

2023年阳光体育节活动方案(模板7篇)

为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。方案能够帮助到我们很多，所以方案到底该怎么写才好呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来看看吧。

阳光体育节活动方案篇一

响应“全国亿万学生阳光体育运动”的号召，把口号“每天锻炼一小时，健康学习工作五十年，幸福生活享受一辈子！”深入到学生中去，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，特制定本实施方案。

阳光体育节活动方案篇二

活动内容：

1、每天利用早操20分钟时间坚持做好：

广播操《七彩阳光》、《二十四式太极拳》

2、每天利用下午大课间20分钟和课间10分钟在本班级活动区内活动(跳绳、转呼啦圈、拍球、踢毽子)

3、每天做好可见10分钟的两次眼保健操；

4、给自己定一个运动目标：跳绳、转呼啦圈、拍球、踢毽子

阳光体育节活动方案篇三

健康的体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提，是中华

民族旺盛生命力的体现。教育要贯彻“一切为了孩子，健康第一”的可持续发展的理念，切实加强体育活动，让每一个孩子都能感受到运动的快乐，从而丰富幼儿园生活，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。

阳光体育节活动方案篇四

拔河设四支队伍，按照低（1、2年级）、中（3、4年级）、高年级（5、6年级）和综合组，赛制采取淘汰制，每场比赛采用三局两胜。每队出一名裁判员和监督员。

手球比赛设立七支队伍，（每支队伍场上队员必须保证两男三女）一至六年级各一支队伍和综合组共七支队伍，比赛采用复合赛制。第一轮抽签分成两个小组□a组三个队进行循环赛决出前两名进入第二轮交叉淘汰□b组四支队伍按照双败淘汰制决出两个优胜队伍进入第二轮交叉淘汰。最终决出冠亚军。

阳光体育节活动方案篇五

1、本课围绕呼啦圈这一器材，在教学上优化设计，体现一材多教，一物多用的教学思想。课的开始安排了健身操，目的是满足学生对呼啦圈健美操的向往，同时可利用呼啦圈来加大动作幅度，塑造健美的体形，增强美的姿态和气质。

2、创造性尝试练习。首先是给每位学生一个呼啦圈，让他们自娱自乐各显神通地玩。平时我们的课中常会出现这种现象：学生往往对手中的器材非常感兴趣，而对教师的讲解就不太感兴趣，甚至根本无暇顾及就迫不及待地玩开了。这正是小学生好动的心理特点，他们好奇心强，对新鲜事物易产生兴趣，但却不愿意在活动中受到太多的约束，总是想马上能亲自体验一下，而课中的玩圈过程正好满足了学生的这一心理需求。教师应珍惜他们的好奇、好动心，充分给予创造性的遐想，创造性活动的空间，发挥各类学生的特长，玩中求乐，

培养学生一种积极、大胆地参与体育活动的意识与能力。

3、分小组创编游戏，是在前一基础上的进一步发挥，在组织上，教师不再是指派式，而是放手让学生自由结伴，满足学生的求变心理需要。给学生一个自由发挥的空间，并尝试游戏，体验参与活动的乐趣，使学生的生理、心理及创造力均得到和谐发展。安排这一内容的指导思想是：游戏本身就来源于生活和实践，让我们的学生通过启智，拓宽思路，抓住活动特点去创编一些更多更好的游戏来培养学生创编游戏的能力。接着老师介绍一个游戏让学生分小组体验、竞争，目的是让学生树立竞争意识，增强对游戏规则的认识。这个环节是一种很好的培养综合体育能力的手段，也是连接学生在校、在家、乃至走上社会，自觉、主动参与锻炼的桥梁。

4、课中的集中展示，给了学生更多的自主空间，也满足了低年级学生喜欢表现展示的心理，让学生在轻松、自主的教学活动中学会评价，自我管理、培养学生从小意识到现代社会所必须的合作，竞争意识与能力。

阳光体育节活动方案篇六

幼儿离不开游戏，儿童的天性就是玩，所以这节游戏课，我让幼儿自由地玩、尽情地玩、结伴玩、玩出花样。从中学到知识，学会单脚着地向前跳，双脚夹瓶向前跳的动作练习，使大班幼儿的'身心得到了锻炼的机会。另外，幼儿学会了结伴游戏，合作游戏的意识，从而满足了每个幼儿好奇、好动、好玩的天性。

阳光体育节活动方案篇七

1、由学校工会和体育组统一添置活动器具，布置安排活动场所，活动器材直接发到各个小组，由小组考核负责人统一领取、发放和管理。利用下午4：45-5：30这段时间为集体锻炼活动时间，随作息时间安排而调整活动时间。

2、活动形式丰富多彩，根据学校场地和器材实际，本次设置活动项目有拔河、手球。

3、以不定期举行游戏比赛活动等来展示阳光体育活动成果。