最新休闲体育活动项目策划书 休闲体育项目策划方案(大全5篇)

范文为教学中作为模范的文章,也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考,也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢?以下是我为大家搜集的优质范文,仅供参考,一起来看看吧

休闲体育活动项目策划书篇一

充分培养学生勇敢、果断、积极进取、不断创新的精神。

单元教学重点、难点:

重点: 双脚起跳, 双脚落地

2. 难点: 摆臂与蹬地协调用力

单元课时安排:

第一课次: 跳台阶和定向传球游戏

第二课次:立定跳远和占领碉堡游戏

第三课次: 单脚起跳双脚落地跳远和夺手帕追拍游戏

第四课次: 蹬踞跳高和看谁投得准游戏

单元教学设计之一: 跳台阶

教材解读:本教材是一项发展学生弹跳能力以及协调、平衡能力的教学内容。

通过练习, 使学生掌握跳上、跳下时两腿同时用力蹬伸的动

作,以及落地是能用前脚掌缓冲着地、保持身体的平稳姿势。

设计理念:抓住双脚用力蹬地起跳,双脚轻巧缓冲着地的动作,采用多种多样组织形式和教法手段,充分利用各种有利条件,进行多样化练习,发展学生的跳跃能力。

目标预设:

积极参与学习双脚连续跳台阶(台阶高20厘米)的动作方法,掌握跳跃方法,坚持课外经常锻炼。

- 2. 发展协调、弹跳素质,促进身心健康成长。
- 3. 通过学习,培养学生独立自强意识和关爱他人,热爱集体的无私精神。

教学重难点:重点:双脚用力蹬地起跳,双脚轻巧缓冲着地,难点:动作的连贯协调

设计意图:准备部分:安排双脚跳绳让学生体会充分蹬起,轻巧落地,从而引导学生进入到主教材。基本部分:学习双脚连续跳上跳下台阶和蛙跳,通过诱导、想像、教师示范、学生练习、学生展示、互练、游戏等来达到课堂学习质量,从而完成教学目标。结束部分:通过游戏:巧放手帕让学生在轻松、愉快的气氛中结束全课.

休闲体育活动项目策划书篇二

1. 随师入场

听"一二一"口令跟随教师入场。

2. 热身运动

师:孩子们,赶快站好队!我们一起来热热身吧!今天我们来做一套有趣的热身操(上肢运动、腹背运动、下蹲运动、跳跃运动、整理运动)

- 二、师幼谈论,帮助小袋鼠解决难题
- 1. 创设情境

师: 今天小袋鼠去放风筝,可是它遇到了一个麻烦,因为周围有小树,小袋鼠的风筝不小心挂到了树枝上,这时,小袋鼠非常难过。

2. 互相讨论

师:怎样才能把风筝拿下来呢?谁来想办法帮帮小袋鼠? (个幼回答)

- 三、观看示范, 学习纵跳触物的要领
- 1. 提出问题

师:刚才大家说了很多种办法,如果没有梯子、木杆这些工具怎么办呢?(跳起来拿树上的风筝)

师:对,在没有任何工具时,小袋鼠可以跳起来拿树上的风筝。

2. 讲解要领

师:接下来我给大家示范一下,要注意看啊!刚才我示范的动作有一个名字,它叫纵跳高处触物,注意,在做这个动作时是有要领的,要不然容易受伤,跳前要蹲下一点,蹲的时候就像坐在小椅子上一样,双脚一起用力向上跳,跳起后手臂要向上伸。(动作要领:膝盖微曲,上半身前倾,双臂自然有力的前后摆动,当双臂摆动到斜前上方时双脚同时起跳。

教师边讲边示范动作)

3. 幼儿练习

师:好啦,现在听口令,在原地练习纵跳高处触物动作。(口令:准备蹲跳,教师巡视,指导幼儿)

四、趣味游戏, 练习单脚连续向前跳

1. 讲解玩法

师:现在我们来玩一个游戏,游戏叫做《摘果实》,三个小朋友为一组进行《摘果实》比赛,在果园的前面有一些小小的障碍,一会儿要背着小篮子单脚连续跳过小水沟、跳过小栅栏到达果园,到果园后摘一个果子放到小篮子里返回,回来后第二个小朋友出发,以此类推。

2. 幼儿游戏

师:大家都准备好了吗?在游戏时注意安全,注意动作要领。

五、放松活动, 收拾整理使用的器械

师:好玩的游戏结束了,请大家将活动的器械整理好吧! (活动自然结束)

休闲体育活动项目策划书篇三

- 1、树立科学的人才观,充分认识体育对强身健体、陶冶情操、 启迪智慧、壮美人生,以及培养团结、合作、坚强、献身和 友爱精神,弘扬民族精神的积极作用。
- 2、开展学校体育传统项目的体育运动,要与体育课教学相结合通过体育教学,教育、引导学生积极参加学校体育传统项目的活动,增强学校体育工作的活力和吸引力。

- 3、与课外体育活动相结合。保证学生在每天能到室外去,保证能有一小时的体育锻炼时间,将学生课外体育活动纳入学校年度教育计划。
- 4、营造良好的舆论氛围。通过多种形式,大力宣传学校体育传统项目活动,广泛传播健康理念,使"健康第一"、"达标争优、强健体魄"、"每天锻炼一小时,健康工作五十年,幸福生活一辈子"等口号家喻户晓,深入人心。建立评比表彰制度,对在学校体育传统项目活动中取得优异成绩班级给予加分,以唤起全体老师对学生体质健康的广泛关注,支持学校体育传统项目活动的开展。
- 5、建立学校体育活动的长效机制,营造人人参与、个个争先的氛围,形成促进青少年健康成长的良好育人环境。通过学校体育活动,保证每名学生至少掌握两项日常锻炼运动技能,养成终身体育锻炼的习惯。
- 6、学校成立田径队、篮球队、乒乓球队兴趣小组。组织学生进行乒乓球的训练,在大课间和体育活动课的时间组织学生开展体育传统项目的活动。力争在全市的乒乓球比赛中取得全市前五名的成绩,争创体育传统项目先进学校。

休闲体育活动项目策划书篇四

市中区实验小学开展的多种形式的跳绳活动成为学校的风景线;薛城实验小学[x三中西校阳光体育锻炼计划详实、组织有序,开展的轰轰烈烈。大部分学校都能定期举办校运动会、体育节,部分学校还能利用课外活动时间举行小型多样的体育竞赛活动,丰富学生校园业余生活。

休闲体育活动项目策划书篇五

1、内容:

- (1)上午大课间活动时间,全体学生在班主任老师组织和管理下进行校园活动,全面推进学校体育传统项目活动的开展和深入。
 - (2) 各年级保证体育课和体育活动课的活动时间。

2、方法:

体育课由专职的体育教师上课,体育活动课由学校安排的辅导老师进行指导。(体育教师巡视指导),学生在教师的指导下学会锻炼的技术与方法,培养学生对学校体育传统项目的乐趣和养成体育锻炼的习惯,并培养学生体育特长,促进学生体质健康和全面发展。

3、分阶段活动安排:

第一阶段: 宣传发动阶段

举行学校体育传统项目活动的启动仪式,号召全体师生参与到学校体育传统项目的运动中来,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,开展各类学生喜爱的`体育活动,组织,帮助,鼓励全体学生都参与到体育活动中来。加强学校体育传统项目训练,搞好学校田径队、篮球队、的日常训练,做到持之以恒,讲究方式方法,灵活多变,参加各类体育运动竞赛,以出色的成绩交出满意的答卷。

第二阶段:组织实施阶段

1、响应号召,以"弘扬奥运精神、学习奥运英雄"为主题, 开展丰富多彩的体育活动,认真组织学生开展学校体育传统项目的训练,积极迎接市镇两级比赛。让学生走进大自然,来到阳光下,走到操场上开展丰富多彩的体育活动,提高学生的锻炼技能,培养学生良好的身体素质。 2、各班成立学校体育传统项目兴趣活动小组,开展学校体育传统项目的活动。各班以年级为单位组织学生开展乒乓球、跑步、踢键子、篮球的竞赛活动。

第三阶段: 评比表彰阶段

总结学校体育传统项目活动的成果,组织新颖活泼的活动,积极锻炼,学会生活。开展学校"阳光班级"、"阳光儿童"评选活动,进一步提升"童趣、活力、健康"氛围,使全体师生确立终身体育的思想,使每位师生活动体育运动的乐趣,提高体育活动的学习能力,促进全体师生的健康发展。

3、要求:

(1) 严格按照国家课改新课程

标准要求,进一步深化课改工作,发扬体育特色学校优势,体现体育学科丰富的育人价值。

(2)积极反思总结,进一步提升学生的身心健康,促进学校体育工作的蓬勃发展。