

# 学校大课间雨天活动方案(汇总5篇)

为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。通过制定方案，我们可以有计划地推进工作，逐步实现目标，提高工作效率和质量。以下是我给大家收集整理方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 学校大课间雨天活动方案篇一

### 一、活动目的：

为进一步规范学校广播操，丰富校园文化生活，培养、规范学生良好的行为习惯，增强学生体质，树立学校的形象，特举办20xx年度春季课间操比赛。

### 二、参赛范围：

1—5年级各班全体学生。

### 三、比赛时间：

20xx年4月27日下午

### 四、比赛地点：

学校操场（具体要求另行安排）

### 五、具体程序：

（1）比赛前，提前在预备区整队等候入场。

（2）比赛时，各班成两列纵队带入规定场地，体育委员整队等候。

(3) 听到《共青团团歌》，进行四面转法展示。

(4) 《七彩阳光》

(5) 集合，退场。

(6) 宣布成绩。

六、比赛顺序：

比赛顺序为一年级、二年级、三年级、四年级、五年级。

## 学校大课间雨天活动方案篇二

为认真贯彻全国体育工作会议精神，切实推进“阳光体育运动”，确保学生每天一小时体育活动精神，丰富学生课余生活，提高体育活动质量，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。促进学生身心健康和谐发展。以大课间活动为辐射点，体现良好的校风、校纪和学生良好的精神面貌，带动校园文化的建设，激发学生运动兴趣，使学生真正体会到“我运动，我快乐，我健康”。

### 二、活动主题与口号

主题：阳光、运动、健康

口号：我运动、我快乐、我健康

### 三、组织机构

#### 1、领导小组

组长：

副组长：

成员：

2、活动协调组：

组长：

副组长：

成员：

#### 四、实施原则

##### 1、全体参与原则

师生全员参加，充分发挥大家锻炼的积极性和创造性，互相激励，做到人人锻炼，能够满足不同特长、不同兴趣、不同层次学生的发展需要，促进小学生身体健康、心理素质全面提高，形成在普及与提高基础上的良性发展局面。

##### 2、安全第一原则

严格器材管理，落实安全职责。既要让全体学生都参与到活动中去，也要加强安全管理，制定出必要的安全制度。高度重视，以预防为主，做到器材保护与人员保护相结合，避免事故的发生。对于一些身体情况特殊学生的学生，要给予特别的关心，锻炼强度要适中，以免引起身体不适。

##### 3、科学性原则

遵循学生身心发展的规律，遵循运动负荷的变化规律，符合小学生身心发展特点，根据季节的变化，合理地恰当地安排

大课间活动内容及活动量，保证时间的同时也不超时，符合人体运动的变化规律，不影响下一节课的正常学习。

#### 4、教育性原则。

大课间活动是一项集体活动，需要学生之间的互帮互助、互谅互爱，团结协作、要注重培养学生的集体主义精神、团队精神、爱国主义精神和竞争意识，寓学于乐、寓练于乐。

#### 5、创造性原则

经常进行同样的活动，学生会厌烦，会失去兴趣，其锻炼价值也会降低。只有不断地翻新，不断地发展，活动才会有生命力。因此教师要引导和培养学生的创新意识和创新能力，让学生自编自创各种趣味体育活动，集思广益，自制器材，让大课间活动时时有趣，常常新鲜。

#### 6、愉悦性原则

选择健康的游戏，集体舞，踢毽子，跳绳，拍球等有趣的活  
动，将艺术、体育、特色创建，融为一体。让学生在欢快优美的乐曲声中，轻松地节拍中，自由地活动，把健身寓于快乐之中，成为一种享受。

#### 7、实效性原则

能否满足少年儿童生长发育的需要，能否达到增强学生体质的目的是开展活动的关键。活动的开展不能留于形式，更要讲究实效，最后的评价应放在学生素质的提高上。

### 五、活动目标

开展阳光体育运动要以“达标争优、强健体魄”为目标，促进学校全面实施《国家学生体质健康标准》确保全体学生能

做到每天锻炼一小时，达到《国家学生体质健康标准》及格等级以上。学生的耐力、力量、柔韧等体能素质明显提高，肥胖和近视的发生率明显下降，使学生养成良好的体育锻炼习惯和健康的生活方式，逐步形成热爱体育、崇尚运动、健康向上的良好风气和珍视健康、重视体育的浓厚氛围。

1、优化大课间活动的时间、空间、形式、内容和结构，使学生乐于参与，主动掌握健身的方法并自觉的锻炼。

2、根据学生身心发展的需要，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、通过大课间活动，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”落到实处，全面提高学校师生的综合素质。

4、通过大课间活动，促进师生间，学生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力，丰富校园生活，营造积极向上的学风。

## 六、活动内容

(一) 大课间活动时间为校园小学生多，采用广播操、武术操、绳操、集体跳绳、大型集体舞、独轮车、自选体育活动相结合的形式，以音乐为背景串联活动全过程。各班级以班级为单位参加大课间活动，班主任要组织好学生有序地参加各项活动。

(二) 遇雨、雪等异常天气，由各班自行安排学生在教室内上写字课。

## 七、活动流程

大课间活动：（1）学生有序入场：播音响起：老师们、同学们，大课间活动开始啦！让我们高兴地走出教室，到操场上去拥抱阳光，放飞心情吧！《课间十分钟》歌曲响起，教师带领学生到指定场所站队。（2）到达操场指定位置伴随音乐旋律做广播体操和武术操。（3）自选体育活动：大型集体舞结束后各班根据学校统一安排，在指定区域进行自选体育活动。（5）音乐结束整个大课间活动结束，有序地离开活动场地。

## 八、实施方法

### （一）明确职责

大课间活动管理与组织者是校长室、教导处、班主任和体育教师，实行分块责任制管理。

1、领导负责制：大课间活动实行校长负责制。学校大课间活动由校长具体负责，所有挂段领导到操场亲自参与大课间活动，组织、指挥大课间活动的全过程，了解活动情况检查活动质量，发现问题及时解决，提高师生对大课间活动的重视程度。

2、班主任负责制：班主任要教育和鼓励全班学生积极参与大课间活动，增强学生的集体荣誉感。所有老师要每天参与班级的大课间活动，及时检查、了解、监督、管理本班大课间活动情况，发现问题及时处理，保证大课间活动质量，同时负责活动安全工作。

3、配班老师负责制：配合班主任组织本班学生活动锻炼，加强安全监管；

4、体育老师负责制：体育老师具体负责大课间活动的组织和实施。负责所在年级活动场所及校大课间活动音乐播放，引导全体教师积极参与大课间活动，负责指挥和示范，协助班

主任工作，确保学生活动的安全。

## （二）检查评比

为了保证大课间活动质量，学校将组织总值勤和体育老师进行不定期检查，实行量化评分，考评结果列入班级及年段文明奖内容之一。

## （三）成果展示

学校将于每年学校体育节全面检验大课间活动的开展质量。

## （四）活动要求

- 1、注意有序开展活动，安全第一。校领导、班主任及科任教师必须强调大课间活动纪律与安全，并协助体育教师指导学生安全活动，禁止学生进行有危险性活动，穿适合运动服装和运动鞋。
- 2、各项目活动必须在规定的活动区域进行，各班学生必须在指定活动范围内活动，防止出现学生乱串、乱跑的混乱现象。
- 3、负责日常管理值班的领导、值日教师和执勤教师要认真做好当天记录。
- 4、所有负责老师和全体班主任要及时到位进行现场指导，督促学生安全活动。

## 九、活动保障

### 1、认真学习，转变观念，达成共识

以贯彻落实《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》为主旨，组织老师认真学习市教育局的关于学校大课间活动文件精神，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、健康发展的体育工作观。

## 2、加强领导，保证时间，形成制度

以将快乐体育、趣味体育引入体育活动为主旨，强化活动的领导与管理，在活动的内容与形式、过程与评价上形成有效管理，充分挖掘校内外各种体育课程资源，不断丰富和发展活动的内涵，不断提升活动水平。制定安全应急预案，确保学生安全。

## 3、自选项目，备好器材，人人运动。

(1) 自选项目，要求每班每统一选择一项。

(2) 备好器材：每生要自备短绳、毽子及其他自己喜欢活动器材（危险活动器材除外），班级可自备长绳、短绳、橡皮筋等，学生视实际情况给各班配备一些活动器材。要求人人在运动，不在当观众。

## 4、全员参与，注重评价，强化激励

坚持学生全员参与，学校党政工团紧密配合，教职工全员协作，突出活动的评价作用，对先进班级和个人予以适时激励，并将各种评价资料存档，作为学期考核评价的一项重要内容，纳入领导、班主任、老师、学生系列考评中，以保证学校体育大课间活动的有效开展。

# 学校大课间雨天活动方案篇三

指导思想：



为认真贯彻全国体育工作会议精神，切实推进“阳光体育运动”，确保学生每天一小时体育锻炼时间的精神，以“健康第一”为理念引领，以“每天锻炼一小时、健康工作五十年、幸福生活一辈子”为宗旨，引导和鼓励学生积极参加文明、健康、活泼的课外文体活动，训练特长，培养学生自主参加体育锻炼的良好习惯，同时深化学校的班级文化建设，进一步规范学校教育教学行为，减轻学生的课业负担，促进学生全面发展和健康成长，努力构建文明校园、活力校园、和谐校园。我校通过认真学习有关文件精神，设计了以下大课间活动方案。

## 一、活动时间

周一至周五上午9：00～9：30

## 二、场地安排

### 1、集中区域：

一、三年级：1号楼前的操场；四、五年级：南楼前空地和过道；二、六年级：篮球场

### 2、活动区域

[晴天]

[雨天]

各班教室内。

## 三、活动安排

[晴天]

每日上午9：00，踏步进场3分钟，做广播操5分钟，跳集体舞

《小白船》3分钟，休整、自由活动20分钟。

[雨天]

学生开展室内体育类游戏（项目见方案中推荐的，自由选择，老师监督指导开展）。

#### 四、活动内容

[晴天]

一、二年级：轻物投掷、跳绳、踢毽子及自选游戏项目。

三、四年级：跳绳、踢毽子、呼啦圈、丢沙包、排球、跳皮筋及自选游戏项目。

[雨天]

由体育组设计安排一些适合学生活动的室内游戏项目，各班自己选择游戏进行活动

1、扳手腕：两人在课桌的两侧面对面坐好，双方用右手互握，肘部顶在桌面上，相距约20cm，前臂保持竖直，左手可抵住课桌底板或抓住课桌的脚以固定身体。发令后，双方用力将对方手腕往左下扳压，直至将对方手背压在桌面上为胜。

2、乒乓球打靶：将教室中间前面的两行课桌搬开，空出一块位置做游戏，在这空位置上，离讲台3—4m处，放一张课桌作为投掷线。学生按座位纵行分队，各队第一人拿一个乒乓球站在投掷线后。在讲台上，成一横排竖立放6个饮料瓶。游戏开始，学生站在投掷线后用乒乓球瞄准饮料瓶投掷，将饮料瓶打倒者得1分。掷完后，将球捡起交给第二人再做，直至全队做完为止。得分多的队为胜。

3、拦击导弹：选出4人各拿一个乒乓球拍，站在黑板前，作为“防空部队”，其他人拿15—20个乒乓球当作“地对地导弹”。游戏开始，拿乒乓球的学生用乒乓球掷击黑板，而拿球拍的学生则用球拍进行拦击，如拦击住了，则是“导弹被击毁了”，如让乒乓球漏过去击中黑板，则是“导弹击中了目标”。游戏一轮之后，再换4个人防守。击下“导弹”多者为胜。

4、接后语：学生坐在座位上，由第一行第一个学生随便说一个词汇，例如“今天”，接着第二个学生以第一个学生所说词汇的后一个字打头，又组成一个词汇，例如，“天气”依此法一直往下传，“气候”，“候补”，“补救”等，一直到某一学生组不成词汇为止，罚该学生表演一个节目后，又由该学生重新起头再做。

5、传口令：学生坐在座位上，按座位纵行组成队，游戏开始，各队第一人到教师那里接受秘密口令后，回到自己座位上坐好。教师发令后，各队将口令一个接一个轻声地往后传，最后一人听到口令后，立即用纸条写下来，跑到前面交给教师，以先送到而又没传错的队为胜。

6、猜猜他是谁：全班学生按座位分成四组，每组选一个猜者蒙上眼睛站在本组前面。游戏开始，大家边唱“小猫小狗小刺猬，请你猜猜他是谁？”边拍手和本组同学任意调换座位，唱两遍后坐好，猜者走想本组去摸座位上的任何一人，猜猜他是谁，猜对了就与被猜者互换角色，没猜对的可再猜两次，三次没猜对就给大家表演一个节目，然后互换猜者。

7、指部位：甲乙两人面对面坐好，甲用一手按住自己的鼻子，另一前举，被乙的.同侧手握住；乙轻轻在甲掌心击一下的同时，喊出头部器官的名称（如6眼睛、鼻子、耳朵等），甲则迅速用手指指到该部位。指对了，双手互换角色；指错了，不交换。

8、传球比赛：以座位纵向排列为组，每组准备一个球（篮球、足球或排球），全班同学坐在原位。游戏时，听到发令后每组第一人将球从头顶传给后面第二人，依次传递，直到每组最后一人，看哪一组快。同样也用转身向后传的方法进行游戏比赛。

9、织布机：游戏者两人一组，分成若干组。分别站在课桌之间，两人面对站立，手拉手，一人全蹲，另一人站立。蹲者迅速站立，站立者迅速下蹲，形成一蹲一起有节奏的起伏。在规定时间内，哪一组蹲起的次数多，哪一组为优胜。

10、添鼻子：学生坐在座位上，按座位纵行分队。游戏前，在黑板上画几个没有鼻子的人头像。各队派一人站在离黑板上的人头像前约3m处，拿一支粉笔，蒙上眼睛，教师发令后，各自走向自己面向的人头像，用粉笔将鼻子添上，然后教师进行评比，比哪个队添得准确，并进行评分。接着各队第二人再做，最后得分多的队为胜。

## 五、比赛

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](#)

# 学校大课间雨天活动方案篇四

身心健康是现代人素质的重要方面和人的全面发展的重要标志，世界卫生组织倡导的经济发展、生活富裕、生态良好的现代文明小康社会、现代文明城市已成为一项国际性运动。我校提出了20xx年创建“健康促进学校”的发展目标，这既是深化教育改革、推进素质教育的需要，同时也是丰富学校内涵、提升学校品位的需要。为了促进教师和学生的身心健康，优化育人环境，营造和谐健康的校园氛围，全面实施素质教育，特制定本实施方案。

## 一、工作目标

- 1、围绕“学校教育要树立健康第一的指导思想”开展工作，增强师生的健康意识，提高全体师生的健康素质。
- 2、以家庭生活、心理教育和青春期健康教育作为切入点，通过宣传、调查、听讲座、设计方案等形式促进健康理念的形 成，充分开发师生的健康潜能，培养师生健壮的体魄和良好的心理素质，师生共同健康地学习、工作、生活和发展，创建人际关系和谐健康、具有良好健康服务质量的 健康促进学校。

## 二、主要任务

- 1、逐步完善学校健康政策：在原有政策的基础上进行修改、完善，使学校的办学理念融会有学校健康政策，所有的文件法规都能体现健康思想。逐步建立保护师生身心健康的行为规范、处罚条例、安全制度、体育卫生工作条例、环境保护条例、有关学生饮食与营养的规定，学校禁烟、禁酒和使用非法精神药物的规定、学校急救和突发事件处理措施，健康检查和预防控制常见病方面的相关政策。
- 2、逐步改善学校的物质环境，为师生提供一个安全、满意和

愉快的生活和工作环境。利用现有的设施或新建、改建健康教育宣传场所，创建优美的校园环境和教学场地、社区环境、心理咨询室，保证学校运动场的设备、建筑物、花草树木和其它设备的安全，保证足够的卫生设备和水、营养餐供应，全力改善和保障学生的学习环境和老师的教学环境、就餐环境。

5、普及个人健康技能，提供健康服务，举办健康活动：通过正式和非正式的课程，普及师生及家长所需的各种健康知识和技能，学校为师生提供直接全面的健康服务，担负起师生保健的责任，开展各种活动提高师生的身体素质和心理健康素质，如运动会、艺术节、篮球赛、科技节，举办生动有趣的游戏、活动、比赛，举办各种形式的师生心理、健康咨询活动等。

### 三、具体措施

#### 1、做好创建健康促进学校的宣传发动工作。

组织师生认真学习“健康促进学校”有关理论、评价标准，使创建工作成为师生的自觉行动。组织召开创建“健康促进学校”活动启动仪式，并分别利用校园网、主题班会、教工政治学习、升旗仪式等形式组织师生学习创建活动的内容、标准和要求。利用横幅、橱窗、班级板报宣传相关内容，让师生明确开展“健康促进学校”活动决不是一项走过场的活动，而是涉及各位师生本人、家庭、社会并有共同效应的活动，是提高自身素质、民族素质的利民之举，从而激发师生自觉投入活动，提高全体师生对创建工作的认识，增强积极开展创建工作的自觉性。

#### 2、将“健康促进学校”的理念渗透到教师的师德教育活动中。

在教师中广泛开展以“做学生喜欢的教师、教学生喜欢的学

科”为主题的师德教育活动，积极倡导教与学的和谐、师生关系的和谐、学校与家庭、学校与社会多方位的和谐。组织开展符合促进教师身心健康的丰富多彩的活动，及时调整教师工作的心态，引导每个教师满腔热情的投入工作，倡导依法治教、廉洁从教、文明执教，自觉执行教学纪律，严格执行“三表”。

### 3、采取多项措施，提高校园清洁工作的质量。

进一步落实校园、教室、教师办公室的卫生包干制度，提高清洁工作质量，做到各班教室和卫生包干区每天三次打扫，每月一次大扫除，教师办公室每月一次检查；清洁工人及时清运垃圾，随时保持校园干净整洁。同时要教育学生改正随地乱丢垃圾等不良行为，加强教室、清洁区卫生、个人卫生检查评比力度，将检查结果与班级常规管理评比挂钩。

### 4、进一步落实《学校卫生工作条例》。

要定期对教室、功能室、办公室等场所进行消毒，对食堂要加大卫生检查力度，对食品卫生的把关要严格，对食堂工作人员要定期体检和进行卫生知识培训；对师生的饮水卫生要监控；多渠道对师生开展卫生知识宣传工作，帮助师生掌握必需的卫生健康技能。

### 5、关心师生健康。

定期组织教师和学生体检，做好体检服务工作，建立师生健康档案。举办健康知识普及讲座，编印健康小报，不断提高师生的健康知识水平。对于师生的常见疾病，如咽喉病、近视眼等，采取措施积极预防，并配合有关部门开展治疗工作。

### 6、制定传染病爆发和集体中毒事件应急预案。

发现传染病传染及中毒事件及时向教育主管部门上报，并按

照应急预案要求采取应对措施，始终把师生的健康放在工作的第一位。

7、进一步落实《学校体育工作条例》。建设完善的体育与健康设施，要定期对学校所有的体育与健康设施以及运动场所进行安全检查，确保师生活动安全；逐步建设完善体育与健康设施，定时向师生开放。定期组织年级、班级间的体育比赛。建立教工活动俱乐部，利用业余时间开展丰富多彩的体育与健康活动，力争使全校师生都有较为强健的体魄。

8、注重师生心理健康，建立和谐健康的师生关系。

继续做好心理健康教育课题实验研究、心理咨询与个案辅导工作，办好“紫薇小语”心理咨询室。校园文化要凸现和谐健康特色，加强师生的感情交流，营造和谐健康的人际关系氛围。

9、建设良好的校园环境，全面提高健康服务质量。

整体规划和开展校园物质环境建设，把校园建设成安全、满意、愉快的、绿色环保、可持续发展的美丽家园；学校各部门在制定计划，开展工作时，要确立“以人为本”、“以人的健康为本”的观念，端正服务态度，确保师生人人都能享受到良好的安全与健康服务，全面提高健康服务质量。

10、把健康教育贯穿在教育教学活动之中。

开展多种形式的群体活动，在学科教学、班级、团队活动和班主任等工作中渗透健康教育。教务处要加强对学生健康教育课的指导，既将学生健康教育内容纳入课堂教学计划之中，并做到有计划、有教案、有考核；又将其有机的结合到平时的学科教育教学活动之中，形成时时处处渗透“健康促进”的氛围。



11、加强对师生的安全教育，不断提高安全、自护意识。重点抓好校园安全工作，保证学校设施设备的安全、学生活动、游戏的安全。同时教育师生注意校外人身、交通等安全，使健康促进学校渗透到学校各项工作中。

12、加强与社区、学生家庭间的联系。

在学校教育教学活动中注意家庭和社区的参与，建立与家长经常性的互相反馈信息以及与社区定期联系的制度，充分利用社区的人力、物力资源，为师生提供足够的基本健康服务。

#### 四、保障机制

##### 1、组织保障。

成立创建健康促进学校工作领导小组

组长：方海宁，全面负责“健康促进学校”创建工作。

副组长：王雁飞王七林蒋惠芬，具体负责相关部门的创建工作。

领导小组下设四个分组：

经费与物质保障组：

组长：方海宁 副组长：金建新

组员：张卫陈杰钱忠芳吴琳

师德建设及社区联系组：

组长：王雁飞 副组长：韩永强

组员：顾勤良冯悦梅周伟沈斌孙敏玉（社区）等

学科教学组：

组长：王七林 副组长：政觉清

组员：陆红亚 屠雪芳 陈晓桦 冯悦梅 顾群燕 沈斌

宣传教育及家校联系组：

组长：蒋惠芬 副组长：张雪志

组员：张洪娇 陆丽君 周伟吉 文华（家长） 沈向阳（家长） 杨远政（家长）

2、制度保障。学校以国家制定的学校体育、卫生工作条例和上级相关文件精神为依据开展各项工作，制定相关工作制度，并把创建健康促进学校工作纳入学校工作计划。

各处室要根据《江苏省健康促进学校评价标准》，按照《健康促进学校章程》和本方案要求，制定具体实施细则，切实贯彻落实好各项工作。

教务处要组织指导学科组及教师个人制定的工作计划要充分体现健康促进学校的理念，并有切实可行的具体实施内容。德育处要指导班主任组织学生按照学校创建健康促进学校要求去开展各项班级工作。

3、物质保障。总务处负责创建健康促进学校的物质保障工作，为师生开展活动提供必要的经费、设施等保障，做好各项活动的服务工作。

## 五、实施迎检和总结阶段

### 1、实施阶段

#### （1）宣传发动阶段

召开师生动员大会，采取多种形式广泛宣传创建健康促进学校的目的、意义，强化健康意识，使全体师生充分认识创建健康促进学校重要性和紧迫性，提高参与创建工作的积极性和自觉性。组织创建“健康促进学校”业务培训。

## （2）创建实施阶段

各处室按照创建健康促进学校工作目标及职责分工，落实创建健康促进学校的各项工作。按照《江苏省健康促进学校评价标准》做好相关资料整理工作，接受“健康促进学校”领导小组督导检查，并以督导检查为依据，调整和加强各项工作。

## （3）达标迎检阶段

各处室严格按照《江苏省健康促进学校评价标准》进行自查、整改，将相关材料按要求整理，学校创建健康促进学校领导小组进行检查，接受健康促进学校领导小组办公室进行考核验收，迎接省级验收评估。

## 2、总结评估阶段

对创建健康促进学校的工作进行全面总结评估，总结创建工作的经验，提出今后工作目标和努力方向。

## 学校大课间雨天活动方案篇五

为了确保活动安全顺利进行，时常需要预先制定活动方案，活动方案是阐明活动时间，地点，目的，预期效果，预算及活动方法等的书面计划。你知道什么样的活动方案才能切实地帮助到我们吗？以下是小编为大家收集的实验小学大课间的学生体育活动策划方案，仅供参考，希望能够帮助到大家。

### 一、指导思想

以“健康第一”为指导思想，结合国家体质测试的要求，根据本校的实际与学生健康发展的需要，在体育大课间活动中结合《国家体质测试健康标准》系统地设计了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，保证学生每天一小时体育锻炼时间。促使学生积极地参与体育活动中来，进而增强学生的体质，培养良好的心理素质和体育活动的兴趣与爱好，形成坚持锻炼的习惯和终身体育意识。

## 二、活动目标

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”的思想落到实处。

2、大课间体育活动根据小学生身心发展规律，集合国家体质测试要求，切实提高学生身体素质，使学生全面发展。

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、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。全面提升学校师生的综合素质，促进师生和谐发展。

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。

## 三、活动流程和内容

### （一）晴天室外活动

#### 1、集合做操（10分钟）

（1）第一节课下课铃声响后，各班马上出教室排队。排好队伍后伴随着音乐的进行由班主任或带班老师带队，整齐有序

的从指定通道排队到操场。到了操场以后迅速按点站好位置并且原地踏步走。

(2) 《七彩阳光》音乐响起，集体做广播操。（负责人：班主任、带班老师）

## 2、集体活动（12分钟）

由体育老师统一组织每个年级段进行活动，班主任或带班老师协助体育老师帮忙管理。（负责人：体育老师、班主任、带班老师）

## 3、自由活动（10分钟）

由班主任或带班老师在各班活动场地组织学生开展各种各类的体育活动。（跳长绳、篮球、做游戏）等等。（负责人：班主任、带班老师）

## （二）雨天室内活动

### 1、室内操

第一节下课铃声响后，班主任老师组织学生在教师做室内操，共两遍。体育老师进行巡查。（负责人：班主任、带班老师）

### 2、室内游戏

班主任或带班老师组织学生在教师开展室内游戏。（七巧板、棋类游戏、24点计算、玩魔方）等等。（负责人：班主任、带班老师）

## 四、活动要求：

1、体育老师，负责班级活动场地及进退场的安排；以及器材的分发工作. 负责指导学生练习的动作技术。

- 2、班主任和带班老师组织本班学生按时、按要求出操和进行大课间活动；协助体育教师工作，正确引导并以身作则，参与活动；大课间结束，及时组织学生收拾清点器材，集合整队回教室。
- 3、负责检查的大队部干部要认真做好各班考勤检查。
- 4、各班要加强活动组织，注意有序开展活动，安全第一。班主任要强调大课间活动纪律与安全，并跟班指导学生活动。
- 5、各班应提前做好活动器材或及时领取器材，数量要足够。教师应指导学生开展内容丰富、形式多样的活动，并积极参与到学生活动中，与学生同娱同乐。
- 6、雨雪天气学生在教室内做室内操并开展棋类等智力性活动。