

最新阳光体育活动安排 阳光体育活动策划 (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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

阳光体育活动安排篇一

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。学校教育要贯彻“一切为了学生，健康第一”的可持续发展的理念，切实加强体育工作，让每一个学生都能感受到运动的快乐，从而丰富校园生活，促进学生身心健康和谐发展。

为贯彻《中共中央国务院关于进一步加强青少年体育增强青少年体质的意见》精神，落实“生命—和谐”教育理念和阳光体育行动，全面实施素质教育，培养德智体等全面发展的人才，积极贯彻“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，以全面实施《学生体质健康标准》、大力推进体育大课间活动为重点，蓬勃开展“阳光体育活动”。将加强学校体育课程建设与提高德育工作实效、促进和谐校园紧密结合，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，进一步推进校园体育文化建设。

(一) 目标

1、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、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、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锻炼。

4、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。

5、丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

（二）原则

1、以人为本，树立“健康第一”、“终身体育”的意识。实施体育育人功能，根据学生的发展需求，有效地设置和开展各项活动，以达到对学生的促德、健体、调智、审美等的教育功能，重视活动过程的教育。

2、关注差异，重视学生个性发展。张扬学生个性，发展学生特长，推动素质教育。

3、增强体质，全面实施《国家学生体质健康标准》。营造人人参与、生气勃勃的校园体育氛围，创造良好的体育锻炼条件，促进师生间、生生间的和谐关系，确实保证《国家学生体质健康标准》有效实施。

4、根据学生的身心发展的规律及特点，以及学校的实际情况，因地制宜，科学合理的安排大课间的课程计划和活动内容。增设集体舞、踏步操等，将艺术、体育融为一体。

1、时间安排

上午7：50—8：05，中午9：35——10：05，任何老师不得挤

占阳光体育活动时间。

2、活动保障

1) 加强领导健全组织机构

具体分工如下：

校长室：宏观调控，并随时督查。

教导处：制定具体实施方案，指导和组织全校“阳光锻炼一小时”活动。

班主任：负责按活动计划实施。

2) 认真学习提高健康意识

以贯彻新课程理念为主旨，组织老师认真学习《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》，认真理解“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，深刻反思自己，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、健康发展的体育观。

3) 全员参与强化过程管理

坚持学生全员参与，学校领导紧密配合，教职工全员协作，建立领导区域推磨巡查、体育教师安排指导、班主任组织实施、年级部检查评比等机制。以保证阳光体育活动的有效开展。

以《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》精神为依据，结合我校现状，现内容安排如下：

午别

项目

内容

时间（分钟）

备注

上午晨间活动

听音乐节奏踏步进场5

儿童广播体操6

冬季改为跑操

听音乐节奏踏步退场2

下午大课间活动

听音乐节奏踏步进场2

儿童广播体操4

校园集体舞2

班级特色项目活动10

整队、放松、退场2

五、场地安排

一、二年级：操场北区

三、四年级：操场南区

五年级：升旗台以北

六年级：升旗台以南

具体位置由体育老师安排，做好标记。

阳光体育活动安排篇二

为贯彻《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，落实阳光体育行动和上海市学生健康促进大会精神，全面实施素质教育，培养德智体等全面发展的人才，以全面实施《学生体质健康标准》、大力推进体育大课间活动为重点，蓬勃开展“阳光体育活动”。将加强学校体育课程建设与提高德育工作实效、促进和谐校园紧密结合，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，进一步推进校园体育文化建设。

(一)目标

- 1、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、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、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锻炼。
- 4、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。

5、丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

(二)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，根据《学校体育工作条例》和《国家学生体质健康标准》规定，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。

1、每天8：00—8：15全校早锻炼(15分钟时间;地点：大操场)

2、每天10：35—10：40眼保操

每天13：35—13：40眼保操(10分钟时间;地点：各班教室)

4、活动保障

(1)加强领导，健全组织机构

具体分工如下：

校长室：宏观调控，并随时督查。

教导处：制定实施方案，指导全校“体育锻炼一小时”活动。

体育组：具体组织实施全校“体育锻炼一小时”活动。

体育教师：具体组织和指导学生体锻

班主任老师：督促学生体锻

(2)认真学习，提高健康意识

以贯彻新课程理念为主旨，组织老师认真学习《中共中央国

务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》和上海市学生健康促进大会精神，认真理解“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，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、健康发展的体育观。

(3) 全员参与，强化过程管理

坚持学生全员参与，学校领导紧密配合，教职工全员协作，建立领导巡查、体育教师组织指导、班主任督促实施、年级组检查评比等机制，以保证体育锻炼活动的有效开展。

四、其它事项

- 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、与小学的活动场所发生冲突时，我校的体锻活动尽量放在走道上。

阳光体育活动安排篇三

根据新课程标准提出的“健康第一”的要求，结合开展“阳光体育活动”的需要，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。

(一) 目标

- 1、改革学校课间操单一做操的模式，提高课间操的锻炼实效，优化课间操的时间、形式、内容和结构，使学生尝试多种健

身的方法并自觉的锻炼。

- 2、根据小学生身心发展规律，积极创新，通过身体练习在强身的同时，健心育智，全面发展。
- 3、发挥其他教师的体育特长，充分利用学校运动场地设备，实现学校教育资源的优化组合。
- 4、全面提升学校师生的综合素质，促进师生和谐发展。

（二）原则

- 1、教育性原则。充分发挥大课间活动对学生进行德育教育的功能，重视活动过程的管理。
- 2、科学性原则。遵循学生身心发展的规律、学生行为习惯养成规律。
- 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。根据现有条件，创新性的组织开展。

组长□xx

副组长□xx

成员□xxx

- 1、体育趣味游戏：跳橡皮筋、跳长短绳、球类游戏、扔沙包、益智游戏、追逐游戏
- 2、跳绳(花样跳)、踢毽子（盘踢、跳踢等）

- 3、棋类活动（军旗、象棋、围棋、五子棋等）
- 4、球类活动（小篮球、小足球、小排球、乒乓球、羽毛球等）
- 5、跑步（走跑交替、耐久跑等）
- 6、拔河
- 7、队列练习、广播操练习

1、全校师生应高度重视，共同参与。各班级必须严格执行并落实大课间活动项目实施方案，确保活动时间与活动质量。

2、各班按照单、双周的《活动安排表》所安排的内容，到指定的活动场地进行活动。各班应仔细阅读（场地划分示意图），明确每天各班活动内容所指定的活动区域，雨天则按《室内活动安排表（雨天表）》在本班教室进行活动。

3、各班原则上必须按规定内容活动。如果在活动中有多余时间或在已熟练掌握规定内容的情况下，各班可以结合本班师生的实际情况，选择一些师生乐于参与，易于进行的简单、安全、文明健康的活动作为补充内容活动。

4、有关活动所需器材。各班每天下午13:30到器材室借器材，并于当天课间活动结束后归还，借还器材必须履行学校器材管理的有关规定。各班应大力宣传，动员学生自带部分器材（如绳、毽、棋等）。

5、在活动中，若需要在活动方法、运动技术上给予指导，班主任可以要求负责本场地的体育教师给予指导。教干必须加强巡视。

6、各班在活动中应加强安全教育。若发现存在安全隐患时，应及时停止活动并汇报当天值日人员。在排除安全隐患后才

能进行活动。

7、各班班主任应按学校规定每天填写（大课间活动情况记载表），对每天活动的内容、情况作简单的记录。

阳光体育活动安排篇四

为了积极倡导“每天锻炼一小时，健康工作五十年”的现代健康理念，同时响应我县中小学生阳光体育运动的广泛开展，培养学生积极主动的体育锻炼的热情。我们决定开展一个阳光体育的计划，让全体老师和学生们都养成积极锻炼身体的良好习惯，提高全体师生的身体健康素质和体育文化素养，推进校园体育文化建设。

一、活动目标

为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95%的学生在本学年学生体质健康标准测试中达到及格以上, 35%的学生达到优秀。

二、活动口号

“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。

三、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，根据《学校体育工作条例》第三章规定，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。

四、活动时间和活动方式

10月份：

- 1、举行阳光体育活动启动仪式。
- 2、全校师生进行感恩手式舞的学习。
- 3、各班利用音乐课、活动课对感恩舞的学习。由音乐老师和班主任组织学习，少总部检查。
- 4、每天早上做完早操后，全体学生接着做感恩手式舞。

11月份上旬：

- 1、利用体育课和活动课，各班进行体操训练及队形队列。
- 2、以班级为单位进行第三套广播体操的比赛。
- 3、每天早上做完早操后，全体学生接着做感恩手式舞。

11月份中旬：

- 1、下午的课外活动时间，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。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。
- 2、各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。
- 3、每天早上做完早操后，全体学生接着做感恩手式舞。

11月份下旬：

- 1、四至六级跳竹竿舞。由班主任配合少总辅导员、音乐老师、体育组织跳竹竿舞。

阳光体育活动安排篇五

每周一到周五上午两节课后9：45——10：15

组长：

副组长：各体育教师

活动教师：各班正副班主任

活动检查：值周教师

器材出借及准备：我们要求每班学生自带器材，鼓励班级根据本班情况进行活动，根据安排活动内容每班可自行选择。需要器材向体育老师领取。

- 1、要求全体教师和学生进行活动，不能活动的人员做好登记，达到全体健身的目的。
- 2、各班学生由正班主任带队。各班按照出操行进路线到达规定场地，进行相应的活动，如班主任有事不在，由副班主任带领学生活动。
- 3、负责教师组织好本班活动，由班长及体育委员到体育室领取自己班的活动器材参加活动，活动结束后点清数量归还器材，办好登记出借手续，损坏要赔偿。
- 4、每个负责老师要清楚学生进行活动的要求和所需要注意的安全问题。如活动场所的安全隐患，班级之间进行活动场地的避让等。
- 5、活动结束后，仍由各班负责教师带队回教室。
- 6、如遇天气不好，各班组织好学生在室内进行活动。如下棋、

做室内操等。近期，我们将打算编一套室内健身操，以便在天气不好的情况下，各班在教室参加健身锻炼。在冬季天冷时，我们还将组织全校性的冬季长跑运动。

7、要求教师有活动内容安排计划（有活动时间、活动人数、组织形式、具体指导活动），有每一次活动记录。

- 1、负责器材老师提前5分钟到体育室。
- 2、准备好负责年级各班所用的器材。
- 3、记录好出借归还器材数量，如有缺少及时与班主任联系。