**闵行区马桥实验小学三课两操两活动实施方案**

一、指导思想

贯彻落实国家体育总局关于开展“全国亿万学生阳光体育活动”的决定。坚持“键康第一”、“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的现代健康理念，以全面实施《学生体质健康标准》，蓬勃开展“阳光体育活动”。同时把加强学校课程建设，促进和谐校园紧密结合，培养学生积极主动的体育锻炼习惯，提高学生的思想道德素质、文明礼仪素质和身体健康素质水平，推动校园体育文化建设。

二、活动主题：

阳光运动、健康成长

三、活动方案：

每天1小时阳光体育运动时间由早操（课间操）、眼保健操、体育课、体育活动课、阳光体育课活动时间组成。

1. 早操：每天早上8：15——8：35安排早操及晨跑，共20分钟；

室内操：每天下午14：00——14：05安排室内操，共5分钟。

2、眼保健操：每天上午第三节课和下午第二节课，组织学生各做好1次眼保健操，共10分钟；

3、体育课：每周3节体育课，共105分钟；

4、活动课：每个班级每周1节体育活动课和1节阳光体育活动课共70分钟，在正常教学时间安排。

1、2项每天累计锻炼35分钟，加上3、4项，每周可保证350分钟锻炼时间。

四、活动的组织实施

（一）建立建全组织机构

组长：李兴

副组长：王晓文

成员：宋燕琼、刘晓雯、范伍叶、张涛、邹超、倪建波

（二）明确工作责任制，确保每天一小时阳光体育活动不折不扣的施行。

学校校长是落实每天一小时阳光体育活动的第一责任人，负责活动落实的统一领导、协调、保障；学校分管领导是落实每天一小时阳光体育活动的组织责任人，负责活动的组织、规划、监督、落实；教师发展部、学生发展部、校务管理部、体育组、医务室等部门负责人是落实每天一小时阳光体育活动的具体责任人，教师发展部负责活动时间的安排落实，体育组负责活动内容、场地器材的安排和方案的制定；校务管理部负责器材设施的添置和维修管理等保障工作；学校班主任、体育教师是落实每天一小时阳光体育活动的直接责任人，早操（课间操）、眼保健操、体育活动课由班主任负责组织实施，体育教师、卫生教师负责指导；体育课由体育教师按有关要求负责组织落实。

（三）加强检查和安全管理，学校把落实每天一小时阳光体育活动纳入班级评比和班主任、体育教师工作考核内容。学校在组织开展学生每天一小时阳光体育活动中，切实加强安全教育和管理，从活动计划的安排、器材设施的检修、内容的选择、过程的组织管理及医务室监督等方面严格把关，防范意外伤害事故的发生，确保学生健康安全。

五、加强学校体育管理

1、体育课是实现学校体育目标任务的重要环节，学校将加强体育课教学管理，提高教学质量。体育锻炼课是落实每天一小时体育锻炼时间的有效途径，必须做到有组织形式、有人管，并认真落实。

2、早操、室内操、眼保健操对促进学生身心健康发展，具有重要作用，学校将加强管理、提高质量。

3、继续坚持学生体育竞赛制度，做到小型多样、定期开展与经常性相结合。

七、加强检查与监督

1、学校将按照责权一致的原则，建立学校体育工作责任制和责任追究制，将责任落实到相关部门和具体人员，明确有关责任人和直接责任人的责任。

2、把学校体育工作作为学校学期绩效考评的一项重要内容，对随意停课、少上和挤占体育课、体锻活动课的人员，不能评优、评先。

3、为落实学生每天一小时体育锻炼情况，学校将对体育教师进行期末考核，对工作开展好的班级及教师，将进行表彰奖励，对工作不认真落实、敷衍了事、随意停上体育课和不认真落实学生每天体育锻炼时间的教师，予以批评，违规严重者学校将视为其年终考核不合格。