （6）宣布成绩。

## 六、比赛顺序：

比赛顺序为一年级、二年级、三年级、四年级、五年级。

## 幼儿园体育大课间活动目标中班篇四

为认真贯彻全国体育工作会议精神，切实推进“阳光体育运动”，确保学生每天一小时体育活动精神，丰富学生课余生活，提高体育活动质量，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。促进学生身心健康和谐发展。以大课间活动为辐射点，体现良好的校风、校纪和学生良好的精神面貌，带动校园文化的建设，激发学生运动兴趣，使学生真正体会到“我运动，我快乐，我健康”。

### 二、活动主题与口号

主题：阳光、运动、健康

口号：我运动、我快乐、我健康

### 三、组织机构

#### 1、领导小组

组长：

副组长：

成员：

#### 2、活动协调组：

组长：

副组长：

成员：

## 四、实施原则

### 1、全体参与原则

师生全员参加，充分发挥大家锻炼的积极性和创造性，互相激励，做到人人锻炼，能够满足不同特长、不同兴趣、不同层次学生的发展需要，促进小学生身体健康、心理素质全面提高，形成在普及与提高基础上的良性发展局面。

### 2、安全第一原则

严格器材管理，落实安全职责。既要让全体学生都参与到活动中去，也要加强安全管理，制定出必要的安全制度。高度重视，以预防为主，做到器材保护与人员保护相结合，避免事故的发生。对于一些身体情况特殊学生的学生，要给予特别的关心，锻炼强度要适中，以免引起身体不适。

### 3、科学性原则

遵循学生身心发展的规律，遵循运动负荷的变化规律，符合小学生身心发展特点，根据季节的变化，合理地恰当地安排大课间活动内容及活动量，保证时间的同时也不超时，符合人体运动的变化规律，不影响下一节课的正常学习。

### 4、教育性原则。

大课间活动是一项集体活动，需要学生之间的互帮互助、互谅互爱，团结协作、要注重培养学生的集体主义精神、团队精神、爱国主义精神和竞争意识，寓学于乐、寓练于乐。

## 5、创造性原则

经常进行同样的活动，学生会厌烦，会失去兴趣，其锻炼价值也会降低。只有不断地翻新，不断地发展，活动才会有生命力。因此教师要引导和培养学生的创新意识和创新能力，让学生自编自创各种趣味体育活动，集思广益，自制器材，让大课间活动时时有趣，常常新鲜。

## 6、愉悦性原则

选择健康的游戏，集体舞，踢毽子，跳绳，拍球等有趣的活  
动，将艺术、体育、特色创建，融为一体。让学生在欢快优美的乐曲声中，轻松地节拍中，自由地活动，把健身寓于快乐之中，成为一种享受。

## 7、实效性原则

能否满足少年儿童生长发育的需要，能否达到增强学生体质的目的是开展活动的关键。活动的开展不能留于形式，更要讲究实效，最后的评价应放在学生素质的提高上。

## 五、活动目标

开展阳光体育运动要以“达标争优、强健体魄”为目标，促进学校全面实施《国家学生体质健康标准》确保全体学生能做到每天锻炼一小时，达到《国家学生体质健康标准》及格等级以上。学生的耐力、力量、柔韧等体能素质明显提高，肥胖和近视的发生率明显下降，使学生养成良好的体育锻炼习惯和健康的生活方式，逐步形成热爱体育、崇尚运动、健康向上的良好风气和珍视健康、重视体育的浓厚氛围。

- 1、优化大课间活动的时间、空间、形式、内容和结构，使学生乐于参与，主动掌握健身的方法并自觉的锻炼。

2、根据学生身心发展的需要，积极创新，力求以活动励德，以活动辅智，以活动健体，以活动塑美，以活动促劳，促进学生五育全面和谐的'发展。

3、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”落到实处，全面提高学校师生的综合素质。

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，丰富校园生活，营造积极向上的学风。

## 六、活动内容

(一) 大课间活动时间为校园小学生多，采用广播操、武术操、绳操、集体跳绳、大型集体舞、独轮车、自选体育活动相结合的形式，以音乐为背景串联活动全过程。各班级以班级为单位参加大课间活动，班主任要组织好学生有序地参加各项活动。

(二) 遇雨、雪等异常天气，由各班自行安排学生在教室内上写字课。

## 七、活动流程

大课间活动：(1) 学生有序入场：播音响起：老师们、同学们，大课间活动开始啦！让我们高兴地走出教室，到操场上去拥抱阳光，放飞心情吧！《课间十分钟》歌曲响起，教师带领学生到指定场所站队。(2) 到达操场指定位置伴随音乐旋律做广播体操和武术操。(3) 自选体育活动：大型集体舞结束后各班根据学校统一安排，在指定区域进行自选体育活动。(5) 音乐结束整个大课间活动结束，有序地离开活动场地。



## 八、实施方法

### （一）明确职责

大课间活动管理与组织者是校长室、教导处、班主任和体育教师，实行分块责任制管理。

1、领导负责制：大课间活动实行校长负责制。学校大课间活动由校长具体负责，所有挂段领导到操场亲自参与大课间活动，组织、指挥大课间活动的全过程，了解活动情况检查活动质量，发现问题及时解决，提高师生对大课间活动的重视程度。

2、班主任负责制：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。所有老师要每天参与班级的大课间活动，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、配班老师负责制：配合班主任组织本班学生活动锻炼，加强安全监管；

4、体育老师负责制：体育老师具体负责大课间活动的组织和实施。负责所在年级活动场所及校大课间活动音乐播放，引导全体教师积极参与大课间活动，负责指挥和示范，协助班主任工作，确保学生活动的安全。

### （二）检查评比

为了保证大课间活动质量，学校将组织总值勤和体育老师进行不定期检查，实行量化评分，考评结果列入班级及年段文明奖内容之一。

### （三）成果展示

学校将于每年学校体育节全面检验大课间活动的开展质量。

#### （四）活动要求

- 1、注意有序开展活动，安全第一。校领导、班主任及科任教师必须强调大课间活动纪律与安全，并协助体育教师指导学生安全活动，禁止学生进行有危险性活动，穿适合运动服装和运动鞋。
- 2、各项目活动必须在规定的活动区域进行，各班学生必须在指定活动范围内活动，防止出现学生乱串、乱跑的混乱现象。
- 3、负责日常管理值班的领导、值日教师和执勤教师要认真做好当天记录。
- 4、所有负责老师和全体班主任要及时到位进行现场指导，督促学生安全活动。

#### 九、活动保障

##### 1、认真学习，转变观念，达成共识

以贯彻落实《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》为主旨，组织老师认真学习我市教育局的关于学校大课间活动文件精神，了解学生发展之需，使广大教师深刻体会到：拥有健康才能拥有明天，热爱锻炼就是热爱生命，在深化课程改革，全面提高质量的工作中，注入快乐体育的全新理念，确立合作、竞争、快乐、主动、健康发展的体育工作观。

##### 2、加强领导，保证时间，形成制度

以将快乐体育、趣味体育引入体育活动为主旨，强化活动的领导与管理，在活动的内容与形式、过程与评价上形成有效

管理，充分挖掘校内外各种体育课程资源，不断丰富和发展活动的内涵，不断提升活动水平。制定安全应急预案，确保学生安全。

### 3、自选项目，备好器材，人人运动。

(1) 自选项目，要求每班每统一选择一项。

(2) 备好器材：每生要自备短绳、毽子及其他自己喜欢活动器材（危险活动器材除外），班级可自备长绳、短绳、橡皮筋等，学生视实际情况给各班配备一些活动器材。要求人人运动，不在当观众。

### 4、全员参与，注重评价，强化激励

坚持学生全员参与，学校党政工团紧密配合，教职工全员协作，突出活动的评价作用，对先进班级和个人予以适时激励，并将各种评价资料存档，作为学期考核评价的一项重要内容，纳入领导、班主任、老师、学生系列考评中，以保证学校体育大课间活动的有效开展。

## 幼儿园体育大课间活动目标中班篇五

课间：学校两节课间歇的时间  
课间：钱月焯所演唱的歌曲  
下面是小编为大家整理的体育大课间大课间比赛心得体会【三篇】，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

为了让每一个学生都能自觉、快乐地参与到阳光体育运动中来，促进孩子们的健康发展，我们学校秉承“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的健康理念，坚持“把健康还给学生，把快乐还给学生”的原则，开展了丰富多彩的阳光体育大课间活动。结合我们学校的实际情况及特点，实现了突出特色、动静结合、全员参与的阳光体育。

## 1、提高认识，多维组合，全力打造大课间活动品牌

### (一)领导重视，健全制度，有力的后勤保障

我校成立了以校长为组长，主任为执行组长，班主任、体育教师为主要成员的“大课间”活动领导小组，完善并制定有关制度、方案，形成了“学校统一领导、班级全力支持，班主任积极配合、体育教师具体实施、任课教师全员参与”的五级管理工作格局，这为大课间活动的开展奠定了组织基础。学校还购置了篮球、毽子、跳绳等器械，保证了活动实施的物质基础。另外，根据学校实际情况，我校还动员学生自备活动器材，丰富了学校活动器材的种类。

(二)以激励为评价手段，全面落实“每天锻炼1小时”为确保学生每天不少于1小时的锻炼时间，我校大课间活动安排在每天的上午第二节课后及下午第二节课后进行，总时间为60分钟。我们把学生按着高年级和低年级相结合、按体操队形分成八个纵队，每个纵队自成一组，有高年级素质较好的同学任本组的组长。每天由不担任班主任的教师对各班大课间活动进行评比。大课间活动内容的完成质量为评价内容，以小组为单位进行评比。并将一周的评比结果进行公布。达到：促进、鞭策、提高的效果。

(三)注重发挥师生的主体作用，群策群力不断改进并丰富大课间活动的内容。

大课间活动的开展并不只是体育教师的事情，如果仅仅局限于体育教师，那么大课间活动的质量可想而知。因为这些工作需要集体的智慧才能不断地从一个高度提升到另一个高度。为此，我们通过广泛地调研，认真听取师生的批评与建议，使我校大课间活动在全体师生的批评与建议中逐步完善起来。

(四)加强与体育教学的有机结合，拓展大课间活动的练习空间。

体育课有自己的教学任务，但根据教学内容的需要我们可以把大课间活动的相关内容巧妙地穿插进去，进行有目的地训练，开辟“大课间活动角”，如每天的形体站立练习。另外，大课间活动中的一些班级活动内容也可以通过体育课在不影响教学任务的情况下合理地安排大课间活动的演练，这样就拓展了大课间活动的练习空间与时间。

### (一)不断更新、完善、规范大课间活动。

通过师生们的努力，我们逐渐完善规范了大课间，我们将《军队进行曲》作为带队的音乐，强化常规，把《课间十分钟》作为学生自主活动的背景音乐，让学生在轻松愉悦的氛围下活动，这样不仅有助于建立正常的教学秩序，而且对加强学生的艺术熏陶有十分重要的作用。

只有不断创新，大课间活动才有生命力。因此，为增强大课间活动的教育性、科学性、趣味性，使大课间活动保持全新状态，我们始终坚持创新理念，使其在一个不断更新、完善、改进的过程中逐步规范。经全体师生的自主创新，班级活动环节由原来简单而随意的内容形成了具有教育意义、锻炼效果强、学生乐于参加的活动。使其内容更具科学性，极大地提高了大课间活动的实效性、针对性、目的性。

### (二)从实际出发，突出大课间活动的特色。

全校大课间活动分成几个单元，按照集中自由活动、自由组合、按项目分块活动相结合的形式，先集体活动，再自由组合，学生根据自己的爱好，自由选择项目，参加自己喜欢的活动，有合有分，以音乐为背景串联活动全过程，将艺术、体育、文化融为一体。在开展大课间活动过程中。结合我校扇子舞将其穿插在里面，极大地丰富了大课间活动内容。

每天上午30分钟的大课间集健身、娱乐、文化于一体，融合了校园集体舞、健身操、快慢节奏相结合，让孩子们在做操

的同时，强身健体，放松心情，从运动中体会活动的快乐。我们倡导徒手游戏(不需要购买过多的器材)、合作游戏(2人以上共同玩)、各项活动深受学生喜爱，大家在欢快的游戏活动中锻炼了身体，增强了体质。

每天下午两节课后为自主活动时间，我们提出了三会三倡导：人人会跳绳、会溜铁环、会踢毽子。全校各班根据学生的兴趣特点，让自主选择运动项目，低年级以趣味性运动为主，如拍小皮球、丢手帕、踢毽子、跳短绳等，中高年级以低强度运动为主，如立定跳远、呼拉圈、跳皮筋等。我们根据活动内容进行了精心的组织、合理的安排，对一些活动内容进行调整，充分利用现有场地开展丰富多彩的体育活动。每天下午的班级以班为单位分成若干小组，每个班级有固定的活动内容且定时更换，每天的活动内容不尽相同，并且根据教师特点，各班有着自己的特色。

基于对大课间活动开展的重要性、必要性及意义的深入认识，我校坚定了“依托大课间课题，全面提高学校管理水平”的工作思路。在落实大课间活动中，狠抓体育课堂教学的规范性、学生言行仪表及站姿的规范性，并将其迁移到学校工作的其它各个方面，效果明显。

(一)加强了常规教学，提高了体育教学质量我校大课间活动的落实是以体育课堂教学为主渠道加强训练的，所以，从体育课堂教学入手，通过严格教学管理，加大体育教师课堂教学指导与评价，增强教学内容的针对性、目的性，强化并规范了体育课堂教学，提高了体育教学质量。

(二)张扬了个性，提升了学生体育素养。

每天一小时的体育活动，既减轻了学生的课业负担又提高了学生身体素质。通过一段时间的体验，部分体质差的学生得到了很好的锻炼，收到了实实在在的效果。此外，每天的大课间活动为每个学生提供了个性展示的舞台和体育锻炼的平

台，比如我们平时进行的小型比赛，又如我们的欢乐嘉年华以及传统与趣味相结合的运动会，这些平台使学生积极参与体育锻炼的热情大大提高，涌现了一大批体育特长生、体育爱好者。

(三)丰富了校园文化生活，增强了学校的凝聚力。如今，大课间活动融健康、娱乐、文化于一体，广大师生易于接受、乐于参与的活动。通过各项文体活动的开展，极大地丰富了校园文化生活，使校园呈现一派生机勃勃的景象。班集体精神风貌得到了最大的增强，学生的团队精神、拼搏意识、克服困难的决心和勇气都在不断得到提高，尤其是师生同台活动拉近了师生的情感距离，使师生关系和谐、同学关系和睦。

回顾我校开展大课间活动经历，我们有一份感动，那是因为我们全校上下同心同德，付出的艰辛劳动才有了今天的收获；我们也有一份激动，那是因为我们看到了孩子们在活动中快乐地成长；我们更有一份深深的感激，那是因为我们的活动得到了领导、全体教师、学生家长的支持帮助。

我校的大课间活动走到今天，虽然取得了一点成绩，但仍有不少需要改进的地方。创新是大课间活动的生命力。我们将在孩子们的游戏中，在不断的学习过程中，不断地挖掘创新，保持大课间活动的生命力，让我校的大课间活动在发展中不断创新，在创新中持续健康地发展，并作为我校体育特色教育的有益补充，推动素质教育的深入开展。

本着“健康第一”的课程理念，以学生的主体发展为中心，确保每个孩子都能体验到运动的快乐，并在体育课堂中学到基本的运动常识、运动技能，身心得到健康发展。下面，就对本学期开展的阳光体育节活动做如下总结：

首先，在20xx年下半年，我校进行了学校学生体育达标工作，体育达标工作是学校体育教学的一个重要组成总分。达标工作做得好坏，直接体现一个学校体育老师的教学水平和领导

重视程度，也充分证明了一个学校体育工作开展的深入力度，也是对培养优秀运动员的后备力量，提高运动技术水平，推动学校体育工作的全面普及，提高身体素质都有着积极作用。几个月来，在学校领导各其它教师的配合努力下，学校体育达标工作正稳步、扎实地向前迈进。本学年的体育达标工作也顺利完成。

其次，为了响应金水区教体局的“每天锻炼一小时”的锻炼理念，我校大课间推动“两操一活动”。大课间活动的具体安排是在每周二至周五上午第二节下课进行，整个大课间活动为30分钟，分为眼保健操，垒球棍棒操和跑步三个环节相结合的形式。有效地开展“两操一活动”是反映学生整体面貌的形象工程，是学校整体推进素质教育的一个窗口，抓好“两操”也是学校管理工作方面的一项重要内容，同时抓好两操更能促进学校的全民健身活动的开展。一学期来，体育组继续严格规范两操的进出场纪律及做操质量，做到做操时静、快、齐，动作规范、美观，为督促两操一活动的正常开展，进一步落实了体育检查结果每周点评制度。大大地改进了全校做操质量及组织纪律性。

接下来，在10月中旬我校又进行了跳绳比赛。由于时间紧，任务重，我组人员连班加点地画场地，准备器材，安排裁判，布置场地等等。终于顺利地召开完毕，接下来又是算分、排名、颁奖，忙的不亦乐乎！但是我们还是顺利地完成了这项工作。为了迎接此次跳绳比赛，孩子们每天都非常认真地练习。比赛时孩子们更是各不示弱。通过本次比赛能够提升孩子们参与锻炼的积极性，加强各班之间的交流，增进友谊，提高各班的体育水平，促进学生身心健康和谐发展。

随后，为进一步增强学生体质，形成浓郁的校园体育锻炼氛围和师生全员参与的体育锻炼热潮，20-年10月下旬，在我校的操场上又隆重举行了“阳光体育与祖国同行”学生冬季长跑运动起跑仪式。从而让学生进一步养成持之以恒、坚持不懈的体育锻炼习惯，每天坚持长跑，以更好地磨炼意志，增



强学生的体质。

随着我校阳光体育系列活动的深入开展，全校的学生都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。

总之，通过这次活动，使广大师生深深地体会到“每天锻炼一小时、健康快乐一辈子”的精神理念，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。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。

随着素质教育的全面推进，学校教育正发生着重大的变革。“健康第一”是新世纪我国学校教育的指导思想，“快乐、主动、健康、发展”已成为学校体育教育的目标和任务。“大课间体育活动”就是在推进素质教育过程中出现的一种新型课间操形式。实践证明，它是实现新的体育教育目标的有效载体，它在全面实施健康、快乐教育，促进学生主动、和谐发展的过程中正显现出重要而有特有的功效。“大课间体育活动”受到了全校师生与家长的欢迎，也得到了社会的广泛关注，收到了良好的教学效果和社会反响。

“大课间体育活动”是对传统课间操的继承和发展，是巩固和扩大体育锻炼效果，增强学生身心素质的重要组成部分。它是校风校纪的集中反映，是我校管理水平的集中体现。同时，形式多样的活动还在健体、炼志的基础上，培养了学生德、智、体、美的和谐发展，充分体现了素质教育的全体性、全面性和学生发展的主动性。

我们认为“大课间体育活动”与原有的课间操形式相比，其

特点表现在活动时间长，内容和形式多样，师生参与面广三个方面。启动之初，曾在部分教师和家长中引起了不同的反响，有的认为是浪费时间，影响学习成绩；有的认为是不务正业，搞花架子等。为此，学校通过组织学习《学校体育工作条例》、召开体艺教师、班主任、学校行政参加的座谈会使大家提高认识，了解了实施大课间的必要性与必然性。与此同时，学校还在教师会、家长会、学生晨会上做宣传，利用广播站和宣传栏营造出全员参与的良好氛围。

通过细致的思想工作，使大家认识到此项活动不仅保证了学生每天一小时的体育锻炼时间，增强了学生的体质，缓解了学习疲劳，而且能培养学生良好的行为、品质、个性、情感、兴趣等多项素质，活动还能训练学生的竞争意识、合作精神和争取胜利的信心与勇气，承受失败和挫折的能力，具有培养学生严密的组织性、纪律性、集体责任感、荣誉感、民族进取心和奋发向上精神的功能。全体教师都切实感到它是素质教育不可缺少的组成部分，它需要大家更新观念、统一思想、提高认识，只有全员参与、各部门密切配合，才能保证大课间体育活动的顺利实施。

我们本着健康第一的原则和把快乐还给学生，创造和谐师生关系的指导思想设计了我校的大课间活动。我们活动的目的是让每个学生都能以健康的心理、强健的体魄、高昂的热情去迎接光明的未来。整个活动30分钟，全程由音乐统一指挥，活动由自主活动、整理运动、部颁操、自编操、按班级分组体育活动、队列回归教室组成。实施训练时我们把大课间分为前期准备、集体操训练、分组游戏训练和整体磨合四个阶段。在各阶段实施前都要通过会议对师生进行培训，让大家明确各阶段的任务，提高了训练的效率。

前期准备阶段包括如何结合学校实际设计活动的框架，确定分组游戏的内容，操的编排和指挥音乐的选择与制作等，它是活动实施的起点。整体设计我们力争做到科学性、创造性、特色性和可操作性。分组游戏中我们安排了传统体育游戏，

竞技体育游戏及师生自创游戏的内容，充分调动了学生参与活动的热情。操的编排上我们把握时代与民族两条主线，由师生共同编创有特色的主题操(含校操)。此外，我们还从美感、时代性、符合儿童心理、具有教育作用等角度出发，选择、制作了我们的指挥音乐，把体育与艺术教育融为一体，在提高学生身体素质的同时培养了他们感知美、鉴赏美、创造美的能力。

集体操训练阶段，我们通过体育教师集体教授，课外活动分班提高，发挥各班体育骨干作用等途径，快速高效地完成了自创操的学习。

在分组游戏训练阶段，我们首先把各班的游戏内容、场地、器材定位，再给各班配备两名教师，其中一名原则上是班主任，负责每天组织本班学生进入活动场地(每周同年级各班轮换一个场地)；另一位教师负责每天收发器材(我们称为场地教师)，不随班级更换场地，以防止班级更换带来的混乱。这两类教师每天同学生一起活动，并做到鼓励学生在现有形式和内容上进行创新，以发挥学生的主观能动性。整体磨合阶段是大课问训练的最后一个步骤，主要是做好活动各环节的衔接，它包括进出场，队伍的调动和服从音乐指挥等内容。

我校大课间能逐步走上科学化、规范化、整体化的轨道，离不开学校大课间领导小组细致的工作。领导小组组长由校长亲自担任，组员有教导主任和体艺教师，这就为该项工作在人员、时间、经费上提供了保障。另外，学校建立了大课问体育活动的考评制度，每天由学校行政和体育教师对各班出勤、活动、操姿、队列情况进行考评，并把考核结果纳入合格班级的评选和教师学期考核中，从制度上保证了活动的质量。在此基础上，我们还建立了信息反馈的信箱，积极向师生和家长征求建议，做到集思广益，群策群力，保证了我校大课间体育活动水平的不断提高，使它更具生命力。

目前，大课间体育活动已成为我校体育工作的重要组成部分，

已成为我校推进素质教育的突破口。它在为学生提供素质发展的条件与时空的同时，也有力的推动了学校的不断发展。

首先，为配合大课间活动的深入开展，两年来学校改进、增设了一大批体育器械；改造了全校室内、外的音响系统；学校的面貌与硬件设施正发生质的飞跃，为学生提供了更好的健身环境。

其次，学生的思想道德和心理素质不断提高。丰富多采的活动，不仅培养了学生的组织纪律性、集体和爱国主义精神，而且还使他们形成了互相激励，自学奋进的良好习惯，各种优良的意志品质正在潜移默化的形成。

第三，师生身体素质明显增强，对教育教学工作的协调发展起到了积极作用。学校“三好生”体育测试合格率逐年上升：学校体育达标两年保持在96%以上；教师也变初期的“被动参加”为现在的“主动参与”，大家都感到40分钟的大课间对自己身体素质与精神状态的改善大有益处，有利于教学质量的提高。

第四，每周30分钟的大课间体育活动，提供了师生之间、教师之间、校领导与教师之间相互了解的机会，有利于建立良好的校园人际关系，增强了学校的凝聚力与战斗力。

在实践中，我们仍在继续发现、研究和解决一个个新的问题。例如：

- 1、创设学校大课间的整体特色与学生个性特长发展的之间有何关系的问题。
- 3、关于开展大课间活动从实践上升到理论的研究；
- 4、开展室内大课间应注意什么等等问题都有待于我们去进一步探索。

回顾我校大课间体育活动的发展历程，放眼方兴未艾的大课间前景，我们将继续深化符合我校实际和学生发展特点的大课间体育活动，我们更有信心奏响以快乐为主旋律，突出特色，强调主动与和谐，向上与发展的大课间体育活动更新、更美的乐章。