

大课间活动方案 大课间活动方案参考(模板8篇)

方案是从目的、要求、方式、方法、进度等都部署具体、周密，并有很强可操作性的计划。那么我们该如何写一篇较为完美的方案呢？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。

大课间活动方案篇一

坚持以“健康第一”为指导思想，以确保每位学生每天锻炼一小时为工作主线，认真贯彻执行教育局关于开展“体育、艺术2+1项目”实施意见的精神，本学期我校根据学生健康发展的需要和体育锻炼的需求，结合学校的实际，系统地设计了能切实提高全体学生运动技能和锻炼能力的锻炼内容和方法体系，促使开展大课体育活动进一步规范化、常态化。并以大课间体育为辐射点，推动学校体育及其它工作的不断深化。

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，主动的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。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。

4. 创新型原则。根据我校场地小的特点，大课间活动增创了团体操(校操)和有利于健康的活动内容，将艺术、体育融为一体。

三、组织机构

组长： 高惠娟 副组长： 滕金花

检查协调组： 李芳、张建良、陈艳芳

体育指导： 柏秋香、金艳东、宋菊英、吴蕴雯

成员： 全体任课教师

四、活动形式

我校大课间活动安排在每周的星期一至星期五，上午第一节课后(时间为30分钟左右)的大课间体育活动。采用“先集中——后按项目以班为单位分块活动”相结合的形式，以音乐为背景串联活动全过程，旨在全员参与，体现快乐学习，快乐体育，快乐成长的新理念。

五、实施方法

(一)上午大课间体育活动结构模式及各环节的要求

(二)室外大课间体育活动结构模式与各环节要求晴天见表一，雨天见表二。

六、管理措施

1. 加强宣传，提高认识

充分发挥宣传阵地的作用，大力宣传大课间活动对学生教育意义和健体的作用，使师生达到共识：大课间不仅能提高学生的身体素质，而且可以带动学校的其他工作健康和谐地向前发展。

2. 完善制度，强化管理

为使大课间活动真正的落实到实处，高质量的进行，我校除了在时间和课程计划给予保障以外，还要在制度上为大课间活动给予保障。

七、活动要求

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，并协助体育教师指导活动。

2. 各项目活动限在规定的活动区域进行。

3. 负责值日的行政要认真做好当天记录。

4. 因学校资金有限，体育器材各班让学生自己配备些。

5. 雨天各班自己安排室内活动。

大课间活动方案篇二

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，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. 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、活动地点

学校田径场、篮球场、及校道。

三、活动结构（整个活动过程都在音乐的旋律下进行，历时30分钟）

- 1、出队
- 2、准备部分：广播体操
- 3、基本部分：形式多样的活动项目
- 4、结束部分：放松与归队

四、活动进程。

1、出队（按照行政班集合，在动感音乐下跑步进入操场）

要求：各班体育委员组织本班同学集队，队伍整齐有序，听指挥跑步进场。

2、广播体操要求：播放广播操音乐，做操节奏感强、整齐、有力，表现出良好的精神面貌。

3、形式多样的活动项目

篮球、排球、游戏、毽子、羽毛球、跳绳等。

五、大课间活动安排表

1、活动时间

9：20——9：50（9：20—9：27广播操）

2、活动项目、场地安排

羽毛球：北楼西路道

乒乓球：乒乓台区

绳、毽：南楼小操场

橡皮筋、呼啦圈：田径场

排球：排球场

篮球：篮球场

3、人员安排

1、体育教师负责活动的组织、指导。

2、班主任或留班教师负责本班的活动管理，确保活动安全、有序。

3、各班体育委员负责器材的借还。

大课间活动方案篇三

依据《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》，根据上级有关文件精神，学校将贯彻执行学生“每天锻炼一小时”的标准，并把积极开展好大课间活动作为实施主要途径之一，以此落实“生命——和谐”教育理念和阳光体育行动，把学生培养成为健康智慧全面发展的接班人。

二、目标和原则

（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、让学生有选择的参与、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，主动的掌握健身的方法并自觉锻炼。
- 4、促进师生间、学生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识、集体荣誉感和交往能力。
- 5、丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

（二）原则

- 1、教育性原则。开展大课间活动，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、科学性原则。根据学生的身心发展的规律及特点，以及学

校的实际情况，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，促进师生间、生生间的和谐关系。

4、创造性原则。根据学校场地的特点，科学合理的安排一些活动内容，考虑今后增设一些集体舞、绳操、花样绳操等，将艺术、体育融为一体。

三、组织领导

组长：

副组长：

组员：

四、实施措施

1、时间：每天上午8：40-9：10分，进行大课间体育活动，共安排30分钟的活动时间，教师不得占用活动时间。

2、人员：要求师生全员参与，教师既是活动的组织者、指导者、也是学生的保护着，同时又是活动者。这样既能全面健身，又能融洽师生关系，构建新型的和谐、平等的师生关系。活动结束后，仍由各班主任负责把本班学生带回。

3、器材：以学校体育器材为主，易损器材由学生自备（跳绳、毽子、牛皮筋），活动前后，由班主任带领学生到体育室借还。注意对器材的保护。

4、安全监督：每天活动，由值日领导和值日教师巡查，班主任负责组织实施指导参与活动，并对学生进行安全教育，以

防意外事故发生，如发生伤害事故，及时处理，报校长室。

5、遇雨雪天气安排棋类和室内游戏等。

6、下午如有体育课外活动的班级，活动内容和要求参照上午大课间活动进行。

五、器材管理

负责器材管理的老师记录好每天的出借及归还记录如有缺少及时和班主任联系。

大课间活动方案篇四

红小因为操场、厕所都在校园门外，学生在活动和上厕所时会存在一定的安全隐患。为保证学生安全，特制定本预案。

一、存在的安全隐患：

- 1、学生有可能受到车辆的伤害。
- 2、学生在操场活动或上厕所可能会摔伤碰伤。
- 3、有可能受到针对学生的暴力伤害。

二、应对措施：

- 1、利用校会、班会强调活动范围。前到厕所，后不能过院墙，躲开左右车辆可能出现的胡同。必须在教师的视线范围内活动。值周教师督导，班主任、任课教师参与管理，学校安保主任和负责人检查。
- 2、教育学生在操场活动和外出上厕所要注意躲避车辆。
- 3、课间文明游戏，文明使用厕所，不推搡、拥挤，避免摔伤。

- 4、各班同学上厕所和活动要结伴。
- 5、各班选出安全监督员3名，设组长，负责协助老师检查本班安全。
- 6、值周教师在课间应与学生一起活动，对学生安全负责。
- 7、课上学生安全由任课教师负全责。

三、意外事故的处理：

- 1、如出现重大安全事故，马上向中心小学张校长汇报。
- 2、班主任及时联系意外学生家长，在家长到来之前安抚学生。
- 3、成立事故处理小组，孟宪雷陈福军赵景山负责积极安排医疗救治相关事宜，如联系卫生所、调拨车辆、拨打急救电话。
- 4、警惕暴力事件。一旦发生针对学生的暴力伤害事件，村小全体教师有责任抵制暴力、立即制止伤害，使学生受到保护。并联合护校人员、以及附近家长和各种社会力量和拨打110报警电话彻底平息暴力。

大课间活动方案篇五

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。

三、活动原则：

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。

四、活动对象：全体师生

五、活动时间：大课间（上午第二三节课间）

六、领导小组：组长：肖振宏

副组长：葛吉丁王仕康刘荣会

组员：吴星张锐王文汉董鸿翔史飞李海波

七、活动内容：

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。

八、活动要求：

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。

九、管理措施：

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。

大课间活动方案篇六

1、开展阳光体育运动，增强体质。

2、调节学习，愉悦心情，加强伙伴间合作交流。

3、激发拼搏斗志，弘扬奋进精神。

二、活动方式

年级组一起，师生互动。

三、活动地点

1、二年级，南面教室前水泥空地及游乐滑梯场所。

2、三、四年级，排球场、环形跑道和乒乓球场。

3、五、六年级，篮球场和直跑道北段。

四、活动时间

集中活动时间为在校期间每天8：30——9：00，其他课余时间自行活动。

五、活动指导

1、二年级，。

2、三、四年级。

3、五、六年级。

4、总负责。

六、活动项目

根据场地特点及个人兴趣，可选择体操、游戏、跳绳、毽子、实心球、板羽球、羽毛球、跑步、乒乓球、篮球、排球、足

球等项目，也可自主确定，如抓子、跳方、象棋、橡皮筋、悠悠球等。

七、活动实施

1、广播体操为必备且首要项目，全体学生于羽毛球场锻炼。

2、为确保活动质量，便于集中管理，每年级组每周确定2个活动项目，不建议每天变换不同的花样。

3、负责教师全程参与指导锻炼，监督秩序和保障安全，并做好当周活动记录。

4、遇雨雪天气，活动可取消。

5、如活动中发生意外，应及时送往医疗室，并通知家长。

八、活动评价

学期结束，评选出单项“优秀学生”5名和综合“先进班级”1个。

大课间活动方案篇七

1、开展阳光体育运动，增强体质。

2、调节学习，愉悦心情，加强伙伴间合作交流。

3、激发拼搏斗志，弘扬奋进精神。

二、活动方式

年级组一起，师生互动。

三、活动地点

- 1、二年级，南面教室前水泥空地及游乐滑梯场所。
- 2、三、四年级，排球场、环形跑道和乒乓球场。
- 3、五、六年级，篮球场和直跑道北段。

四、活动时间

集中活动时间为在校期间每天8：30——9：00，其他课余时间自行活动。

五、活动指导

- 1、二年级，。
- 2、三、四年级。
- 3、五、六年级。
- 4、总负责。

六、活动项目

根据场地特点及个人兴趣，可选择体操、游戏、跳绳、毽子、实心球、板羽球、羽毛球、跑步、乒乓球、篮球、排球、足球等项目，也可自主确定，如抓子、跳方、象棋、橡皮筋、悠悠球等。

七、活动实施

- 1、广播体操为必备且首要项目，全体学生于羽毛球场锻炼。
- 2、为确保活动质量，便于集中管理，每年级组每周确定2个活动项目，不建议每天变换不同的花样。

3、负责教师全程参与指导锻炼，监督秩序和保障安全，并做好当周活动记录。

4、遇雨雪天气，活动可取消。

5、如活动中发生意外，应及时送往医疗室，并通知家长。

八、活动评价

学期结束，评选出单项“优秀学生”5名和综合“先进班级”1个。

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](#)

大课间活动方案篇八

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。