

2023年大课间活动流程方案及内容(大全7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。方案的格式和要求是什么样的呢？以下是小编给大家介绍的方案范文的相关内容，希望对大家有所帮助。

大课间活动流程方案及内容篇一

为进一步贯彻实施《中共中央关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》，落实县教育局开展大课间行为艺术指导精神，确保学生30分钟的大课间活动和在校体育锻炼每天不少于一小时，推进学生身体素质健康发展，现就我校扎实开展大课间活动提出如下方案：

一、大课间活动开展的意义

深入贯彻落实教育部开展“体育艺术2+1项目”和县教育局大课间活动艺术指示精神，保证学生每天不低于一小时体育锻炼时间，丰富学生课余生活，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，形成坚持锻炼的习惯和终身体育意识，带动校园文化的建设，促进学校教育教学和学生素质全面发展。

大课间文体活动是以张扬学生个性，激发学生兴趣为前提，在老师的指导下，学生有序参加的课间活动，达到强身健体，全面提升学生综合素质的目的。活动形式主要包括：广播操、跳绳、踢毽子、跳皮筋、田径项目、集体舞、球类、棋类、书法、音乐、绘画等，还包括师生自创的文体活动形式，只要是能体现学生浓厚兴趣，能激发学生积极参与，且有益于学生身心健康，具备安全保障的文体活动均可列入大课间活动内容。

二、活动目标

(1)开展大课间活动，优化课间操的时间、空间、形式、内容和结构，使学生乐于参加，主动掌握健身的方法并自觉锻炼。

(2)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“阳光运动”落在实处。

(3)在大课间活动中，让学生选择自己喜爱的运动项目，并积极主动地参与到活动中来。

(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。

(5)通过大课间活动，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

三、活动原则

1、教育性原则

2、全员参与原则

3、安全第一原则

4、因地制宜原则

5、科学性原则

6、创新型原则

四、领导组成

组长：张新伟

副组长：王军展智洪钦

成员：各年级段长、全体班主任和体育课教师

五、场地划分

七年级：主教学楼前，从最东边文化墙往西，依次为7.1班、7.2班、7.3班、7.4班。

八年级：操场，按指定位置站队，面向东。

九年级：新教学楼西部，9.1班在北面，9.2班在南面，面向南。

六、活动时间及方式安：

每周一至周五上午、下午第二节后进行，活动时间为30分钟。

活动分两个阶段，第一阶段为广播操，第二阶段为各班自行组织的体育活动。

七、活动内容：

(一)广播操：

1. 学生入场：

第二节下课铃响后，各班主任敦促本班学生迅速、有序到达指定位置，在保证安全的前提下，做到快、静、齐。

2. 做操：

(1)各班主任必须到场参与。

(2)各班指派一位广播操做得好的学生在队伍前面领操。

(3) 要求做操过程中不准有其他无关言行，发现情况，班主任要及时制止。全体学生要精神饱满、节奏准确、动作干净利索。

(4) 做操完毕须听到解散口令后方能自由活动。

(二) 自由活动：

1. 由各班主任组织本班学生开展体育活动。

2. 活动内容结合学校安排计划和本班学生的兴趣爱好有针对性地进行。

3. 体育委员和各小组组长要在活动中起到组织指挥的骨干作用，同时做好活动安全工作。

4. 活动器械由学校提供一部分，学生自制一部分，各班主任结合本班情况添置一部分。

八、对大课间活动的监督和检查：

各班大课间活动接受值周班级和值班领导的监督和检查，对课间操整队不及时、入场秩序混乱、做操动作不规范和不整齐的班级，将扣班级量化分1--3分，必要的，予以通报批评。

九、健全机制

(一) 安全工作：

2. 在指定位置进行规定项目活动，不能擅自进行其他项目活动，更不能乱窜乱跑；

3. 要根据身体情况开展活动，如有身体不适或受伤应立即告知老师；

4. 活动时，同学间要互相协作、谦让，互相帮助，共同做好安全保护工作，不能互相吵闹、争执甚至打架。

(二)班主任职责：

1. 要加强安全教育，并使学生掌握必要的安全防范知识。
2. 按《大课间活动方案》准备活动器材，做好安全检查工作。
3. 检查学生衣着，了解学生的健康状况，合理安排运动量。
4. 活动时，要做好组织及安全防护工作，防止伤害事故发生。
5. 如有意外伤害事故，要严格按照《伤害突发事件处理办法》进行处理。
6. 及时做好活动记录，随时接受各级督查。

十、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。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区域进行。不得随意改变安排的活动内容。
- 4、带班领导负责记录各班的活动情况，协助项目负责教师处理突发事件，代理出差的教师带好大课间活动。
- 5、带班领导做好每天大课间活动的情况记录，政教处每月汇总一次，作为评选优秀班集体的重要内容。期末由政教处对各班参加大课间活动的情况做出评价，对于有特色的班级、

年级予以奖励。

大课间活动流程方案及内容篇二

学校要改变单一的课间操活动模式，丰富大课间活动的内容，因此策划了体育大课间的活动实施方案，下面本站小编给大家介绍关于体育大课间活动方案的相关资料，希望对您有所帮助。

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：张国民 副组长：李瑞达、金映秋、桑振东、周峰

成员：董浜中心小学全体教师

(2) 体艺综合督导组:

组长: 周峰

副组长: 陈良宝、徐维军、陆人杰、邵杰、吴雪良、陆耀新

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。

四、上午大课间活动流程

1. 进场：5分钟

上午第一节下课后学生稍做休息，当集合号响起后，各班迅速在教室门口排队集中，然后随着《学习雷锋好榜样》乐曲进场。

2. 做操：全校学生齐做《希望风帆》广播操(5分钟)

3. 活动：广播操做完后，各年级在指定场地分组活动。(10分钟)

4. 退场：集合号再次响起，全校学生迅速集中，班主任整理好队伍，按《学习雷锋好榜样》乐曲退场(5分钟)

5. 解散：各班全部回到教室，音乐声停，班主任宣布下课解散。

五、大课间活动各班指导老师和活动内容安排：（见附表1）

各年级活动内容循环进行

六、大课间活动各班活动场地安排：（见附表2）

七、大课间活动注意事项

1. 全体教师必须人人参与大课间活动，各班指导老师必须同时到场负责组织管理学生有序开展活动，并做必要的技术指导。

2. 加强安全防范管理。正副班主任必须加强教育，引导学生安全、文明、有序地

参加活动。少先队对各班广播操和大课间活动进行评比检查。

3. 实施大课间作息制度，目的是保证学生每天1小时的体育活动时间。请全校教师切实提高认识，把学生的身心全面发展作为头等大事来抓，从而不断提高学生的健康水平。

一、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活动精神，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。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、目标和原则

(一) 目标

1、落实“健康第一”的指导思想，形成健康意识和终身体育观，促进学生健康成长。

2、让学生有选择的参与体育、享受体育，激发学生的运动兴趣，激励学生的兴趣爱好，让学生乐于参加体育活动，主动的掌握健身的方法并自觉的进行锻炼。

3、提高学生的同伴交际、竞争意识和协作能力。全面提高学校师生的综合素质。

4、丰富校园文化生活，促进学校传统项目跳绳和踢毽运动的

发展，营造积极向上的学习氛围，促进和谐校园的建设。

5、充分利用大课间活动时间，组织学生练习体质健康测试内容，为检查做好准备，争取优异成绩。

(二)原则

- 1.改进学校大课间活动，优化大课间的时间、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能自觉锻炼。
- 2.根据学生的身心发展需要，积极创新，促进学生全面和谐的发展。
- 3.因地制宜，充分考虑学校体育场地设施设备条件，尽力提高活动有效性，发挥其育人效益。

三、实施措施

- 1、校长室统筹管理，大队部具体组织实施，体育组、各班主任及配班教师作好相关安全工作，确保活动有效有序开展。
- 2、体育教师负责师生体育项目培训和开发，体育组做好大课间场地指挥。

四、组织机构

领导小组

组长：许建锋（校长） 副组长：姜耀清（副校长分管体育）

成员：吴建彬、蒋旭良、宋碧辉、俞建锋、王国新、蒋振华、

活动协调组：

组长：宋碧辉 副组长：王国新

成员：顾习军、蒋振华、蒋红其

五、活动形式

(一)时间：每天上午第一节课后(8：40—9：10)下午第一节课后(2：00—2：15)

(二)活动形式：

1、活动以增强学生体质，体现学生特长为根本，活动内容要体现知识性与趣味性于一体，鼓励学生积极参加锻炼。

2、以班级为单位，也可以年段为组织，体现学生自主、创新的精神，力求各种活动在合作与竞争的氛围中完成。

3、安排活泼多样的武术、游戏、身体素质练习、器械练习、舞蹈练习等内容。体现快乐校园，快乐体育，快乐成长的新理念。

(三)活动项目：

分常规项目和自选项目两类。常规项目必须人人学会。

规项目：跳长绳、短绳、踢毽子

1. 自选项目：

1~3年级室内活动(雨天)：扳手腕、击鼓传花、抢座位、纸球入篓、

4~6年级室内活动(雨天)：拾子、棋类游戏、游戏棒、叫号起立。

1~3年级室外活动：跳皮筋、接力赛、丢手绢、拍手游戏、角力游戏、老鹰抓小鸡。体质测试项目：坐位体前屈、立定跳远、50米。

4~6年级室外活动：羽毛球、板羽球、小篮球、乒乓球、小排球

体质测试项目：立定跳远、50米、仰卧起坐、坐位体前屈和跳绳。

以上这些活动项目供各班参考和选用，全体教师可以集思广益，挖掘更加丰富多彩的活动项目。所需活动器材请正、副班主任及早安排。

六、分散活动场地安排

一年级：1、2号楼间东面天井；

二年级：1、2号楼间西面天井(包含小篮球场)

三年级：2、3号楼间天井；

四年级：(1)班和(2)班校门大通道，(3)(4)班在操场活动

五、六年级：操场。

七、管理措施

(一)加强宣传，提高认识

充分发挥宣传阵地的作用。采用教师集中学习、黑板报、校园广播和红小报等形式，大力宣传大课间活动对学生的教育意义和增强体质，开阔心胸的作用，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的向前发展。

(二)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。(领导督导制、体育组负责制、教师量化管理制度、课间操评比制)。

(三)重视全面，安全监督

为了使大课间活动顺利的进行，我校切实加强集体活动的安全管理。即要求全校师生在活动中要做到“三个必须”：活动前必须对学生集中进行安全教育;必须制定意外事故处置预案;必须有完善的教师安全监督制度。在活动中学生如果有特殊要求的必须及时与值日教师交流，并征求值日教师的同意。通过全面的安全管理使学生能开心的活动，放心的游戏，真正体验大课间活动给学生带来乐趣。

一、指导思想：

为贯彻落实《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》的精神，坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长，切实增强学生的体质，减轻学生的课业负担，提高学生的学习效率。改变单一的课间操活动模式，丰富大课间活动的内容，为学生每天锻炼一小时创造良好的条件。充分发挥学生和教师的主动性和创造性，开发体育资源。积极创新大课间活动的形成和方法，与学校艺术活动相结合，陶冶学生情操，提高审美素养，体现合作、自主、探究的教育理念。以大课间为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新，展示学生的精神面貌，推动校园文化建设。

二、活动时间：

每周一至周五第二节课后

三、活动内容：

1、晴天室外项目：

上午课间活动项目为广播体操(七彩阳光)和自编操活动项目以及各班自创自编的项目。体育活动课除了上述活动形式外，还可以开展两人三足跑、摸石子过河、袋鼠跳、迎面接力、传球接力、木板鞋等项目及自创自编的项目。

2、雨天室内项目：

棋类活动、室内游戏、观看电视节目等。

四、活动程序：

上午课间25分钟活动：

程序一：入场(5分钟)——各班集合整队(1分钟)——自编操(4分钟)——广播操(七彩阳光)(5分钟)——乒乓球特色操(4分钟)——各班集合整队(1分钟)——退场(5分钟)

程序二：入场(5分钟)——各班集合整队(1分钟)——指定活动(13分钟)——各班集合整队(1分钟)——退场(5分钟)

五、活动组织

1、组织分工：

政教处：负责统筹安排，组织评价。

教科室：负责对大课间活动项目的开发。

体育组：负责制定实施方案、协调与指导各班级开展活动。

科任教师：协调各班的场地划分，配合政教处对各班级进行

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。

副班主任：分配到班，协助组织，参与活动。

2、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。

3、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。

六、活动管理

1、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。

2、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政教处。

3、活动中政教处、学生会对各班级进行抽查点名。

4、无故缺席三次以上的同学不能获得体育与健康课学分，经教育不改者报政教处，酌情给予一定处分。

5、定期召开班干部会议，讨论大课间活动出现的问题。

七、评价

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。

大课间活动流程方案及内容篇三

大课间活动作为推进素质教育、促进学生健康成长的重要途径之一。下面是本站小编为你整理的快乐大课间活动方案，希望对你有帮助！

一、活动宗旨

为全面实施素质教育，引导学生养成良好的体育锻炼的意识、能力和科学的生活方式，确保学生每天一小时活动时间，结合我学校实际，营造丰富多彩的“快乐大课间活动”。以增强学生的体质，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重要途径。为使该活动顺利进行，特制定本方案。

二、活动目的

抓住契机，进一步推进学校体育工作，确保学生每天有一小时的体育活动时间，树立“健康第一”的指导思想，使学生能在阳光下、在操场上体验活动的乐趣，调动师生积极向上

的热情，展现良好的精神面貌。同时也为了切实提高学生体质健康水平，锤炼学生勇敢顽强、坚韧不拔的意志品格，培养团结协作精神，形成良好的学习和运动习惯。

三、活动时间

每周一到周五上午两节课后9：30——10：00

四、活动负责

组 长：冯建民

副 组 长：董福祯

活动教师：班主任、任课教师

器材出借：王法明

检查记录：值日教师

五、活动要求

1. 师生全员参加，充分发挥师生的积极性，达到全体健身的目的。
2. 各班学生由负责教师带队。各班按照活动安排表把学生带到所要求的场地开展活动,内容一周换一次，循环进行。
3. 负责教师组织各班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。
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. 如遇不好的天气，各班组织好学生在室内进行活动。如下棋、做室内操等。

7. 教师写好每一次活动记录，有活动时间、活动人数、组织形式、具体指导、活动效果等。

六、大课间活动流程：（活动以班级或小组为单位）

1、进场(2分钟)。奏《运动员进行曲》，全体师生随着音乐，学生在副班主任老师的带领下，来到各个班级规定的活动场地集中。

2、全体师生一起做操(3分钟)

3、分班或分组开展活动(20分钟)，奏背景音乐。各班根据活动内容自己安排(班主任老师必须在场，和学生打成一片，融洽在一起)。

4、结束，回教室。(5分钟) 奏《运动员进行曲》，在班主任老师带领下，慢跑回到教室。

七、快乐大课间丰富的活动内容

(b)趣味性游戏：老鹰抓小鸡、找朋友、丢手帕、盖房子、跳方格、及乡土民间小游戏等。

(c)舞蹈类：如韵律舞蹈、集体舞、民族舞等。

(d)身体素质练习类：速度、耐力、力量、柔韧性、灵敏性、协调性等。具体内容如：原地高抬腿跑、立卧撑、俯卧撑、蛙跳、韧带拉伸、蹬台阶、跨障碍、仰卧起坐、2-5分钟耐力跑等有氧运动□ (e)体育动作技能类：

田径：跳高、跳远、铅球、掷沙包、接力跑等

体操：绳操、球操、单杠、双杠、山羊(跳背)、技巧、肋木
球类：软式排球、乒乓球、小皮球(网球)

(f)雨天课在室内进行：棋类活动、智力游戏、仰卧起坐等。

为推进快乐校园建设，切实加强学校体育工作，确保学生每天一小时的体育活动时间，根据上级教育部门的要求，结合我校的实际，制定本方案。

一、推广快乐大课间的目的

1、通过丰富多彩的课间活动把学生吸引到各项体育活动中，变要我参与为我要加与，在乐中练，在练中乐。

2、通过体育课向学生传授各种基本知识、基本技能，使学生学会锻炼，在体育活动中加以强化、提高，变成学生自身的需求，成为终生参与的项目。

3、使学生感受到大课间锻炼带来的好处，从理论上认识到健身的重要性，从而使真、善、美成为学生终身体育的意识，养成终生体育的习惯。

4、通过锻炼，增强体质、健全心理，集中精力进行学习。

二、大课间活动时间

每天上午9：40——10：10，下午3：00——3：30

三、活动内容

各种游戏级有意义体育活动。(舞蹈、武术、阳光伙伴合作跑、跳绳、踢毽、校园秧歌舞、呼啦圈、游戏、儿童健身操、等)

四、组织要求

全体师生都要参与到快乐大课间中去，班主任尽量与所教班学生

一起活动，值班教师对各班开展的大课间活动进行检查督促，每次活动都有老师带领，确保活动安全。各班要保证学生全员参与，除生病请假的外，无特殊情况不得缺席。

五、实施措施

- 1、活动量由指导负责，要提前安排好活动内容的顺序以及活动量，要符合人体运动的变化规律。
- 2、活动要有实效，要使学生的身心健康得到全面发展。
- 3、对学生要进行安全教育，加强安全管理，同时教师要高度负责，要组织好、指导好，以防为主，做到器械保护与人员保护相结合，杜绝事故的发生。

一、快乐大课间的目的

- 1、通过丰富多彩的课间活动培养学生积极参加各种活动的兴趣和爱好，养成经常锻炼的习惯。
- 2、通过课间活动巩固学生在课堂学习过的各种基本技术、基本知识，使学生学会科学锻炼身体的方法，养成终生体育的习惯。
- 3、通过大课间活动，增强体质、增进身体健康，形成健康的生活方式。
- 4、通过大课间活动，培养学生积极进取、乐观的生活态度及良好的人际交往能力与合作精神。

二、活动时间

快乐大课间活动时间为：下午第二节后二十分钟。

三、活动内容及场地安排

1、活动内容：

特色活动项目：兔子舞、跳绳、踢毽子、木头人等。

2、活动负责人：杜郁静、冯程、刘荣利。

3、活动场地：教学楼前

四、组织措施

1、班主任要落实好自己班的活动器械，在按学校安排的活动内容进行，保证按要求达到人人有活动，活动有器具；按学校分工的活动场所开展活动。

2、活动前，负责教师要组织清点好人数，及时有序带出，保证学生全员参与，除生病请假的外，无特殊情况不得缺席。

3、活动时应确保安全第一，切实把安全工作做好，对学生要进行安全教育，加强安全管理，制定出全面的、细致的安全制度，同时教师要高度负责，要组织好、指导好，以防为主，做到器械保护与人员保护相结合，杜绝事故的发生。

4、活动后，组织学生有序退出，不得一哄而散。

5、要提前安排好活动内容的顺序以及活动量，并根据春夏秋冬的自然交替，随季节、气候的变化而重新安排，要符合人体运动的变化规律，不影响下一节课的正常学习。

6、可以组织开展一些具有创新性的活动，因地制宜，形成自

己的特色。

7、活动要有实效，要使学生的身心健康得到全面发展。

大课间活动流程方案及内容篇四

一、指导思想。

为了贯彻“全民体育健康”精神，树立“健康第一”的指导思想。学校坚持倡导全校师生积极参加体育锻炼，确保在校学生每天有一小时的体育锻炼时间，使学生能在大自然中、在阳光下、在操场上体验活动的乐趣，调动师生积极向上的体育锻炼热情，展现学校良好的精神面貌，为学校增添活力，形成动感而充满朝气的校园，推动学校教育的良性发展。同时，为了促进学生综合素质的提高与发展，融育智、育德于健体之中，充分发挥学生的主体作用，激发学生对体育的兴趣，培养学生良好的锻炼习惯，为终身体育打下基础。

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、优化课间操的时间、空间、形式、内容和结构，使教师和学生乐于参加，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、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，将艺术、体育融为一体。

三、实施措施。

1、时间安排。

下午第一节课后30分钟，任何老师不得挤占大课间活动时间。由于天气原因，不能进行正常室外活动时，各班在教室进行棋类等游戏(器材自备)，由班主任组织安排。

2、制度措施。

学校制订大课间活动时班主任、体育教师的职责，实行领导督察制、班主任现场督促制、艺体教师指导制、活动评比制等多种制度，使大课间活动安全有序的进行。

3、资源保障。

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，同时也是活动者。这样既能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。活动的器材原则上由学校购置，其它小型、易损器材由各班组织学生自带。

4、安全保障。

学校将分班划定活动区域，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学生乱跑的混乱现象。所有场地均安排教师进行现场活动指导，并督促学生注意安全。

5、实行激励。

活动实行考核激励制度，充分调动师生参与大课间活动的积极性。考核分两方面：一是对班主任的考核。班主任的思想认识，责任心，工作态度将直接决定大课间活动的质量。为调动班主任的工作责任心，应对此工作作为班主任的专项考核内容。另一方面，学校对大课间活动进行定期评比，把大课间活动开展情况作为文明班集体评选的重要依据，这样既可以树立学生的集体活动意识，集体荣誉感，又可以促进大课间活动的持续发展。

6、鼓励活动创新。

大课间活动除时间有具体规定、保证外，在活动形式、内容、空间上学校均具有很大的自主性和灵活性，鼓励体育教师、音乐教师、班主任发挥自身特长，展示自身才干，开发创新体育、舞蹈、球类游戏等多种项目。

四、领导机制。

体育大课间活动领导小组：

1、组长：_。

2、副组长：__。

3、组员：__、__、__、__。

校长负总责，学校领导要到操场到头参与活动 and 组织管理，各成员分别负责相关年级的活动落实，实行对班主任、科任老师的检查监督，提高全体师生对大课间活动的重视程度。及时关注师生的活动动态，重视师生的活动安全。

五、大课间活动程序安排。

1、进场。

2、快乐农家操。

3、分散活动。

4、退场。

六、场地安排(就近，具体班级站位由本年级体育老师安排)。

1、一年级：一年级教学楼前后。

2、二年级：二年级教学楼前。

3、三年级：水泥操场。

4、四年级：水泥操场。

5、五年级：篮球场及塑胶跑道。

6、六年级：大操场。

七、活动内容安排。

一(1)跳绳、丢手绢(沙包)、跳房子、找朋友pk赛等活动。

三(1)跳绳、踢毽子、陀螺、铁环、跳皮筋、呼啦圈、运球等活动。

五(1)跑步、跳绳、球类、跳皮筋、铁环等活动。

八、活动要求。

1、每班班主任必须到本班活动场地，选择、设计分散活动内容，提前做好活动器材，组织安排本班学生站队和活动。分散活动时以推荐内容为主，各班可根据实际情况操作，尽量做到让每个学生活动起来，并注意安全。

2、体育老师负责本年级班级的场地安排，并对学生的队列、农家操、分散活动进行指导与监督。

大课间活动流程方案及内容篇五

一、指导思想：

为贯彻落实《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》的精神，坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长，切实增强学生的体质，减轻学生的课业负担，提高学生的学习效率。改变单一的课间操活动模式，丰富大课间活动的内容，为学生每天锻炼一小时创造良好的条件。充分发挥学生和教师的主动性和创造性，开发体育资源。积极创新大课间活动的形成和方法，与学校艺术活动相结合，陶冶学生情操，提高审美素养，体现合作、自主、探究的教育理念。以大课间为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新，展示学生的精神面貌，推动校园文化建设。

二、活动时间：

每周一至周五第二节课后

三、活动内容：

1、晴天室外项目：

上午课间活动项目为广播体操(七彩阳光)和自编操活动项目以及各班自创自编的项目。体育活动课除了上述活动形式外，还可以开展两人三足跑、摸石子过河、袋鼠跳、迎面接力、传球接力、木板鞋等项目及自创自编的项目。

2、雨天室内项目：

棋类活动、室内游戏、观看电视节目等。

四、活动程序：

上午课间25分钟活动：

程序一：入场(5分钟)——各班集合整队(1分钟)——自编操(4分钟)——广播操(七彩阳光)(5分钟)——乒乓球特色操(4分钟)——各班集合整队(1分钟)——退场(5分钟)

程序二：入场(5分钟)——各班集合整队(1分钟)——指定活动(13分钟)——各班集合整队(1分钟)——退场(5分钟)

五、活动组织

1、组织分工：

政教处：负责统筹安排，组织评价。

教科室：负责对大课间活动项目的开发。

体育组：负责制定实施方案、协调与指导各班级开展活动。

科任教师：协调各班的场地划分，配合政教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。

副班主任：分配到班，协助组织，参与活动。

2、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。

3、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。

六、活动管理

1、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。

2、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政教处。

3、活动中政教处、学生会对各班级进行抽查点名。

4、无故缺席三次以上的同学不能获得体育与健康课学分，经教育不改者报政教处，酌情给予一定处分。

5、定期召开班干部会议，讨论大课间活动出现的问题。

七、评价

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。

大课间活动流程方案及内容篇六

认真落实教育部《关于落实保证中小小学生每天体育活动时间的意见》精神，保证学生每天一小时锻炼时间，丰富学生课余生活，磨练学生的意志品质和道德品质，培养良好的锻炼习惯，有效提高学生健康水平，形成坚持锻炼的习惯和终生体育意识，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。

二、活动目标

(一) 在全校范围内积极开展学生乐于参加的各项体育活动，保证每天一小时的活动时间，使学生积极主动参与锻炼体育，以及掌握锻炼的方法和技能，养成终身锻炼的习惯。

(二) 在五、六年级开展长跑活动，做到每次跑步有负责老师、有里程记录、有音乐伴奏，在确保安全的情况下提高学生的身体素质和集体主义观念。

(三) 根据学生的心理特点，积极创编各种游戏活动，发展学

生的身心健康和学生的创新能力。

(四)加强学校体育场地设施设备的管理，提高其使用率，发挥其最大的效益。

三、实施原则

(一)全体性原则。大课间活动的开展面向全体学生，从学生参与面的大小确定活动项目，做到人人参与活动，个个都有喜爱项目。

(二)全面性原则。大课间活动与日常教育教学工作有机结合，与新课程改革相结合，与学生素质提高有机结合，坚持寓教育性、健身性、趣味性于活动之中。

(三)因地制宜原则。大课间活动要根据学校规模、场地、设施、特色和气候特点因地制宜的进行。学校充分挖掘体育资源的潜力，调动一切积极因素，充分发挥师生员工的主观能动性，使活动内容与形式丰富多彩，能够满足不同特长，不同兴趣、不同层次学生活动需要。

(四)积极引导原则。学校在组织学生参加大课间活动的过程中，教师要进行鼓励和引导，同时要充分尊重学生的自我选择权和自主活动权。要为学生营造一个自主活动、相互交流和自我评价的环境和氛围。

(五)适度原则。教师要掌控学生的运动量，指导学生适度进行体育活动，并组织做好放松活动。避免由于学生的自控能力较弱、活动时间相对较长、超负荷运动等原因，而带来影响下一节文化课教学效果的现象发生。

(六)安全原则。在大课间活动的组织与实施过程中，遵循教育规律和学生身心发展特点，设置运动项目，开展相关活动。加强安全教育和管理工作，制定出安全措施、应急措施，避免和

防止意外事故的发生。同时防止以怕出事故为由，排斥利于学生吃苦耐劳、顽强拼搏等体育运动项目。

四、实施形式

大课间活动形式力求多种多样，内容的安排根据学校实际以及季节、气候的情况确定。

(一)做好眼保健操、《小学生广播体操—初升的太阳》。教育学生懂得保护视力的重要性，指导学生运用正确的手法每天认真做好眼保健操。在每年新生入学时强化广播体操的教学和评比，使得全体学生都能做好广播操。

(二)集体跑步活动。学校在冬春两季根据操场容纳情况，安排全校或部分年级(班级)进行运动量适度的集体跑步。跑步活动在音乐伴奏下进行，选择恰如其分的音乐。严禁自行组织学生到校外或公路上跑步。

(三)分组活动。在班主任、体育教师和科任老师的组织和参与下，以班为单位分成小组，充分发挥班委会和学生骨干的作用，进行游戏、体育趣味比赛、身体素质练习等活动。

(四)自由活动。学生根据自己特点与爱好，自主进行活动，如：打篮球、乒乓球、羽毛球、踢足球、跳绳、跳皮筋、踢毽子等。

五、实施方法

(一)明确职责

大课间活动管理与组织者是校长、班主任和体育教师，实行责任制管理。他们各自的职责是：

1. 校长

大课间活动实行校长负责制。校长亲自参与活动，了解情况检查质量，发现问题及时解决。

2. 班主任及科任教师

(1) 教育和鼓励学生积极参与大课间活动，增强学生的集体荣誉感。

(2) 认真组织本班学生准时参加活动，保证出勤率；合理掌控学生的运动量，组织学生做好放松和调整工作。

(3) 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。

(4) 负责活动安全工作。

3. 体育老师

(1) 培养学生体育兴趣，指导学生选择合适的运动项目，不断提高学生的运动水平。

(2) 负责大课间集体活动的安排和乐曲选择。乐曲的选择要与运动项目相匹配，适合学生兴趣和爱好。

(3) 负责活动地点、场所及退场安排。

(4) 负责指挥和示范，协助班主任工作。

(二) 检查评比

为了保证大课间活动质量，让大课间活动的开展持之以恒，学校成立大课间活动检查评比小组，制定切实可行的检查评比细则，对大课间活动进行常年不间断的全面检查与评比，定期公布，及时表彰，确保大课间活动长期顺利地开展下去。

(三)合理分工。改变大课间活动的管理和指导只依赖班主任和体育教师的现象。科任教师也是大课间活动的管理者 and 指导者。

六、活动流程

(一)进场(4分钟)

第二节下课当提示音乐响起时，各班学生在教室门前站队，依照广播操进场顺序依次进场。

(二)全校学生齐做广播体操(5分钟)

(三)全校学生齐做少年拳(4分钟)

(四)音乐响起，各年级在指定场地分组活动(15分钟)

(五)整队解散休息(2分钟)

分组活动完后，以班级为单位集中，小结，退场。

活动口号：“阳光运动 锻炼身体 健康快乐 奋发进取”

七、实施措施

(一)大课间活动时班主任、科任教师都要到场各负其责，提高活动的质量和防止活动中意外事故发生。

(二)如遇雨、雪、大风等恶劣天气，各班主任组织好本班学生在室内进行室内活动。

(三)学生分组活动时，班主任老师要组织学生进行跳绳、踢毽、跳皮筋、丢沙包、老鹰捉小鸡等小型集体游戏活动。

(四)学校将不定期对各班活动情况进行检查。

大课间活动流程方案及内容篇七

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。学校教育要为了学生终生幸福，就必须树立健康第一的思想，切实加强体育工作，促进学生身心健康和谐发展。为解决课间操的单调乏味，弥补体育锻炼的不足，促进学生个性发展和身体发育，学校按照市教育局要求，在全校开展“快乐大课间”活动。“快乐大课间”活动将突破固有的课间操模式，对传统的学校课间操形式进行拓展，丰富学生锻炼内容，有利于激发学生锻炼热情，增强学生体质。

实施“快乐大课间”活动是贯彻“健康第一”的指导思想，切实保证学生每天一小时的体育锻炼时间，充分使学生玩起来、动起来，以达到全面提高身体素质，激发学生运动兴趣，培养学生的锻炼习惯，锤炼学生勇敢顽强、坚韧不拔的意志品格，促进学生在身体、心理和社会适应能力等方面健康和谐发展增进身心健康的目的。

二、活动的形式与内容

我校决定在上午第二节课下午第四节课后各安排30分钟和35分钟的体育活动时间。以眼保健操、跑操、拔河、跳皮筋、体育游戏、学校自编操、武术操、健美操、球操、舞蹈类为主，下午以身体素质活动、球类活动、特色活动、趣味游戏和自主活动为主，全校师生共同参加体育锻炼活动。学校自编操要体现我校特色，对传统的课间操形式进行拓展，即时间延长、项目增加、内容丰富，达到促德、健体、调智、审美的教育功能。身体素质活动包括：力量、耐力、速度、柔韧、协调等。自主活动包括：跳绳、踢毽子、掷沙包、呼拉圈、武术、等。

“快乐大课间”活动形式要多种多样，内容的安排要根据各年级的实际以及季节、气候的情况确定。

1、做好眼保健操。近几年学生的近视率正在呈逐年上升趋势，学生近视眼的发病年龄正在逐年变小，因此运用正确的手法做好眼保健操对保护学生视力具有非常重要的意义。

2、国家颁布的广播操与学校自编操、武术操相结合。除了国家颁布的广播操外，体育教师可以根据实际情况和我校的特点，自编一些符合学生身心发展特点的健身操、武术操或舞蹈等。如：校操、校舞、韵律操、特色操、器械操等。

3、分组活动。在班主任、体育教师和任科教师的组织参与下，以班为单位分成小组，充分发挥班级和学生骨干的作用，进行游戏、体育趣味比赛、身体素质练习等活动。活动内容选择要注重培养学生的爱国主义精神、集体主义精神、团队精神和社会适应能力：(1)。与快乐体育园地相结合。充分利用体育园地的各种器材设施，创编各种活动组合，提高师生参与的兴趣。(2)。与音乐相结合。音乐是快乐的源泉，它以声传情，以情感人、育人。在音乐的选择上要恰如其分，让学生在优美的旋律中锻炼，可收得到事半功倍的效果。(3)。与游戏相结合。选择适合不同学生年龄和生理特点的游戏内容，激发学生参与的兴趣，培养学生的集体荣誉感和班级凝聚力。

4、自由活动。学生根据自己的特点与爱好，进行其他活动。如：跳绳、跳皮筋、踢毽子、飞盘等。

5、放松活动。由于活动时间相对较长，做好放松活动对学生上好下一节文化课相当重要。

三、活动性质

(1)活动以增强学生体质，体现学生特长为根本点，活动内容体现知识性与趣味性于一体，学生必须参加自主锻炼。

(2)各种活动在合作与竞争中完成。

(3)以班级为单位，也可打破班级界限，体现学生自主活动精神。

四、活动要求

1、运动负荷

根据各年级学生年龄特点，本着由小到大科学运动规律安排运动量。在整个活动中，体育教师和班主任除教给学生科学的锻炼方法外，必须注重学生活动安全，特别是学生在使用体育器材时，必须在老师亲自指导下合理使用，杜绝一切哪怕是微小的体育伤害事故。在活动内容上可穿插一些柔和的、轻快的、适应运动的音乐，陶冶学生美的情操。

2、防止运动损伤的发生。

由于是各班自己组织活动，往往忽略了作准备活动，扭伤脚踝，拉伤肌肉的运动损伤时有发生，班主任和体育教师要做好教育和指导工作。

3、各班根据实际情况结合场地、学校要求做好计划和活动内容。

4、确保每一名学生都要活动起来，做到人人有体育项目，班班有体育活动，学校有体育特色。

班主任、体育教师和任课教师积极参与到所教班级的活动中，把大课间活动作为建立和谐师生关系的良好契机。对活动不积极的班级给予适当处罚。

五、各年级活动场所：

篮球场地、健身广场、西餐厅前空地(高一)、东教学楼前后、篮球场、操场(高二)、西教学楼周围(高三)。

六、组织领导小组

组 长：

副组长：

成 员：体育老师和班主任

职责：1、领导职责：我校的“快乐大课间”活动由王淑成副校长负责，分管干部要亲自参与，及时了解情况，并认真检查，发现问题及时解决。

2、年级、政教处职责：负责协调和督导工作。开展检查评比工作，保证“快乐大课间”活动量。

3、班主任职责：(1)认真组织本班学生准时出操，保证出勤率。(2)培养学生体育兴趣，亲自参与，正确引导，教育和鼓励学生积极参与“快乐大课间”活动，为班集体争光，增强学生的集体荣誉感和集体主义精神。(3)检查、了解、监督、管理本班“快乐大课间”活动情况，考勤人数，发现问题及时处理，保证“快乐大课间”活动质量。

4、体育老师职责：(1)负责“快乐大课间”内容安排和乐曲选择。(2)内容要考虑到季节的特点，乐曲要适合学生和内容的特点。(3)负责活动地点、场所及退场安排。(4)负责组织“快乐大课间”全过程，负责指挥和示范，协助班主任工作。

七、活动保障

1、认真学习，转变观念，达成共识

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》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，并建立“日志周评月结”制度，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。

3、全员参与，注重评价，强化激励

坚持学生全员参与，活动期间学生不准在教室，值日督查、年级、学生会要监督检查，班主任要全部跟班组织实施，确保活动安全。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，纳入年级、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。

4、学校将“快乐大课间”活动列入学校工作计划，科学安排作息时间。要求各级部要结合实际，精心谋划，认真组织，确保安全，体现特色。改变课间体育活动的管理和指导只依赖班主任和体育教师的现象。凡有一技之长的学校干部、教师、学生，都可以成为课间体育活动的管理者和指导教师，使“快乐大课间”活动真正成为领导与教师、教师与教师、教师与学生、学生与学生间思想情感交流、身心健康发展的阵地。

5、各班要广泛宣传，认真发动，积极鼓励学生自编、自创活动内容，自己制作活动器材，培养学生的创新意识和创新能力。

各级部要高度重视“快乐大课间”活动，制定详细活动计划，将所有教师都融入活动中，有组织、有步骤地开展“快乐大课间”活动。要更新管理观念，注重过程指导，建立各年级的评价组织，把开展“快乐大课间”活动与推动新课程改革、落实《学校体育工作条例》结合起来，把“健康第一”的指导思想落到实处，保证学生每天1小时的体育锻炼时间。