最新小学教师个人总结及自评(实用10篇)

方案是指为解决问题或实现目标而制定的一系列步骤和措施。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。

小学体育活动策划方案篇一

活动目标：

教师提供丰富的活动材料(各色布袋、多个竹圈、塑料瓶、彩圈、彩带等)，并且鼓励幼儿大胆尝试，体验户外体育活动的乐趣。

活动准备：

1、提供丰富的活动材料，设置各类障碍("独木桥""小山""小河""山洞"等)

2、创设轻松愉快的活动气氛，播放活泼欢乐的音乐。利用游戏的形式，引导幼儿参观各种活动区，初步了解活动区里的玩具及基本玩法。

3、热身运动：大森林里要评选"本领最棒的小动物"啦。

小动物都要去活动场练本领，先来做一下"运动操"。(播放活泼的音乐，做动物模仿操)

4、熟悉活动场：引导幼儿初步了解活动玩具的主要特征，认识设置的相关障碍物。

在轻松愉快的气氛下，鼓励幼儿再次去大胆尝试各种活动。

1、鼓励幼儿独自或结伴合作活动，进一步体验户外活动的乐趣。

2、幼儿个别展示，集体尝试，老师鼓励表扬积极参与活动的幼儿。

a.用彩条铺条"小路"练习走路。

b.套着彩色布袋学"小袋鼠"跳，学"小泥鳅"滚草地。

c.把"小太阳"(飞碟)顶在头上学杂技叔叔平衡走(平稳行走)，发展幼儿平衡能力。也可以把小飞碟投向空中，练习手臂投掷动作。

活动过程：

大森林评选"本领最棒小动物"活动开始啦。请小动物表演自己的本领。

1、引导幼儿熟悉游戏情景(竹圈搭成的"山洞""独木桥"、两根长软棍搭成的"小沟"、彩带铺的"小河"等。

2、鼓励幼儿自由结伴或独自选择活动。

a.钻爬区：引导幼儿学"小乌龟"，爬过"草地"，过"小桥"，钻"山洞"□b.跳跃区：引导幼儿学"小白兔"，变换各种方法跳过"小河""小沟"。

c.平衡区：引导幼儿学杂技表演，顶着"小太阳"(飞碟)走各种小路。

d.投掷区：引导幼儿选择不同的辅助材料(比如沙包、小飞碟等)，向"大灰狼"投掷，打败"大灰狼"(图片)。

开展巩固游戏的活动。

大森林中发出紧急通告：许多小白兔被大灰狼抓起来了，让小动物们去救救他们吧。

利用各种活动材料(布袋、彩圈、飞碟、沙包等)，爬(滚)过一片"草地"，走过"小桥"跳过"小河"，跨过"小沟"，钻过"山洞"，到达"大灰狼"的家，以击中"大灰狼"救出"小动物"为胜利。

小学体育活动策划方案篇二

活动目标：

1.能在游戏中控制自己的身体，在规定时间内努力做到一动也不动。

2.能根据指令变换模仿动作，体验体育活动的快乐。

1.自制“摩棍”一根，口哨一只。

2.地面上画好写有数1-10的方格。

活动过程：

1、玩民间游戏“我们都是木头人”。

幼儿集体念儿歌，扮演木头人，“山山山，山上有个木头人，木头人，不准说话不准动”。要求幼儿念完儿歌后做一个造型动作，在规定时间内不准动。

2、师幼共同玩游戏“魔法师”。

令，“木头人”按指令模仿各种动物的动作，听到“魔法

师”吹口哨，“木头人”就要停止动作。

(2)“魔法师”组织“木头人”玩跳数字游戏。引导“木头人”按照1-10的顺序跳。如跳错，“魔法师”就把他“定”在原地不动。

(3)“木头人”跳舞。播放节奏明快的音乐，“木头人”随音乐起舞，“魔法师挥动魔棍”，音乐停止，木头人摆好造型不动。

(4) 随着音乐，魔法师送“木头人”回家。

小学体育活动策划方案篇三

1．练习在平地上走直线，尝试双手如同飞机一样张开来保持平衡。

2．具有初步的大胆进行身体活动的能力。

二、重点和难点

从平地上的`平衡走变化到一定高度和宽度上的平衡木走及进行各种动作的平衡练习，这对幼儿的身体活动是一个新的问题，有一部分幼儿会由此产生害怕的心理，故在活动器具的选择和活动方法的提供上，要让他们有一个逐渐过渡、慢慢适应的过程。

三、材料及环境创设

1．观赏我国体操运动员进行体操比赛的录像。

2．高度、宽度要求不一样的平衡木两条，与平衡活动相配套的各种活动器具，如伞、帽子、沙包、球、娃娃、积木等若干。

四、设计思路

身体平衡运动，对中班幼儿来说，已不是很困难的事。且每个幼儿在这方面的发展进程是不一样的。有的幼儿可在既高且窄的平衡木上走，有的幼儿只能慢慢地走过低低的宽宽的平衡木。所以教师要根据每位幼儿的实际活动水平、设计和安排难度不一的活动，提供不同的指导和帮助。既可在平衡器材的高度、宽度和坡度上有不同的要求，又可在运动方法的指导上给幼儿不同的示范和选择。可从徒手走逐步过渡到持物走、加速走和在间隔物体上走。

五、活动流程

提供材料－－重点指导－－难度练习

儿还不能独立地进行活动，在此基础上，给予幼儿不同的指导和帮助。

教师在每次活动时，除了灵活的随机指导外，还必须要有重点指导内容和计划。如第一次是重点指导那些没有勇气登高的幼儿；第二次是指导那些走平衡木脚步姿势错误的幼儿；第三次是指导那些不敢独立在平衡木上走的幼儿；第四次是指导那些在平衡木上不断变化创新动作的幼儿等，除了器具选择的重点指导外，还要有落实到那些幼儿身上的具体指导方法的考虑。

小学体育活动策划方案篇四

中班体育活动:我们的身体本领大

本班幼儿玩过体育活动“我们的身体本领大”后,我立即抽取了19名幼儿对他们的“脉搏跳动”、“呼吸”、“出汗”情况进行了测试并进行了综合分析。通过对9 名幼儿的测试情况的分析,可以看出大部分幼儿的“脉搏跳动”和“呼吸”情

况属于正常范围。但有14名幼儿的出汗量偏大了些。

针对以上测试情况,我将“我们的身体本领大”这个游戏的过程作了以下调整:

名称:

我们的身体本领大。

目标:

1、练习由高向下跳的技能。

2、培养勇敢、大胆的意志品质。

3、教会幼儿在游戏过程中根据自身的需求调节运动量。

准备:

与幼儿人数相等的小椅子若干、沙地

过程:

一、活动身体

幼儿随着音乐做游泳热身操:上肢运动、踢腿运动、体侧运动、跳跃运动、全身运动等。

二、学习游戏

1、师:“运动员跳水时的动作是怎样的?我们在练习跳水时应该注意些什么?”

幼儿交流从高处跳下的方法并互相学习。

2、师生共同探讨由高向下跳的动作技能:“在游泳池里我们可以怎样进行跳水?”“我们的身体还可以做哪些动作?”

3、幼儿游戏教师巡回观察,对胆小有困难的孩子进行个别指导。(提醒感觉热的小朋友适当地脱掉一些衣服,累的小朋友休息一下)

四、结束游戏

1、放松运动:幼儿跟着音乐做自由放松动作。

2、幼儿唱着“我是小小运动员”的歌曲进教室。

小学体育活动策划方案篇五

为继续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,使全体师生树立“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,培养教师和学生积极主动的体育锻炼习惯,更好地提高全体师生的身体健康素质和体育文化素养特制订本实施方案。

一、指导思想

为了认真贯彻党的教育方针,全面推进素质教育,响应“全国亿万学生阳光体育运动”的号召,大力加强学校体育工作,把学校体育工作作为全民健身运动的重点,切实提高青少年健康素质,大力推进体育大课间活动为重点,抓好早锻炼、设置趣味性、小型化、多形式的体育健康活动,蓬勃开展“阳光体育活动”。同时把阳光体育活动开展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,培养成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。

二、领导小组

加强领导，落实责任。学校成立阳光体育运动的`领导小组，具体成员如下：

组长：瞿涛

副组长：王龙绪

成员：体育老师及各班班主任

三、活动目标

保证学生每天有一小时的体育活动时间,教师每天锻炼时间不少于30分钟；力争使85%的学生在本学年学生体质健康标准测试中达到及格以上，10%以上的学生达到优秀。

四、活动口号

我运动我健康我快乐

五、活动原则

遵循课外体育锻炼的自觉性原则、全面性原则、适量性原则、渐进性原则、经常性原则、针对性原则，保证学生每天在校1小时的体育锻炼时间，养成健康的生活方式。

六、活动时间安排

每天上下、午各安排学生25-3-分钟大课间体育活动，在本时间段内由各班班主任及跟班教师进行活动指导和管理。

七、活动方式

由各班班主任组织锻炼，根据活动内容合理科学地自行安排。

八、活动器材

班主任指派本班学生统一到体育器材室向体育教师领取，请各班主任明确器材名称及器材数量，及时做好登记和归还工作。

九、活动管理

学生的活动必须由班主任或跟班教师领队，并负责组织指导和维持学生活动的秩序。

十、注意事项

1、如遇雨天，请各位班主任组织学生在各班的连廊、及教室进行小范围活动（以练习做操和游戏为主）。

2、各班主任在保证学生每天1小时课外锻炼的基础上，根据学生锻炼需求，可自行调节学生的活动时间。

3、踢毽子、跳绳、乒乓球（拍）、羽毛球（拍）请老师提前要求学生自备。

小学体育活动策划方案篇六

一、活动目的

在学校形成浓郁的校园体育锻炼氛围和全员参与的群众性体育锻炼风气，有效的促进广大青少年学生积极参加体育锻炼，切实提高学生体质健康水平。培养青少年学生良好的锻炼习惯和健康的生活方式，使校园形成热爱体育、崇尚运动、健康向上的良好风气。

二、活动时间

20xx年3月—6月

三、具体安排

三月：

学校开展以学生“阳光伙伴”、体育励志活动为主体的阳光体育活动，落实各个阶段的计划，开足开齐各年级体育课程，带领和鼓励学生开展各种喜闻乐见的体育活动，让学生全身心地投入到每天一小时的体育活动之中。同时，积极响应和组织学生参加市里安排的文体活动。

1、3月3日国旗下讲话，启动我校的阳光体育活动。

2、每周的周一、周二、周四的第八节课组织学生开展一小时课外文体活动。

3、每周的周一至周四的第八节课由体育教师组织参加市中学生田径运动会的学生的日常训练，力争在本届运动会中获得更好的成绩。

四月：

主题：“我的学生生涯设计”“校园集体舞比赛”

第一周：主题班会讨论交流“我的学生生涯设计”及黑板报评比

第二周：“我的学生生涯设计”黑板报评比

第三周：七年级校园集体舞比赛

第四周：八年级校园集体舞比赛

五月：

主题：系列文体活动竞赛

第一周：　“五四”演讲比赛主题

第二周：七年级篮球赛

第三周：八年级篮球赛

第四周：奥运知识征文比赛

六月：

主题：“迎奥运、创文明”活动月

第一周：　“迎奥运”黑板报评比

第二周：“迎奥运、文明伴我行”主题教育

第三周：“迎奥运”跳长绳比赛

第四周：　“迎奥运”乒乓球团体赛

四、组织机构

主任：何方金

副主任：罗嗣询、万继林、高登秀、高开进

成员：曹礼明、邹家燕、各班班主任

参与管理人员（见附表1、2）

五、组织管理

各班由班主任组织学生确定具体的活动内容，填写详尽的阳

光体育活动计划表。

具体要求：

1、结合学校的统一活动安排具体的活动内容

2、若当天没有体育课，则一定要安排成体育活动

3、班级活动组织者要认真筛选，管理到位。

小学体育活动策划方案篇七

为了认真落实党的教导方针，国家教导部、市、区教导局下发的关于“切实保证中小学生每天一小时校园体育活动”的精力，贯彻我校“健康第一”、“以人为本”的领导思想，进一步加强学校体育工作，以全面推动素质教导，切实加强学生体质，造就学生自觉锤炼身材的好习惯，增进学校体育课程的改革和发展，特制定本活动方案，以落实保证学生每天一小时体育活动的顺利进行。

二、活动目标

优化体育活动的时间、空间、情势、内容和结构，使学生乐于参加，主动控制健身的方法并自觉养成参加体育锤炼的好习惯，加强学生体质，让学生健康快活成长，造就学生英勇、坚强、进取的精力。

各年级目标

一、二年级学生学会队列、队形及各种姿势走、跑的基础动作和方法，形成正确的身形姿势，学会一些简略的游戏。

三、四、五年级学生学会跑、跳、掷等基础动作和方法，控制健身的方法，并养成自觉参加体育锤炼的好习惯。

三、健全组织、加强管理

成立“每天一小时校园体育活动”工作领导小组。

组长：高菊华(校长)

副组长：杜金林(工会主席、分管体育) 富秀华

成员：孙美红 王芹 李忠英 张青 高音 张恩慧

加强组织管理。责任到人，校长是保证学生每天一小时体育活动的第一责任人，负责活动落实的统一领导、和谐、保障。学校各部门及宽大教师要关心和支撑这项工作。学生活动时间，每班有班主任进行组织管理，每个年级有一名体育领导老师和一名行政人员巡视督促。凡直接参加组织学生每天一小时体育活动的体育教师、班主任及任课教师，均应计入工作量。

行政领导认真检查考核，教导处合理安排活动时间，教导处、德育室负责对班级、教师的督促评比，体育教师对各年级活动的领导耐心、过细，卫生室对学生的眼保健操进行领导、检查。保证学生人人参与，活动安全有实效。同时将活动的管理纳入学校教师的考核，与绩效工资挂钩。

未经学校“落实学生每天一小时体育活动领导小组”的批准，任何人不得随便挪用、挤占、调换学校安排的体育活动时间。

四、活动原则

1、全部性原则：师生全员参与，充分施展师生的积极性和创造性，达到全部健身的目标。

2、科学性原则：一切从学生的实际出发，采用集体活动与自主小型游戏相联合的情势，合理安排体育活动的时间和内容。

3、实效性原则：活动要根据学校的特点和学校的实际情况，因地制宜，组织开展寓练于乐、寓学于乐小型多样、生动生动，学生爱好的活动，使学生在锤炼身材的同时，又愉悦了身心。

4、安全性原则：锤炼要遵守学生的身心特点和教导规律，在组织活动中加强安全教导和安全戒备，避免伤害事故的产生。

五、活动具体安排与实行：

(一)集体活动时间安排：

早上 8:15——8:30 学生广播操(15分钟)

9:54——9:59 眼保健操 (5分钟)

中午 12:20——12:45 午间阳光体育活动(25分钟)

下午 14:49——14:59 课间操、眼保健操(10分钟)

阐明：累计学生在校集体体育活动时间是55分钟，再加上平均每天一节体育课或体活课(35分钟)，确保了学生在校活动时间，加强学生体质，让学生快活成长。

小学体育活动策划方案篇八

20xx年11月16日－－11月21日（大课间时间）

一年级呼啦圈升旗台周围周一下午第三节

二年级跳绳升旗台周围周二大课间

四年级乒乓体育馆周三大课间

五年级排球排球场周四大课间

六年级跳长绳排球场周五大课间

参加大课间全体学生

总负责（负责活动班级的纪律及安全）

活动策划（负责整个活动组织工作）

活动安排：

一年级呼啦圈负责人协助

二年级跳绳负责人协助

四年级乒乓负责人协助

五年级排球负责人协助

六年级跳长绳负责人协助

摄影

资料存档

1、一年级呼啦圈

每位学生在指定地点进行1分钟呼啦圈转动（中途失误后立即停止），最后计算全班通过率，按成绩名次计分。

2、二年级跳绳（单跳）

全体学生参加，每个学生准备一根绳，记时一分钟，记录跳绳的个数（中途失误后允许继续进行），然后统计班级平均

数，按成绩名次计分。

3、四年级乒乓

（一）普及型：对墙球

方法：全班学生参加，每个学生准备一块乒乓板。一只乒乓球，记时一分钟，记录对墙球的个数（中途失误后允许继续进行），然后统计班级平均数，按成绩名次计分（7。5。4。3。2。1）。

（二）提高型：个人单打

方法：各班在班级选拔赛的基础上，推荐男子3人，女子3人参加年级组的单打比赛，比赛采用淘汰附加赛，每场比赛三局二胜制，每局采用11分制。团体记分办法，按个人单打1－－8名（9。7。6。5。4。3。2。1）计分。

4、五年级排球

（1）自垫排球：

全体参加大课间的学生，时间不限，一次性垫球，球垫起的高度应高于头部。连续垫球6个，不掉下为通过。计算全班通过的合格率。

（2）两人配合垫球：

各班自选10人，组成5对（男女不限），一人抛球，另一人垫球。垫球五个，以垫、接不落地为准，计算全班通过的合格率。（距离2－3米）

5、六年级跳长绳（齐跳）

每班参加人数为5男5女（其中2人摇绳），时间1分钟，然后

统计班级总数，按成绩名次计分。

六

如下雨改在体育馆进行。

小学体育活动策划方案篇九

为丰富同学们的校园生活,充分参与阳光体育运动,体验运动的快乐,明集中学在阳光体育节期间开展以“参与运动,快乐提高”为主题的'综合实践活动。

“参与运动,快乐提高”

4月中旬~5月底

此次活动的内容包括两个方面:一是“运动赛场”征文活动,二是“运动快乐”摄影活动。备注:(体育课、下课、校外都可行)

(一)一是“运动赛场”征文活动

为提高同学们参与运动的热情,抒发对运动的热爱,请同学们以“运动赛场”为主题,将阳光体育运动的所见、所思、所感、所悟,记录下来,字数在600字左右。

(二)“运动快乐”摄影活动

要求同学们深入运动会每个项目,以自己独特的视角发现运动场上的“运动快乐”美,“精彩瞬间”美,“团结和谐”美,用相机记录下来,激发同学们班级向心力,增进班级团结。

(一)要树立安全第一的意识,班级要对每项活动都要制定切实可行的规章制度以及安全应急处置预案,对学生加强安全教育

工作,绝对保证活动安全。

(二)本次活动成果分文字类、摄影类两种形式。文字类稿件可以是打印稿和手写稿,打印稿用a4打印,版式按照正式格式排版,手写稿件请用学校统一稿纸;摄影类,请用a4纸打印出来,附上简短的文字说明(作品名称、摄影者、拍摄地点等),学校评选后集中洗印(可以自己洗印)。

(三)各班于5月30日之前将摄影照片和征文上交体育组。体育组汇总后,每项各评选16份活动成果参加学校评选。所有作品严禁抄袭,一经发现,取消所在班级所有作品参评资格,并全校通报。评选结果作为班级考核的依据。

小学体育活动策划方案篇十

第1节

学习阶段：水平二

学习目标：　在徒手、队列等练习中保持正确的姿势

学习内容：时代在召唤

学习步骤：

一、感情导入、带动气氛

教师活动：教师自我介绍，与全班见面。同时提出上体育课的一些常规要求

学生活动：学生可以提出一些建议关于体育课看法

组　织：成横队

二、合作探究、掌握技能

重 点：个人能够掌握动作

难 点：全班能够掌握练习

教师活动：

1.示范所学内容的动作过程。

2.讲解所学内容的技术要领和重点。

3.呼口令并巡回指导。

4.纠正错误动作。

学生活动：1.观看教师的示范、认真听教师的讲解，形成初步的印象

2.集体跟随教师的.示范练习。3.两人一组相互观察、纠正错误

3.小组以四人为单位相互学习。

4.进行展示，以提高练习积极性

组 织：以四列横队开始学习，以两人一组进行相互指导，以四人为小组提高学习积极性

三、伸展柔韧、放松身体

教师活动： 提出练习内容，要求。

学生活动：1.集体完成练习内容。

2.两人一组进行互帮互助的练习。

3.以小组表演的形式提高积极性

组 织：四列横队、两人一组、四人一组

场地器材： 田径场

第 2节

学习阶段：水平二

学习目标：在徒手操、队列等练习中保持正确的身体姿势

学习内容：广播操时代在召唤

学习步骤：

一、导入情景

??教师活动：1.以小游戏《兔子赛跑》为开始。2.踏步练习进行调整

3.复习一课的广播操

学生活动：1.在小游戏中尽量活动。2.完成游戏中的比赛。3.整齐的踏步练习

组 织： 四列横队

二、合作探究、掌握技能

重 点：动作的正确性

难 点：动作能否更上节奏

教师活动：1.请把上一次课所学内容掌握的很好的学生给大家表演，同时进行表扬

2.示范本次课所要学习的广播操内容，并进行讲解。

3.呼口令，同时一自己的示范带领同学们学习

4.巡回指导，纠正存在的错误动作。

5.组织集体，小组练习

学生活动：1.集体跟随老师的示范与口令学习。

2. 两人为一小组进行互学、同时要帮助伙伴完成练习和纠正错误动作

3.以四人为一小组，进行互学。同时要比一比谁做的好。

4.要勇敢表现自己。给同学们进行表演。

组 织： 1.两人一组成散点练习。

2.四人一组进行练习

三、素质练习、提高自我

教师活动：组织小游戏进行素质练习

示范方法并讲解要求

学生活动：相互帮助并督促完成

组 织：四列横队

场地器材： 田径场