江苏省南通田家炳中学阳光体育活动方案

一、指导思想：

**资讯**为认真贯彻党的教育方针，大力推进素质教育，切实加强学校体育工作，牢固树立“健康第一”的指导思想，不断丰富青少年的课余文体生活，进一步提高青少年的身心健康水平和审美情趣。以《国家学生体质健康标准》为依据，根据学校体育工作会议精神，结合我校的实际情况，特指定本实施方案。

1. 领导小组：

组 长：陈永兵

副组长：丁志祥、李晓明、纪卫东

成 员：王丽、季静波、冯浩

执行成员：各年级主任、全体班主任、体育组全体教师

三、总体目标：

1、培养学生树立“健康第一”的观念和终身体育的意识，养成学生每天坚持锻炼一小时的生活习惯，提升全体学生的体质健康水平。

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。

5、根据学生的身心发展规律和特点，以学校的实际情况因地制宜，科学合理的安排课程计划和活动内容，将艺术、体育融为一体。

四、实施内容：

1、严格按照国家课程标准执行，各年级开齐开足体育课。不断深化教学改革，提高教学质量。

2、与体育活动相结合，配合体育课教学，保证学生每天一小时的体育锻炼时间。

3、大力推行大课间体育活动形式，不断丰富活动的内容和形式，积极创建快乐的体育园地。

五、实施方法：

1、体育课一周三节课，由专职的体育教师上课。按照教育行政部门要求，制定完整的学年、学期、单元、课时计划，教学内容要符合《国家学生体质健康标准》和南通市初中学生体育学科学业水平测试，既要科学合理，又要丰富多样。

2、体育活动课一周两节，时间安排在无体育课的当天下午第四课，并列入课程表。一节是集体活动，前半部分内容为集中体能锻炼，后半部分为分班级分项目个性化锻炼，主要内容是乒乓球、羽毛球、踢毽子、跳绳、篮球等，由体育教师组织，班主任管理。一节是体育类校本课程，由学生自主选择锻炼的项目，内容包含田径、篮球、足球、乒乓球、武术、啦啦操、健美操等，由负责校本课程的专项老师负责教学，教务处、学生处督导检查。

3、积极开展大课间活动，除周一全体师生参加升旗仪式外，周二至周五每天上午的第二节课后，安排不少于30分钟的时间，全体学生参加大课间活动。夏季和秋季进行广播操和集体舞的练习，春季和冬季进行跑操练习。遇阴雨天则改在室内进行，由班主任老师组织学生进行身体素质练习、棋类游戏等活动。

六、保障措施

1、按规定配足配齐体育器材。充分利用场地器材，加强体育场馆、设施的维护，提高使用效率，确保体育活动的正常开展。

2、加强学校体育安全管理。要强化安全意识，加强对体育教师的安全知识和技能培训，对学生加强安全意识教育。

3、建立健全体育教师聘任、培训、考核制度，不断促进体育教师业务能力和思想素质的提高。

4、对学校体育工作做好督导评估。坚持体育搭台，教育唱戏，突出时代主题，整合学校优质教育资源，积极利用体育平台将学校的办学成果、教学理念及教学成绩向同行、向社会宣传展示，树立良好形象。