# 大课间活动实施方案8篇(活力课间，点燃思维：儿童大课间活动计划)

作者：青春岁月 更新时间：2024-03-28

*为了促进学生身心健康发展，学校开展“大课间活动”，旨在让学生在课间得到更多的户外锻炼和交流机会。本文将介绍该活动的实施方案，帮助学校和老师更好地开展该项教育活动。第1篇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*

为了促进学生身心健康发展，学校开展“大课间活动”，旨在让学生在课间得到更多的户外锻炼和交流机会。本文将介绍该活动的实施方案，帮助学校和老师更好地开展该项教育活动。

第1篇

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”。

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。

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。

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。

(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)

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。

分常规项目和自选项目两类。常规项目必须人人学会。

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。

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。

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、课间操评比制)。

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。

第2篇

全面实施学生体质健康过程，积极开展阳光体育运动，进一步推进快乐大课间活动，以体育、艺术squo;2+1squo;项目活动为内容确保学生校内不少于1小时课外活动时间，使每位小时能够掌握两项体育运动技能和一项艺术特长。

1、各校要根据《阳泉市郊区关于开展体育、艺术2+1项目活动的实施方案》和《体育、艺术2+1项目技能测试标准》，认真做好体育、艺术2+1项目的测试认定工作。各校力求做到规范+特色。

2、各校要制定切实可行的活动方案，校长为第一责任人，做到专人负责，以班组织活动，从课间操到体育、艺术(乐器、舞蹈、唱歌、美术等)活动都要有安排、有检查、有记录、有评比、有总结。

3、根据学生年龄特点、年级特点，依照标准进行实施，同时结合开展乐器进课堂和名曲、名画、名著进校园活动，依托校园广播、校园文化专栏开展每周一曲、每周一画、每周一文为主要形式的艺术欣赏活动，积极搞好六一、十月艺术教育月活动。

4、3月份---5月份为集中活动时间，5月份中下旬联校进行检查、评比，区教育局进行快乐大课间(文化环境创设)落实情况调研。6月份区组织此项工作的测试和情况汇报。

第3篇

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。

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。

活动内容：篮球、排球、游戏、毽子、羽毛球、跳绳等。

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

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。

第4篇

全面贯彻落实《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》精神，广泛开展师生阳光体育运动，体育大课间活动方案。通过开展冬季长跑活动，磨练学生的意志品质，培养良好的锻炼习惯，有效提高学生体质，增强体魄。

初三年级每周一、三、五进行冬季长跑活动，二、四体育活动。

初一、初二年级每周一、三、五体育活动，二、四进行冬季长跑。

2.体育活动项目：广播体操、跳长绳、跳短绳、跳皮筋、踢毽子、呼啦圈、轮滑、羽毛球、排球、拔河等。

1、每天上午两节课后各任课教师不得拖堂，全体同学迅速到指定场地集合，由班主任协助体育教师组织学生参加长跑。

2.三个年级在长跑时必须在指定的跑道内进行长跑，不得跑到其他年级的场地，特别是初一、初二年级。我们将在第四道跑道上画出一条白色的线以示区别。

3、各班要保证学生全员参与，本着安全第一的原则，可以灵活安排，如，体质较弱的学生可进行跑走结合的活动。有病有事不能参加长跑的，提前得到班主任核实批准，方可不参加。其他无特殊情况不得缺席。班主任老师要清点人数，对学生参与情况的检查纳入班级量化。

4、活动结束后有相关老师组织学生迅速回到教室，做好上课准备。

5、提倡教师领跑，锻炼身体，追求“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”。

学校将对学生阳光体育大课间活动中表现突出的班级和个人进行表彰，分别评选出最佳运动班级和最佳运动学生。

以上是我们这次活动的方案，希望全体师生踊跃走向操场，走向大自然，走到阳光下，全身心地投入到阳光体育活动中去，强健我们的体魄，展示我们的活力，让运动成为我们终身的兴趣爱好，让健康成为我们全面发展的不懈追求。

第5篇

为了认真落实宜兴市教育局、宜兴市人民政府教育督导室《关于开展切实加强学校体育工作，确保学生每天一小时体育活动的专项督查的通知》文件精神，进一步树立学校教育健康第一的思想，切实推进阳光体育活动，有效提高学生身心健康水平，丰富学生的体育活动，激发和保持学生的运动兴趣，培养学生终身体育的意识，促进学校体育课程的改革和发展，确保学生每天一小时体育活动时间，提高体育活动的质量。根据宜教督(20xx)6号和宜教普(20xx)5号文件精神，特制定本活动方案，以落实保证学生每天一小时体育活动的顺利进行。

1、通过体育活动，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、通过体育活动，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，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。

3、通过体育活动，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。

晴天：(捉迷藏、丢手帕、老鹰抓小鸡等)在校园内进行

三、四年级：一部分可参考一、二年级游戏内容：另加

晴天：跑步、跳远、拔河、踢毽、跳绳、徒手操、秧歌舞、武术、呼啦圈等。在校园内进行

雨天：(讲故事、演小戏剧、过独木桥、仰卧起座、夹弹子等)在教室里进行

晴天：跑步、跳远、跳高、垒球、篮球、乒乓球、跳绳、踢毽、拔河等。在校园内进行

雨天：(故事会和一些喜闻乐见、学生喜欢的，也可以在教师的组织和指导下，由学生自由组织、创造性地开展活动。)在教室里进行

以上活动仅供参考，各班都可以在教师的组织和指导下，有序地开展形式多样、学生喜欢的活动。

1、大课间体育活动领导小组对本校学生大课间体育活动要加强领导，平时经常检查督促，并组织有关活动方面的交流与评比，树立先进，带动全校，保证活动的顺利开展。

2、大课间活动期间，有关负责的教师在活动中要认真负责，要重点抓安全教育，坚持不做和杜绝有危险性的行为和动作，始终树立健康第一、安全第一的观点。要带领你所负责的学生，创造性地开展体育活动，让每一位学生体会到运动带来的乐趣。

第6篇

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，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。

2、下设项目开发组、指导教练组、督查组，负责活动的开发与组织。

1、每周一至周六第二节课后，毕业班9：10—9：35，非毕业班9：35—10：00活动时间25分钟。

上午课间活动项目为广播体操(青春的活力)和跳绳(长绳、短绳、花样等)、跳橡筋绳、简易健身操、简易街舞、集体舞、秧歌舞、踢毽子、呼啦圈、游戏、自编操等多种形式的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。

程序一：入场(5分钟)——各班集合整队(1分钟)——广播操(青春的活力)(5分钟)——自选活动(8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)

体育组：负责制定实施方案、协调与指导各班级开展活动。

年段长：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。

以班级为基本单位，班主任、助理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。

(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)活动所需器材由各班级统一安排，学校不提供器材。各班级可购买一些经济实用的器材(如跳绳、毽子、橡皮筋等)。

(3)跳绳(短绳)活动每个班级必须开展。(每人至少配备一条短绳)

(4)各班同学都应积极参加活动并对活动内容及器材进行创新，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。

(5)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。

(6)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。

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。

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。

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。

第7篇

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。

三、活动时间：上午第二节课后进行，时间为25分钟（9：20～9：45）。

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。

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。

附活动项目：橡皮筋、沙包、街舞、器械（哑铃等）、踢毽、羽毛球、跳绳、绑腿协作跑、篮球（运传球）、兔子舞、呼啦圈、排球、足球、三毛球、武术、跑步等各种相应的游戏。（各班根据班级情况可以选择上面的一项活动，也可以自己创造新的活动项目）

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。

副主任：丁玉萍、吴萍梅、顾立群、景渭中、黄冬明、黄美虹

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。

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，特色项目的提练，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的感召力，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。

第8篇

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。

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。

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）

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。

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。

（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。

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。

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。

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。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com