桃红中学阳光体育大课间活动实施方案

为适应新形势下实施素质教育的需要，更好的开展中学“阳光大课间”活动，把大课间活动纳入日常教育教学计划之中，将活动与体育课、课间操和课外体育活动有机结合，充分利用场地条件，结合季节气候特点以及传统校园体育健身活动安排，遵循实事求是、因地制宜、循序渐进的原则，制定针对性和操作性强的实施方案，以班级为单位，分阶段每天组织学生进行大课间活动，保证学生每天一小时的体育活动时间，有计划、有组织的开展学校大课间活动，经校领导班子研究决定，特制定《桃红中学阳光体育大课间活动实施方案》。

一、指导思想 开展“阳光大课间”活动，以“走向操场、走进大自然、走到阳光下” 为活动主题。旨在全面贯彻落实“健康第一”指导思想，落实学生每天体育活动一小时，全面推进素质教育，提高学生身体素质，增进学生身心健康，真正为学生未来可持续发展奠基。

1. 实施原则 1、全体性原则。大课间活动的开展做到面向全体学生，人人参与活动，个个都有喜爱项目。达到全体健身、全员愉悦的目的。 2、科学性原则。遵循学生身心发展的规律，我校从实际出发，合理安排大课间活动的计划和内容。 3、因地制宜原则。根据我校场地的特点，为达到锻炼的效果，大课间活动开设了跑操、跳绳、立定跳远等体育活动。 4、安全的原则。在大课间体育活动的组织与实施过程中，加强安全教育和管理，制定出必要的安全措施、应急措施，避免和防止意外事故的发生。
2. 组织领导 （一）领导小组 组 长：王劲松 副组长：史利民 成 员：张尤胜、钟明、朱明彩、胡亮 职 责：负责组织领导“大课间体育活动”的实施、指导、检查和评比工作，保证“大课间体育活动”正常有序开展。 （二）工作小组 ，组长：刘荣学、陈勇 组 员：各班班主任 体育教师负责“大课间体育活动”的具体实施，包括拟定方案、制作音乐、组织训练等。

四、活动内容 现阶段大课间体育活动的内容，包括广播体操和体育活动两个部分，在作息时间表规定的30分钟内进行。

(一）“大课间活动”在每天上午早自习后或第二节课后进行，时间为30分钟。采用广播操、各种体育活动相结合的形式，以音乐为背景串联活动过程。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，由各班班主任统一安排学生在教室内做室内操或在走廊上进行素质练习，体育组负责安排练习内容和指挥练习。

1. 活动流程 1、大课间活动（30分钟） ⑴学生有序入场及广播操（10分钟）：出操音乐响起，各班学生迅速在室外走廊站成两路纵队，随音乐依次有序下楼，到达操场指定位置做广播体操。 ⑵体育活动（15分钟）：由学校统一安排，各班进行各项体育活动。 ⑶放松活动（3分钟）：各班学生伴着音乐，统一做放松操。 ⑷学生有序离场（2分钟）：在音乐声中，有序地离开活动场地，以良好的状态投入课堂学习。
2. 实施方法
3. 明确职责 大课间活动管理与组织者是校长室、政教处、教导处、班主任和体育教师，实行责任制管理。 1、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，积极参与大课间活动，了解活动情况检查活动质量，发现问题及时解决。 2、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。所有班主任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、体育老师具体负责大课间活动的组织和实施。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。
4. 检查评比 ，为了保证大课间活动质量，学校每天安排专人进行检查，实行量化评分。
5. 成果展示 学校将于每年4月—6月和11月----12月开展校园广播操、跑操、跳绳等比赛，全面检验大课间活动的开展质量。
6. 活动要求 1、注意有序开展活动，安全第一。政教处、教导处、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学生安全活动。 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。
7. 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《阳光大课间》文件，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、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。

桃红中学校长室、德育处、体育组

2018年2月20日

**桃红中学大课间检查评细则**

为了增强师生健康生活的理念，拥有健康的身体，促进我校大课间活动的正常有序开展，活动质量越来越好，结合学校德育工作、班级考核等等要求，大家研究后制定此评分标准。

1. 服装：要求服装统一（按照学校要求穿的时间开始统计），2分，每套按0.5分计算，扣满2分为止，不再扣分。
2. 进场：要求按照规定路线两路纵队整齐（1分）、有序，在进场音乐结束之前到达指定位置（1分），共计2分。
3. 班主任参与：要求每位班主任在规定时间到达操场，及时指导学生（2分），外出活动视作参与，2分。
4. 广播操：要求动作到位（1分）、合拍（1分）、整齐（1分）、连贯（1分），共计分。
5. 跑操：要求队形整齐（1分）、精神饱满（1分）、口号响亮（1分）、无嬉戏打闹（1分），共计4分。
6. 跳绳、立定跳远：要求按照统一规定完成规定练习次数，无偷懒、逃避练习，发现不按规定练习每人扣1分，共计4分。
7. 退场：要求规定路线整齐、快速、有序、安全，无打闹嬉戏，共计2分。

说明：评分人员严格按照细则逐项评分，秉着公平、公正、公开的原则。

**桃红中学大课间检查评比表**

时间 天气 检查人员

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 服装  2分 | 班主任参与  2分 | 进场  2分 | 广播操4分 | 跑操  4分 | 跳绳、跳远  4分 | 退场  2分 | 合计  20分 | 扣分  理由 |
| 初一（1） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 初一（2） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 初一（3） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 初一（4） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 初二（1） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 初二（2） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 初二（3） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 初二（4） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 初三（1） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 初三（2） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 初三（3） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 初三（4） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 异常情况说明 |  | | | | | | | | |

**江宁区桃红中学阳光大课间活动成果展示**

-----------暨阳光体育活动单项竞赛

1. 指导思想 开展“阳光大课间”活动，以“走向操场、走进大自然、走到阳光下” 为活动主题。旨在全面贯彻落实“健康第一”指导思想，落实学生每天体育活动一小时，全面推进素质教育，提高学生身体素质，增进学生身心健康，真正为学生未来可持续发展奠基。 同时为了检测我校大课间活动成效，共同提高，结合单项竞赛的原则举行比赛。
2. 比赛项目：广播操、跑操、跳绳、立定跳远
3. 组织机构：

组委会成员 王劲松、张尤胜、史利民

组员 钟明、姚宝国、胡亮、穆明顺、张军、朱明彩、夏芳、余根平、王祖龙、王德力、陈勇、刘荣学、胡明勇、姚金勇、各班班主任

1. 比赛时间：1、11月举行广播操、立定跳远比赛

2、12月举行跑操、跳绳比赛

3、4月举行广播操比赛

4、5月举行跑操、跳绳比赛

5、6月举行立定跳远比赛

1. 比赛场地：桃红中学田径场
2. 比赛组织：各班班主任具体负责本班学生训练、参赛，裁判员由组委会成员担当。
3. 组织形式：1、广播操、跑操以班级为单位，全校分4组，每组每个年级一个班，抽签决定出场顺序。2、跳绳、立定跳远按照每班男女各20人，以每人比赛一次成绩累计总成绩
4. 奖励办法：比赛按每项目总分录取一等奖2名，二等奖3名，三等奖4名，鼓励奖若干，并且与班级当月考核挂钩。

桃红中学校长室、德育处、体育组

2017.9.10

