上师大二附中早操与大课间活动方案

2019 年

一、指导思想

坚持“健康第一”的指导思想，牢固树立终身体育的新课程理念，把开展大课间活动作为重要途径之一，保证学生每天锻炼一小时。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热情，展现良好的精神面貌，推动学校教育的良性发展，为学校增添活力。

二、目标和原则

（一）目标

以“健身强体、育德促智、审美悦心、发展个性”为宗旨，以群体活动为基础，落实“健康第一”的思想，体现“锻炼的实效性、内容的全面性、功能的多样性、参与的广泛性、个性的塑造性及活动的趣味性、娱乐性”原则，为学生身心健康水平的切实提高创新广阔的发展空间。

1. 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. 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. 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. 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. 锻炼性原则。根据学校场地的特点，科学合理的安排跑步路线，以求充分达到学生的锻炼效果。

三、管理责任制

1. 领导督察制：成立由校长任组长的领导小组；校长、行政领导到操场参与、督促活动，同时了解情况，发现问题及时解决，并提高全体师生对大课间活动的重视程度。

2. 体育老师负责制：体育老师做好组织大课间活动的准备工作、负责班级活动场所及进退场的安排、组织大课间活动的全过程、负责学生排队、准备操、跑步的指导与监督及训练工作。

3. 班主任负责制：必须全部到达班级, 迅速组织本班学生整好 2 路纵队（男女各 1 路），然后队伍安静、有序地按时到达指定位置，组织学生按要求参加大课间活动。活动中，班主任要指导学生活动，维持好本班学生的纪律、安全。退场时，班主任组织本班学生排好 2 路纵队安静、有序地进教学楼，到达班级后才能解散。班主任平时要注意加强学生安全教育，引导学生安全、文明、有序的参加活动。

四、实施措施

1. 时间安排。每天上午 8：20 到 8：40，下午 14:50 到 15:10，共 40 分钟，任何老师不得挤占大课间活动时间。如果因天气原因，不能进行正常室外活动时，各班在教室进行趣味游戏（器材自备），由各班班主任组织安排。

2. 组织保障。学校为加强该项活动的领导，使大课间活动真正落到实处，促进该项活动高质量进行，特成立大课间活动领导小组和工作小组：

组 长：主管校长

副 组 长：教导主任

工作小组：全体体育老师、各班班主任、医务室老师

3. 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。

4. 安全保障。学校按班划定活动区域，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。各班主任进行现场活动指导，并督促学生注意安全。

5. 激励措施。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。考核分为对班级的考核。为调动班主任的工作责任心，将大课间活动的检查内容列入班级专项考核中。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。

五、进退场及场地安排：

进退场时，各班级分别排成两路纵队，从楼梯安静、依次地走，到达指定地点迅速按要求排成两路。

体育老师根据班级下楼的先后顺序依次安排班级站位。

六、活动内容：

大课间活动兼以武术操和韵律操的结合，既符合男生刚毅果勇，又符合女生柔美活泼的性格特点。既符合我校校情和学情，又使我校学生能在繁重的学业下展示自己，释放个性。