

# “每天一小时”阳光体育活动实施方案

昆山市张浦震阳实验学校

(2021-2022 学年)

为了认真贯彻落实《学校体育工作条例》和教育部《关于落实保证中小学生体育活动时间的意见》精神，有效保证我校学生每天一小时的课外体育活动的落实，促进学校体育工作深入开展，全面推进素质教育，特制定每天一小时阳光体育活动实施方案。具体内容如下：

## 一、指导思想：

以“健康第一”为指导，把学校体育运动作为全面推进素质教育的重要突破口和切入点，紧紧把握提高学生体能，增强体质，促进健康成长这个核心，充分发挥体育的育人功能，促进学生全面和谐发展。

## 二、组织领导：

建立健全组织机构，切实加强对每天 1 小时阳光体育运动的领导。成立以校长为组长，各科室领导、体育教师、班主任为成员的阳光体育运动领导小组。

组 长：沙夕岗

副组长：许国忠

组 员：周正龙、支文明、梁丽萍、葛晨晨、金子文、张宇城、沈芳（体育教研组长）、顾春霞（校医）、各班主任

## 三、落实责任：

建立健全多部门负责的学校阳光体育活动工作责任制和保障机制，确保活动时间上有保证、组织人明确、活动内容有安排、场地器

材有保障、安全及医务监督有保证，确保每天 1 小时阳光体育运动不折不扣的施行。

责任到人。校长是落实每天 1 小时阳光体育运动的第一责任人，分管校长负责活动落实的统一领导、协调、保障。各行政人员是落实每天 1 小时阳光体育运动的安全责任人，负责对各年级活动的巡视、监督。

各班主任、体育教师是落实每天 1 小时阳光体育运动的实施责任人，负责活动的组织、规划、落实、实施。

#### **四、活动时间：**

上午大课间活动 25 分钟，上、下午眼睛保健操各 5 分钟，下午课间操 5 分钟，当天无体育课的班级下午兴趣活动时间为校内体育活动，周三无体育课的班级校内体育活动则安排在中午午休活动时间进行。

#### **五、活动项目：**

长跑、做操、素质练习、丢沙包、丢手绢、小篮球、小排球、羽毛球、绳键、游戏等。（具体见活动安排）

#### **六、组织实施：**

1、行政领导按年级分工，蹲点各年级段，加强课外活动的巡查，及时妥当地处理活动中的突发事件。

2、广播操、大课间活动主要由班主任老师负责，眼保健操、课间操、校内体育活动由当堂授课教师负责。

3、校内体育活动指当天没有体育课的班级，必须组织学生活动。

校内体育活动老师可以根据学生的兴趣爱好分成若干个活动小组，选好组长，由组长带领大家活动。

4、值班老师要严密关注学生活动的安全。遇到突发情况要及时妥当地处理，如果情况比较严重，要及时报请值班领导甚至报请校长妥善处理。

2021.09