**江宁中心小学春、夏大课间活动方案**

一、指导思想

全面贯彻《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》，认真落实《全日制义务教育体育与健康课程标准》，坚持一切从学生的终身发展需要出发，激发学生运动兴趣，培养学生的锻炼习惯，锤炼学生勇敢顽强、坚韧不拔的意志品格，促进学生在身体、心理和社会适应能力等方面健康和谐发展。

二、活动目标

1、开展大课间活动，改革学校课间操，优化课间操的时间、空间、形式、内容和结构，使学生乐于参加，主动掌握健身的方法并自觉锻炼。

2、通过大课间活动，优化学校体育场地设施设备及管理，提高其使用率，发挥其育人效益。

3、通过大课间活动，确保学生每天一小时体育锻炼时间，促进师生间、学生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力，营造积极向上的校园氛围，促进学生健康成长。

三、活动原则

1、全员参与原则。

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。

1. 安全第一原则。

严密场地、器材管理，落实行政值周、班主任、副班主任职责，强化活动过程管理，制订安全预案，全方位贯彻“安全第一”原则。

1. 科学性原则。

遵循学生身心发展的规律，我校从实际出发，以全面落实教学计划，又不增加学业负担为前提，合理地安排大课间的课程计划和内容，将体育融为一体。

四、大课间活动领导小组

组 长：徐安斌

副 组 长：王军

器材管理：体育组

成 员：体育组全体成员、校医、 全体班主任

五、活动时间：

上午：9：55-10:20

下午：14:20-15:00

六、活动安排

周一上午：升旗仪式

周二到周五上午：跑操

第一部分：整队、进场 （8分钟）第二节课铃声响后，同学们随着音乐整齐的走出教室。

第二部分： 跑操（5分钟），队形音乐响起后，各班级调整队形，前、后排分别向各自方向靠拢，准备跑操

周一下午大课间：

第一：跳短绳（男、女分组，每组4次）-----一到六年级每班男女生面对面站好，男生先跳，然后交换女生跳，每人4次每次60秒男女生交替进行。

第二：仰卧起坐（男、女分组，每组3次）----一年级进行坐位体前屈联系，二到六年级仰卧起坐，每班男女生面对面站好，男生先做，然后交换女生做，每人3次每次1分钟，男女生交替进行。

第三：竖叉（全体练习，左右脚交换，各两次）----随着音乐的节奏全体进行竖叉练习，听音乐交换，共联系4次。（4分钟）

第四：横叉（全体练习共两次）---随着音乐的节奏全体进行竖叉练习，听音乐交换，共练习2次。（2分钟）

第五：退场---（8分钟）随着音乐的节奏整齐的回教室。

七、制度建设

活动安全，注意事项：

1、穿运动鞋参加活动，衣着宽松，尽可能穿运动服装，不能装、带各类坚硬、锋利的物品；

2、在指定位置进行规定项目活动，不能擅自进行其他项目活动，更不能乱窜乱跑；

3、要根据身体情况开展活动，如有身体不适或受伤应立即告知老师；

4、活动时，同学间要互相协作、谦让，互相帮助，共同做好安全保护工作，不能互相吵闹、争执甚至打架。

班主任职责：

1、要加强安全教育，并使学生掌握必要的安全防范知识。

2、按《大课间活动方案》准备活动器材，做好安全检查工作。

3、检查学生衣着，了解学生的健康状况，合理安排运动量。

4、活动时，要做好组织及安全防护工作，防止伤害事故发生。

5、如有意外伤害事故，要严格按照《伤害突发事件处理办法》进行处理。

6、及时做好活动记录，随时接受各级督查。

大课间辅导员老师职责：

1、室外体育活动，必须跟班到位，协助班主任组织大课间活动，并监督学生活动安全。

2、协助班主任做好突发事件的处理。

注：如遇雨天，大课间活动在室内举行，活动的内容有：讲故事、阅读体育杂志、课外书籍、诗歌鉴赏、室内游戏、室内操等。

大课间分组活动安排表

|  |  |
| --- | --- |
| 年 级 | 活 动 内 容 |
| （一） | （二） |
| 一年级 | 跨栏架 | 踩石过河 |
| 二年级 | 羊角球 | 短绳 |
| 三年级 | 跨栏架套圈 | 绕标志物接力 |
| 四年级 | 足球绕标志盘运球 | 足球传接球 |
| 五年级 | 篮球运球接力 | 篮球绕标志盘运球 |
| 六年级 | 2人一组的短绳接力 | “8”字绕长绳 |

**江宁中心小学大课间体育活动安全预案**

 为了更好地实施我校大课间活动，规范活动程序，严密组织，科学管理，努力使学校大课间活动做到安全、高效、有序，特制订本安全预案：

一、校大课间活动领导小组

组 长：徐安斌 副组长：王军

成 员： 体育组全体成员、校医、 全体班主任

二、学校大课间活动由主抓学校体育工作的副校长直接领导，体育组制定具体的活动实施方案，全面负责活动的组织落实；班主任具体负责班级活动的组织管理与安全管理工作；体育教师具体指导训练学生参与活动的操作方法及要求；值日教师负责学生活动的全程管理。

三、学校大课间活动实行课程化管理，活动时间：上午：9：55-10:20；下午：14:20-15:00

四、安全措施：

1、集合时，班主任或任课教师迅速召集并督促本班学生在指定地点排成两路纵队，做到快、静、齐；进退场时班主任教师跟随队伍，全程监管。

2、值日教师按活动要求分布在进退场路线及活动场地分岗定点管理，确保安全有序。

3、每项内容活动时，要求班主任及全体教师共同参与活动操练与管理。

4、学生考勤人员及值日老师对各班活动质量进行当场量化评分，监督活动秩序。

5、偶发事件处理：当出现活动秩序混乱或学生意外摔倒等现象发生时，教育学生第一发现人应立即发出讯息报告，当值教师第一时间做好现场秩序维护，做好应急处理并立即报告行政值日。

5、学生在进入体育活动场所发生踩踏等安全事故时，分管领导、班主任要及时组织疏导，防止事故进一步扩大。体育老师要马上报告学校领导，同时拨打120急救电话，组织送往最近的医院进行抢救处理。

6、伤情（如：碰伤、摔伤、扭伤、砸伤等）发生后，在场教师必须第一时间对伤者进行处理，了解伤者情况、判断伤情，一般情况由校医治疗，伤害严重必须立即通知学校领导，并及时送医院观察治疗或打120急救。班主任及时通知家长，妥善做好沟通、安慰工作。

7、在场教师保护现场，了解事故发生经过，调查事故原因，作好有关记录并保护现场，采集有关证据，以利于对事故做到事实清楚，责任明确。

8、重大的伤害事故要及时向上级汇报。