

# 最新开学大课间活动方案策划(实用7篇)

方案在各个领域都有着重要的作用，无论是在个人生活中还是在组织管理中，都扮演着至关重要的角色。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？下面是小编精心整理的方案策划范文，欢迎阅读与收藏。

## 开学大课间活动方案策划篇一

为了更好地贯彻党和国家的教育方针，落实“生命-和谐”教育理念，全面实施素质教育，培养德智体等全面发展的人才，坚持“健康第一”的指导思想，牢固树立终身体育的新课程理念，把开展大课间活动作为重要途径，保证学生每天一小时体育锻炼时间，增强学生的体质，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，在大课间活动中体现出合作、民主、探究的教学理念，以大课间为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新。

### 二、目标和原则

#### (一)目标

1. 改革学校课间操，优化课间操的时间、空间、形式、内容和结构，使学生乐于参加，主动地掌握健身的方法并自觉的锻炼。
2. 根据学生的身心发展需要，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. 优化学校体育场地设施设备及管理，提高其使用率，发挥其育人效益。
4. 全面提高学校师生的综合素质。

## (二)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，遵循“低段普及、高段提高”原则，坚持从学校实际出发，科学合理的安排大课间的课程计划和活动内容。
3. 全体性原则。师生全员参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。
4. 创新型原则。根据我校场地的特点，大课间活动增创了课间跳绳、每日一英语等，以及有利于健康的活动内容，将艺术、体育融为一体。

## 三、实施措施

- 1、各负责人起统筹安排作用，各班主任与任课教师密切配合。
- 2、值日教师要做好一天的安全工作，特别是学生到外操场去活动，值日教师一定要拦住来往的车辆，确保学生的安全。做到万无一失。
- 3、一节有课的教师，务必要带好本班的学生，管理好学生的纪律(雨天在教室里也一样)。
- 4、值日组长要登记好各教师出勤情况。
- 5、体育教师开发活动、游戏系列
- 6、英语教师开发每天一句英语
- 7、大队部、教导处组织进行评比

8、阴雨天气改在室内进行(如：眼保健操、棋类活动、智力游戏等)

#### 四、大课间体育活动内容

a□跳橡皮筋、踢毽子、呼啦圈、跳长短绳、小皮球、

b□广播操、太极拳

c□各种游戏(老鹰抓小鸡、捉迷藏、大渔网等)、趣味性跑

仰卧起坐、俯(立)卧撑、平衡…

d□每天一句英语、古诗文诵读等。

## 开学大课间活动方案策划篇二

全面贯彻落实党的教育方针和《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》精神，引导和鼓励广大学生积极参加形式多样、生动活泼、健康向上的体育活动，提高学生的身体综合素质，促进学生的全面发展和健康成长。以大课间活动为载体，培养学生自觉锻炼身体的习惯，规范学生课间体育活动和形式，推进大课间活动的科学化、制度化、规范化，逐步形成我校体育特色，努力建设和谐校园、平安校园、活力校园。

### 二、活动目标：

2. 根据学生的身心发展需要，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，释放学生心理空间，力争展现学生勃发的朝气和昂扬的精神风貌。

3. 全面普及并提高教育部“体育、艺术2+1项目”实施方案中“2+1”项目的技能。

三、活动原则：

四、活动对象：全体师生

五、活动时间：上午间操（9：50——10:00）注：以广播操和自编操为主

下午大课间（14：45——15：15）注：以组织多种跳绳活动为主

六、活动方式：高年组与低年组上下午周轮换方式进行

七、活动的组织领导小组：

组长：陶校长

副组长：王夫马平

组员：张严政迟林林周科高琰李惠郭林黄国君李欣

大课间评分：

大队部、德育处

八、活动内容：

上午：1、广播操——七彩阳光

2、班操——统一音乐（选择）绳操

3、队列

负责人：张严政迟林林周科

# 开学大课间活动方案策划篇三

## 一、指导思想：

为全面实施素质教育，切实推进“阳光体育运动”，培养德智体等全面发展的人才，为全面推进《学生体质健康标准的实施》，坚持“健康第一”的指导思想，丰富学生的课余生活，为学生每天都有一个小时的体育锻炼时间创造良好的条件。最大程度地发挥学生、教师的主动性和创造性，积极开发利用我校现有的体育资源，变原有单一的集体活动形式为分年级分班级、多项目多场地等多种形式并举，进一步丰富大课间体育活动的的内容。增强学生的体质，培养学生的心理素质和道德素质，促进学生主动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。在大课间中体现民主、合作、创新的思想。并以大课间为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新，体现良好的校风、校纪和学生的精神面貌，带动校园文化的建设。

## 二、目标和原则

### (一)目标

- 1、通过大课间体育活动，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”思想落到实处。
- 2、在大课间体育活动中，让学生有选择地参与、学习、享受体育，激发学生的运动兴趣，发挥学生的学习积极性和潜能。
- 3、通过大课间体育活动，全面提高学校师生的综合素质，促进师生间、生生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力。
- 4、优化学校体育场地设施设备及管理，提高其使用率，发挥其育人效益。

5、通过大课间体育活动，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

## (二)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。我校从实际出发，采用大课间与短课时相结合的形式，合理的安排大课间的课程计划和内容。

3、全体性原则。师生全员参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。

## 三、实施措施

### (一)建立“五个”保障体系，确保大课间活动有序开展

1、组织保障。学校成立大课间活动领导小组，促使大课间活动真正落到实处,促进该项活动高质量进行。

#### (1)大课间活动领导小组

组长：

成员：

#### (2)体艺综合指导组：

组长：

副组长：

成员：董浜中心小学全体教师

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，学校规定大课间活动班主任与副班主任老师协助辅导老师共同指导和参与学生的活动，建立领导督查、艺体教师指导的制度。

3、时间保障。根据上级安排和我校的实际，学校作息时间作相应调整，明确规定大课间活动分为上午和下午两段时间进行，上午为每天上午9:10——9:35(星期一升旗)这段时间，早操包含在大课间活动里，早操结束后进行分年级分班活动。任何老师不得挤占大课间活动时间。下午为3:35——3:55。若遇阴雨天改在室内进行，如：棋类活动、智力游戏等。

4、人力、物力保障。要求师生全员参与大课间活动，活动中教师既是活动的组织者、指导者，又是学生的保护者，同时自己也是活动者，这既体现国家所提倡的全面健身，又能融洽师生关系，有利于构建新型的和谐、平等的师生关系。大课间活动器材由学校体育室提供。另外提倡每位学生自备跳绳、毽子、棋类器材中的其中一样。

5、安全保障。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。正副班主任和协助辅导老师跟班进行现场活动指导。

## (二)充分调动师生参与大课间活动的积极性

上午的大课间活动按规定进行，下午的活动除时间、场地及活动内容有具体规定、保证外，在活动形式、空间上各班均具有很大的自主性和灵活性，各正副班主任和协助辅导老师可发挥自身特长，展示自身才干，开发创新体育、舞蹈、球类游戏等项目。

# 开学大课间活动方案策划篇四

## 一、目的和意义：

坚持“健康第一”的指导思想，牢固树立“以人为本”的理念，本着对民族、对国家、对社会、对学生全面负责的精神，丰富学生课余生活，为学生每天能有1小时的体育锻炼时间创造良好条件，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。最大程度地发挥学生和老师的主动性和创造性。在大课间活动中体现合作、自主、探究、创新的教学理念，体现良好的校风、校纪和学生的精神面貌，推动校园文化建设。促进师生的身心健康发展，实现每个师生每天锻炼一小时。

二、活动主题：强身健体运动快乐

三、活动时间：上午第二节课后进行，时间为25分钟（9：20～9：45）。

四、活动形式：

活动形式分组活动，采用分组活动的形式，以班级为单位，结合教学大纲对学生的要求，安排进行活泼多样的游戏、身体素质、舞蹈练习等内容。各班主任和相关责任教师组织并参与学生共同参与。初三是一半班级组织跳绳，一半班级组织长跑。

五、活动内容及过程：

（一）大课间活动过程共分三部分：

第一部分：（5分钟）感受户外清心。播放运动员进行曲，学生在教室前集合后迅速到活动区域作好活动准备，享受户外清新空气。

第二部分：（15分钟）青春活力飞扬。播放歌曲：《兔子舞》、《日不落》，《一二三四跑跑跑》《校园秧歌》学生



开始快乐阳光活动。

第三部分：（5分钟）。整队号，播放音乐：《啤酒桶波尔卡》，《浪漫樱花》，学生在轻快的音乐声中步伐有序地走回教室。

活动地点：分班活动

（二）雨天：大课间活动一律为分班活动。

六、组织管理：

1、成立学校“阳光文体活动”组委会

主任：

副主任：

项目指导组：全体体育老师

配乐合成组：艺术组老师

2、指定各活动小组指导老师

由各班主任组织班级活动正常开展，各体育老师和指导老师巡回指导。

3、具体要求：

项目指导组：主要负责项目的开发、创新、拓展、提高，学生的辅导培训，文体骨干的培养，特色项目的提炼，活动的整合等工作。

配乐合成组：主要进行音乐整体构思合成，要定期更换，增强音乐对学生活动开展感召力，促使学生快乐奔放地投入

活动，让音乐艺术的魅力尽显于体育活动之中。

另外，分管各年级的行政人员，要坚守各自区域活动，并及时处理偶发事件，保证活动的正常秩序和安全。各班由班主任负责集队、组织活动及活动器材的收发工作等。所有任课教师均按学校安排参加各班活动，并参与组织管理，做好安全工作。体育老师要在场巡回指导，并经常性地提示活动的安全要求。

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](#)

## 开学大课间活动方案策划篇五

近年来，学校能认真贯彻落实体艺“2+1”项目活动要求，全面打造阳光校园。坚持文体与德育相结合，打造“国+家”校园文化建设，精心组织、科学安排设计了“知书达礼”为主题的大课间活动，将传统文化融入到阳光体育运动中，将思想教育渗透到体育大课间中，既增强了学生体质，又为学生终身发展奠定良好的基础。为将大课间活动的开展推向更高的层次，特制定此实施方案。

1、每周一至周五第二节课后

## 2、整个活动环节时间为25—30分钟

### （一）晴天室外项目：

1、整个活动由韵律操、京剧操、分班活动、放松操、才艺展示五大部分组成，以音乐为背景，串联活动全程，共用时30分钟。

第一部分——《三字经》韵律操。把“知书达礼，文明言行”的校园文化渗透到体育活动中，让学生在快乐的体育活动中感受国学经典。

第二部分——《知书达礼》京剧操。这是由学校老师自编自创的，它以体操为基础，用京剧各种选段配乐，继续深化校园文化建设主题“知书达礼”的精髓，将中华传统美德与国粹京剧融为一体。

第三部分——分班活动。这一部分，根据不同年段学生的特点，每班一个特色，活动方式各种各样，有竹杠舞、滚铁环、袋鼠跳、滚轮胎、穿山洞、障碍跑、跳五环、拍球接力跑在《校园的早晨》《课间十分钟》的背景音乐中，老师和学生共同活动，校园变成了体育的乐园，欢乐的海洋。

第四部分——放松操。学生在舒缓的音乐——《老师》中，轻柔伸展肢体，感念师恩，达到身体、心灵与精神和谐统一。

第五部分——才艺展示。每周

二、四分年段展示，给学生提供展示自我的舞台。

## 2、活动程序：

入场（3分钟）—广播操（4分钟）—京剧操（4分钟）—各班进行健身游戏活动（10分钟）—放松操（2分钟）—才艺展示

(5分钟) ——退场 (2分钟)

(二) 雨天室内项目:

主要是以班为单位开展中高年级仰卧起坐、棋类活动、室内游戏、个人才艺表演等。

(三) 大热天室外项目:

- 1、星期一三字经操+京剧操+自由活动 (丢沙包、跳皮筋等)
- 2、星期二班级游戏活动+放松操
- 3、星期三第九套广播体操+自由活动 (丢沙包、跳皮筋等)
- 4、星期四班级游戏活动+放松操
- 5、星期五三字经操+京剧操+自由活动 (丢沙包、跳皮筋等)

(一) 组织分工:

德育处: 负责统筹安排, 组织评价。

体育组: 负责对大课间活动项目的开发; 负责制定实施方案、协调与指导各班级开展活动。协调各班的场地划分, 配合德育处对各班级进行监督检查。

班主任: 班级活动第一责任人, 负责组织好本班的活动, 监督本班学生在活动中的纪律及安全。

科任教师: 分配到班, 协助组织, 参与活动。

(二) 组织形式:

以班级为基本单位, 班主任、副班主任和班干部组织, 科任

教师协助，在一块场地内开展广播体操、指定项目或者自选项目的活动。

### （三）组织要求：

1、各班级必须严格按照事先安排的场地进行活动，不得擅自改变地点。

2、各班同学都应积极参加活动，学校将在每年两次的体育节中组织比赛，对好的创新活动项目进行奖励和推广。

3、自选项目由项目开发组提供，各班级选择，或者班级师生自创。各班级可定期更改活动内容，但必须报体育组备案后方可开展。

4、各班级严格按照时间要求和音乐开展活动，不得延迟或拖延各活动时间。

（一）下课后班主任、班干部应及时将班集体带到指定地点，体育委员做好集合整队。

（二）活动结束后由体育委员整好队，点清人数做好记录后带回教室。点名记录一周后上交到德育处。

（三）活动中德育处、少先大队干对各班级进行抽查点名。

（四）定期召开班主任会议，总结大课间活动出现的问题，提出有效的整改方案。

评价内容：出勤、组织开展情况、比赛等，纳入文明班级评比范围。

（一）20xx年，大课间活动形成常规化，并纳入对教师、班级的量化管理中。

（二□20xx年，形成特色，主要是以弘扬民族文化为主题，开展一系列的活动。

（三□20xx年，师生主动融入到525阳光大课间活动中，去享受“我的健康，我的快乐！”

## 开学大课间活动方案策划篇六

为贯彻落实教育部20xx年9月14日“全国切实保证中小學生每天一小时校园体育活动电视电话会议”精神和《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》（中发[20xx]7号）、《中共安徽省委安徽省人民政府关于加强青少年体育增强青少年体质的实施意见》（皖发[20xx]12号）精神以及淮教字[20xx]108号文精神，全面实施素质教育，切实推进亿万学生阳光体育运动的广泛开展，保证学生每天一小时体育活动时间，促进学生加强体育锻炼，提高身体素质，经研究，特制定了《大课间体育活动实施方案》。

2. 根据学生的身心发展需要，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，释放学生心理空间，力争展现学生勃发的朝气和昂扬的精神风貌。

1、教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行全面素质的提高功能，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，从实际出发，科学合理的安排大课间的课程计划和内容。

3、全体性原则。师生全员参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。做到班班有项目，人人有活动。

4、实效性原则。大课间活动的目的就是增强学生体质，各校在开展大课间活动时，要充分利用好现有的体育器材，并结合实际，因地制宜，集思广益，自制一些符合本校特色的体

育器材，为学生提供锻炼的条件。同时，要把体育和健康教育结合起来，把传统体育与现代体育结合起来，把大课间活动和亿万学生阳光体育运动结合起来，把体育课、国家体质检测项目和体育课外活动结合起来。使学生养成锻炼身体的良好习惯，从而促进学生身体素质的全面提高。

5、创新型原则。根据我校场的特点，大课间活动适宜开展有利于健康的游戏，器械活动将艺术、体育融为一体。

6、安全性原则。树立安全第一的思想，既要让全体学生都参与到活动中去，又要加强安全管理，确保师生安全，避免任何人身伤害事故的发生。

全体师生

大课间（上午第二三节课间）

组长□xxx

副组长□xxx

组员□xxx

1、制定时间表：

因我校是寄宿制学校，在校时间充裕，根据上级部门指示精神，结合我校实际，制定符合我校实际情况的锻炼时间表，确保在校生每日锻炼时间超过1小时，具体安排如下：早活动：20分钟，大课间：30分钟，课外活动：40分钟。从每班抽出一节体育课分解到各个活动时间段里。

2、优选活动项目：

结合我校实际情况，优选以下活动：

(1) 体操类：广播体操：舞动的青春

(2) 身体素质练习类：如纵跳、原地高抬腿跑、俯卧撑、蛙跳、韧带拉伸、12分钟耐力跑等有氧耐力性活动。

(3) 趣味游戏：如看谁反应快（推手、打手等）、跳方格及乡土民间小游戏等。

(4) 特色活动项目：如跳绳、踢毽、跳皮筋、滚铁环、掷沙包等。

(5) 球类活动项目：篮球、排球、乒乓球、羽毛球等

3、每年开展一次运动会：视学校具体情况开展常规运动会或者趣味运动会。

1、注意有序开展活动，安全第一。班主任必须强调大课间活动纪律与安全，协助指导教师开展活动。

2、各年级活动内容进行轮换，打破年级界限。负责每次大课间活动的指导教师必须提前到位，准备好器材，适时进行安全教育，杜绝伤害事故的发生，开展好活动。

3、各项目活动限在规定的活动区域进行。不得随意改变安排的活动内容。

4、雨天各班由自备活动器具安排室内活动。

5、大课间值日教师负责记录各班的活动情况，协助项目负责人教师处理突发事件。

1、考勤制度

由政教处联合教务处等部门组织值周领导和教师对前勤做操进行每日检查，每月对教师出操情况搞好记录做好统计，学



生参加大课间操体育活动的情况做出评价，并且给予扣分，把此项检查和周流动红旗评选结合起来。

## 2、竞赛制度

每学期开展一次广播操比赛。

## 3、评比制度

把大课间操体育活动作为考核学生的一项内容。不合格者不能评为三好学生。把大课间操体育活动作为评选优秀班集体的重要内容。不达标的班级取消评比资格，对于开展大课间活动有特色的班级，年级，学校将予以奖励。

附表一、大课间时间表：

1、眼保健操05' 20"

2、下楼曲：《运动员进行曲》04' 00"

3、静站集合：《集合号》00' 30"

4、军姿训练一分钟01' 00" 5、广播操：舞动的青春05' 10"

5、班级特色活动:14' 00"

# 开学大课间活动方案策划篇七

## 一、指导思想：

全面贯彻落实《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》、《关于开展全国亿万学生阳光体育冬季长跑活动的通知》精神，动员广大青少年学生积极参加体育

锻炼，通过冬季长跑，磨练青少年学生的意志品质，树立“快乐长跑，健康长跑”的健身理念，培养良好的锻炼习惯和坚韧意志。

## 二、实施时间：

20xx年11月6日至20xx年4月12日

每天上午大课间；下午大课间

## 三、跑操锻炼目标：

每天的大课间跑操时间，以班为单位，进行师生互动跑步，领导监督跑，班主任组织跑、体育老师指挥跑、科任教师参与跑，全体学生整齐跑。全员积极参与，师生一起全程跑步。

跑操过程中能把握好“三个度”。首先是密度，班与班之间保持规定的距离，领操员能控制步幅。排面要整齐、队形紧凑，不松散、不拖沓；其次是力度，在跑操过程中，要做到抬头挺胸，精神饱满，迈步铿锵有力、步调一致，能听到本班整齐的脚步声，响亮的口号声；第三是速度，进退场时的动作要迅速，班级队伍始终在规定的路线行进，跟紧节拍听准节奏，步伐整齐，全班全程要保持匀速。

## 四、具体要求

1、各年级各班排队下楼后，在规定场地上站队（详见附图），前矮后高成4路或6路纵队（根据场地具体而定）。

2、集合整队时间为7分钟，各班及时到达指定位置，上午第二节上课教师不要拖堂，否则会耽搁下楼时间。各班班主任、体育委员要提前整队伍、检查出勤人数、提醒同学做好跑步的准备工作。跑步开始时，所有班级要听学校统一口令同时起动班主任老师，站在队伍前端控制本班速度。小步快频、

步伐整齐、匀速跑进，学生前后保持一臂距离，左右半壁距离，并控制好与前面班级的间距（约5米），口号响亮整齐。

3、严禁以走代跑，遇有跑道堵塞的情况，须以跑步的姿态进行调整，如有临时身体不适、掉鞋带、掉物品等情况，要在不影响他人跑步和自身安全的前提下，出列妥善处理。跑步结束音乐停止后，各班放松走回到原位，再按顺序回教室。跑操结束后，沿原路线返回教室，教室在三楼的班先走，在二楼的次之，在一楼的最后走；同一楼层距离远的先走，距离近的后走。除特殊情况外，跑步时不能带手套、耳套、帽子、围巾、口罩等。

4、各班选4名或6名优秀学生作领跑员位于队伍最前排，班主任位于队伍左侧领跑。

5、根据跑操中发现的问题，领导小组及时做出调整，通知到级部和班级。不得擅自改变行走路线等方案规定的内容。