

江宁区东善桥初级中学

**阳 光 体 育 工 作 方 案**

**2020-2021年度**

**一、领导小组成员**

组长：言明宝

副组长： 潘晓斌

成员： 梅明春 李生林 孟金林 杨彩祥 魏姣 叶长如

**二、职责分工**

1、组长：统筹领导学校体育工作计划、目标、方案的制定；组织协调各方面体育工作的开展；确实保障学校体育工作的落实。

2、副组长：负责学校体育工作计划、目标、方案的制定；体育工作的具体落实和开展；制定体育工作监督和考核方案；切实保障体育教师和学生的权益。

3、体育组：负责具体目标、计划、方案的制定；具体组织落实学校体育活动计划的开展；

**三、学校机构职责**

1、校长室：统筹领导学校体育工作计划、目标、方案的制定；组织协调各方面体育工作的开展；确实保障学校体育工作的落实；

2、德育处：负责大课间活动、眼保健操考核、监督、评比；负责各班级体育常规活动考核、监督、评比；负责体育相关宣传工作；领导监督体育组体育活动的开展；制定落实体育工作考核方案；确实保障体育组教师权益福利。

3、教务处：负责学校体育社团、兴趣小组相关工作的具体落实；监督考核社团、兴趣小组相关工作。

4、总务处：负责学校体育后勤、保障工作。

5、法安办：负责监督、落实学校体育安全工作。

**四、学校体育工作计划**

（一）、指导思想

  认真贯彻落实《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》及《学校体育工作条例》精神，牢固树立“快乐体育” 、“健康第一”的指导思想，推进体育课程的改革，规范体育教学五认真工作，强化学校特色体育项目建设，大力开展青少年阳光体育活动，坚持开展学生体育训练工作，本着“求实、创新、协作、奋进”的精神继续做好体育工作，力争在各项体育竞赛中争创佳绩。

（二）、工作目标

1、深化体育(与健康)课程改革，立足课堂，扎扎实实上好每一节体育家常课，提高体育教学质量，达到学生人人喜欢上体育课的目的，有效地改善学生的体质健康水平。

2、抓好课间操、、大课间活动，落实社团相关工作。

3、强化科研意识，善于总结、思考，提升组内人员的教科研水平。

4、认真组织每年一届的校运动会；加大体育运动队训练力度，严抓训练质量，争取各项比赛获得好名次。

5、落实开展学校体育单项体育赛事，确保学生月月有比赛。

6、落实开展学生冬季体育锻炼活动。

7、严格按要求做好本学期体质测试上报工作。

8、学期内完成九年级学生体育中考项目选项工作，加强学生相关强化训练的教学，争取明年中考再创佳绩。

9、细化体育器材管理工作，责任到人，做好相关台账。

 （三）、具体工作措施

 1、深化体育课程改革，优化教学过程

（1）.体育课程标准是体育教师开展教学活动的指南，为使体育教师尽快树立全新的体育教学理念，开展多种形式的培训，促使每一位教师的观念发生深刻的变化。

（2）.体育课程是学校课程的重要组成部分，是实施素质教育和培养全面发展人才不可缺少的途径。因此，体育教师要坚决维护体育课程的严肃性，按课时计划上好体育及活动课，并进一步加强安全教育及防范意识。

 2、强化常规管理水平，提高教学质量

 体育教师将一如既往，在学校行政的领导下，继续加强学习，弘扬团队精神，努力做好以下几项工作：

 （1）.认真贯彻《体卫工作两个条例》精神，以认真务实的工作态度扎扎实实地开展各项工作。

（2）.在体育教师之间倡导勤学习、共研讨之风，以不断充实提高每一位教师的理论水平和教育、教学能力。

（3） .围绕《课程标准》和新的教材体系开展教学活动，本学年，体育教师人人上实践课，在实践中得以提炼、得以升华。

 （4）.一丝不苟做好各种资料工作，不断充实完善学校体育资料。

（5）.认真开展体育教学工作，巧构思、勤笔耕，力争写出质量较高的学术论文。

（6）.全面推进特色项目建设，拟定专项计划，用好校本教材，开展各项活动，为创建特色建设先进学校工作作出贡献。

 （7）.精心组织体育大课间活动的开展，保障阳光体育和社团活动的有效开展。

 3、发展特色项目建设，抓好普及与提高

 （1）.拟定足球、排球特色项目建设专项计划，全面推进特色项目建设。

（2）.制定、编排校本教程，引领足球、排球项目科学的、快速的、全面的发展，规划并实施以足球、排球运动为中心的校园环境建设。

（3）.以竞赛为抓手，提升我校体育在区内的影响，全面促进我校学生身体素质的有效提高。

 4、大力开展阳光体育，打造体育文化

 （1）.全面抓好“阳光体育”活动，精心组织好大课间活动，营造生动活泼的课间活动氛围，让校园真正成为学生的乐园。

（2）.继续贯彻实施素质教育，组织好校园体育文化活动，让学生在愉悦的氛围中游戏、活动。

5、加大课余训练力度，提高竞技水平

 （1）.在普及的基础上抓提高，使学校体育工作得以健康发展。

（2）.责任到人，合理制定训练计划。科学训练，严格训练，安全训练，争取在各级比赛中取得好成绩。

 （3）.注重运动队员全面发展，做好督促、沟通、协调工作，使运动队员在学习、思想、行为等诸方面全面发展。

 总之，全体体育教师将本着团结奉献的精神，与时俱进，开拓创新，争取再创东善桥初级中学体育之辉煌。

（四）、本年度主要工作计划

**1、2020年9月制定学期各项计划和工作方案、上网公示。**

**2、2020年9-10月体质健康数据测试、收集、整理、上报。**

**3、****2020年10月低开展校第26届师生秋季运动会。**

**4、2020年11月开展冬季体育锻炼活动。**

**5、2020年9月-2018年9月开展单项活动比赛。**

**6、2020年2月完成学生体育中考选项工作。**

**7、2020年底-2021年初进行第一次体育中考模拟。**

**8、2020年9月筹划、组建校足球队，备战区比赛。**

**9、2020年初筹划、组建校排球、篮球队，备战区比赛。**

**10、2021年3月进行第二次体育中考模拟。**

**11、2021年4月体育中考考前心理辅导、参加体育中考。**

**12、2021年6月整理学年度各项材料。**

**五、学校体育课程管理办法**

为了全面贯彻国家的教育方针，促进学生身心健康发展，根据国务院发布实施的《学校体育工作条例》（1990年2月20日国务院批准）特制定本办法。根据教育部、国家体育总局联合颁布的《学生体质健康标准（试行方案）》和《学生体质健康标准（试行方案）实施办法》（教体艺[2002]12号）的通知精神，我校自2006年9月开始进行学生体质健康测试工作。根据中共中央、国务院《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》（中发[2007]7号）的文件精神，“确保学生每天锻炼一小时”，鼓励学生积极参加体育活动及校内外体育竞赛。

（一）、课程设置

每年级每周三节体育课，学校任何班级、教师不得随意挤占；体育教师按《国家中小学生体育课程标准》上课。

（二）、教师配备

 按每5个班级配备一名专职体育教师，不得随意增、减体育教师工作量，保障教师的合法权益。

（三）、场地器材

1、体育场地

按国家相关标准建设场地，目前我校有200米标准田径场2片（塑胶、煤渣各一片）、篮球场2片、排球场1片；制定相关《体育场地管理、使用制度》。

2、体育器材

按江苏省初级中学体育装备标准8轨2类标准配备；配备专职器材管理员一名；每年学校有专项资金补充器材；制定有相关《体育器材管理、使用制度》。

（三）、学生体质考评

按《国家中小学生体质健康测试标准》每学期对学生省体素质进行考评，考评成绩纳入学生期末综合表彰评比必备标准。

（四）、体育兴趣小组、社团

设立篮球、足球、排球、乒羽、毽绳等社团，每周三进行一次活动

（五）、体育特色项目建设

足球、排球为我校特色体育项目；平均每周进行不少于2次训练，；成立特色项目领导工作小组；每年参加一次区级比赛，力争参加市级比赛。

（六）、体育活动开展

制定年度体育活动计划，并按计划开展各项体育活动；确保学校每年开展一次学生田径运动会或体育节活动；落实阳光锻炼一小时活动开展；每年开展一届冬季体育锻炼活动；每月一次小型（单项）体育比赛；积极开展校运动队训练，参加各级各类比赛活动。

**六、学校大课间活动方案**

**（一）、指导思想**

全面贯彻落实党的教育方针和《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》精神，引导和鼓励广大学生积极参加形式多样、生动活泼、健康向上的体育活动，提高学生的身体综合素质，促进学生的全面发展和健康成长。以大课间活动为载体，培养学生自觉锻炼身体的习惯，规范学生课间体育活动内容和形式，推进大课间活动的科学化、制度化、规范化，逐步形成我校体育特色，努力建设和谐校园、平安校园、活力校园。

**（二）、具体措施**

1、学校根据区教育局、体育局以实施“大课间体育活动”项目为主要内容的要求，结合本校实际开展跑操、跳绳、跳远等体育活动，确保每个学生能够掌握两项体育运动技能，并具有一项运动特长。在开齐开足体育课程，提高课堂教学质量的同时，开展丰富多彩的大课间体育活动，切实提高学生身体素质，养成良好运动习惯奠定基础。

   2、学校制定好本校学生大课间活动计划，明确目标、落实责任。每日上午一次的大课间体育活动，做到时间、场地、内容、学生、指导教“五落实”。确保学生每天体育活动时间不少于1小时。

  3、制定班级大课间活动制度，不定期组织各类单项活动。学生参加大课间活动要覆盖全体学生。

**三、活动时间：**

冬春季：9:40-10:10（大课间）11:00-11:05（眼保健操）

夏秋季：7：50-8:20（大课间）11:00-11:05（眼保健操）

**四、活动地点：**校田径场、室内

**五、活动内容**

冬春季：跑操—跳绳—立定跳远（原地向上纵跳）6-9次

夏秋季：广播操—3分钟跳绳—立定跳远（原地向上纵跳）6-9次

雨天：室内操

**六、活动组织**

进场：3分钟

整队：1分钟

跑操：6-8分钟（广播操6分钟）

整队1分钟

跳绳：3-4分钟

立定跳远：2-3分钟

点评：1分钟

离场：3分钟

七：考评

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **入场（1分）** | **跑操、广播操（4分）** | **跳绳（2分）** | **原地纵跳（2分）** | **退场（1分）** |
| 整齐、快速在规定时间内入场得1分，否则不得分 | 队伍整齐得1分；有口令得1分；统一服装得1分；班主任领跑得1分，否则不得分 | 全部带跳绳得1分；跳绳时积极，无不跳、怠跳、喧闹现象得1分；否则发现1人扣0.5分，扣满2分为止 | 按要求完成规定次数、且动作规范的得2分；发现有不跳、怠跳、严重不符合要求的发现一人扣0.5分，扣满2分为止 | 做到快、静、齐退场的得1分；否则不得分 |

江宁区东善桥初级中学

2020年9月

学校监督电话：52741658

**七、阳光体育活动实施方案**

为全面推进素质教育，进一步加强学校体育工作，推进“体艺2+2+1”方案落实，切实增强学生体质，促进和谐校园建设，根据全国、省、市、区各级专题会议要求，在前期开展的基础上，学校结合打造“善文化”特色，将进一步深化创新，突出“动能生阳、善能生阳、喜能生阳”，大力开展学生阳光体育运动。

**（一）、 活动宗旨**

贯彻落实各级学校体育工作会议精神，牢固树立“健康第一”、“以人为本”、“动能生阳”的指导思想，以培养德才兼备、身心健康、体魄强健、意志坚强的一代新人为己任。以阳光体育运动为载体、以体育运动、团队拓展训练为题材，在全校掀起体育锻炼热潮，切实增强学生体质，切实减轻学生课业负担，全面推进素质教育，促进学生全面发展。

**（二）、活动主题**

我运动  我快乐 我健康  ——“动能生阳”

**（三）、活动要求**

人人有项目   班班有活动   每年有比赛  学校有评比

**（四）、组织机构**

组  长：言明宝

副组长：潘晓斌

成  员：梅明春 、李生林、吕婷婷 、孙美 、徐凌燕

孟金林、杨彩祥、魏姣及各班班主任

**（五）、实施内容**

以学生兴趣爱好入手，结合“体艺2+2+1”实施计划，开展体育活动，突出“善文化”（团队是善）特色，培养和激发学生对体育运动的兴趣，养成体育锻炼的良好习惯，形成团队意识。

1. 规范作息时间    坚持科学规范的学生作息制度。制定科学的作息时间表，保障学生睡眠时间和参加体育锻炼的时间和权利

2.坚持大课间活动   积极开展大课间体育活动，确保学生每天1小时体育活动时间。上午7:50-8:20；下午4:30-5:10（时间随学校计划改变）开展体育活动、社团活动和团队活动，切实做到“五定”，即定计划、定内容、定时间、定场地、定指导教师。

3.开足开齐体育课   坚定不移的执行初中7-9年级每周3节体育课，同时要积极推进体育教学改革，不断提高体育课堂教学质量。

4.突出“善文化”特色建设   学校着重加强体育特色项目的建设，充分发挥学校体育教师和班主任的特长，进一步完善团队拓展训练，激发学生兴趣，做好全面普及工作。

5.开展形式多样的体育竞赛活动   每学期学校将安排阳光体育运动竞赛活动，开展丰富多彩的活动。

6.做好《学生体质健康标准》测试   深入做好《学生体质健康标准》测试工作，认真执行体质健康测试报告制度，做到规范化、制度化，以此全面落实《学生体质健康标准》。

7.做好体育科目测试   坚持和完善体育科目测试工作。学校要将体育科目测试成绩作为学生综合素质评价的组成部分，进一步完善学生评价机制。

8.举行成果展示   学校将定期组织阳光体育运动成果展示活动。积极开展“团队建设”拓展活动比赛、体育专项比赛活动，鼓励学生积极参与体育活动，充分利用现有体育设施，逐步提升学生的体育运动技能和运动水平，促进学校体育工作再上新台阶。

**附1  活动方案**：

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时    间** | **部门** | **星期一** | **星期二** | **星期三** | **星期四** | **星期五** |
| 7:50-8:10 | 全校 | 升旗仪式 | 跑操、跳绳、广播操、九年级中考项目（每学年至少举行一次广播操或跑操的比赛） |
| 4:30-5:10 | 七年级 | 具体安排见附2 |
| 八年级 |
| 九年级 |

**附2  活动安排表：**

**1、阳光体育活动内容**：跑操、田径、球类、跳绳

**2、活动安排：**参加阳光活动的所有班级学生先集中跑操，再按男女生分组活动，单周男生为俯卧撑，双周女生为仰卧起坐；其余以社团为单位组织安排学生进行活动。

**3、社团活动：**每周三下午第四节课为全校体艺社团活动日，体育进行足球、篮球、排球社团活动；周一、周五下午第四节为七八年级社团活动；前半学期周二、周四为九年级体育中考集中训练；后半学期进行社团活动。

**4、辅导教师及人员安排：**

**排球社团、女足社团：**魏姣

**男子足球社团：**杨彩祥

**篮球社团：**孟金林

**乒羽社团：**王飞

**跳绳社团：**杨明妍

**阳光活动：**各班班主任

**九年级中考训练：**九年级体育任课教师、班主任

**考核：**教务处、德育处

**5、活动场地：**

跑操：田径场

乒乓球：乒乓球台区域

羽毛球：老田径场

篮球：篮球场

足球：足球场

排球：排球场

跳绳：田径场南边空地

**补充说明：**

1、各班级严格按要求进行活动，体育组将对活动出勤情况进行考核，并纳入当月班级考核

2、活动要在班主任或助理班主任组织下进行，并对组织的质量进行考核

3、每学年进行至少一次的广播操或跑操比赛，以提高和保证跑操的质量

4、各班体委要认真负责器材的收发，除体委以外，其他人员不得进入体育组或器材室，并做好相关记录，组织教师要对器材的收发进行督促，本项纳入组织质量考核

5、未尽事宜，另行通知

学校监督电话：52741658

江宁区东善桥初级中学

2019-9-1

**八、体育社团管理办法**

**一、组织机构人员及职责**

1、组长：教务处梅明春 负责组织、监督、考勤

2、组员：孟金林 杨彩祥 魏姣 王飞 杨明妍负责具体活动开展

 魏姣：器材保障

**二、活动内容、场地安排**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **足球社团** | **篮球社团** | **排球社团** | **乒羽社团** | **跳绳社团** |
| **社长** | **待定** | **待定** | **待定** | **待定** | **待定** |
| **教师** | **陈伟** | **杨彩祥** | **孟金林** | **王飞** | **杨明妍** |
| **场地** | **足球场** | **篮球场** | **排球场** | **乒乓球区** | **田径场** |
| **星期** | **1、3、5** | **1、3、5** | **1、3、5** | **1、5** | **1、5** |

**三、活动对象**

七、八年级学生

**四、器材保障**

1、责任人：魏姣

2、职责：负责器材收发、记录

**四、补充**

各社团赛前一个月每周进行2-3次训练，其余时间按学校安排统一活动

**九、实施《国家学生体质健康标准》管理办法**

为了促进《国家学生体质健康标准》的顺利实施，努力使广大中小学生得到健康成长，根据县教育局《关于认真做好2011年《国家学生体质健康标准》测试及数据报送工作的通知》文件的精神，促进我校学生积极参加体育锻炼，不断纠正和改变学生体质健康状况中出现的问题，从而使学生拥有健康端庄秀美的体魄姿态和健全的人格。将“健康第一”的指导思想落到实处，充分发挥学校体育在育人教育中的独特作用。结合我校实际情况制定本实施方案。

**一、组织机构**

1、领导小组

组 长：言明宝

副组长：潘晓斌

成 员：孟金林 杨彩祥 魏姣 孙拥华

领导小组职责是负责安排学校按要求开设的体育课，督促体育课规范教学，结合测试标准加强学生体质训练，组织人员开展学生体质达标测试工作，督查实施《国家学生体质健康标准》情况。根据具体情况做好分工，做到分工明确，责任到人，确保测试、录入等各项工作按时完成。

2、工作小组

组长：孟金林

成员：杨彩祥 魏姣 孙拥华

测试小组职责是负责按照方案的要求对学生进行测试和指导锻炼，负责成绩的收集、整理并对照《国家学生体质健康标准》及评分标准如实填写表册，及时上报录入。

3、数据报送：刘生霞

负责将数据报送区普教科。

**二、工作内容**

1、在9月对相关人员进行培训，各班班主任利用班会课对学生进行宣传。

2、 9月—10月利用体育课、大课间、阳光活动课进行项目训练工作，并进行模拟测试，及时总结，提高训练效果。

3、10月中旬进行项目统一测试，测试结束后体育教师对照《国家学生体质健康标准》及评分标准进行数据收集、整理，对于成绩不合格学生进行强化训练并补测。

4、10月低进行数据上报。

5、测试项目分工

校医务室：身高、体重、肺活量

体育组：800米（女）、1000米（男）、50米、立定跳远、

坐位体前屈、引体向上（男）、仰卧起坐（女）

**三、工作要求**

1、测试要统一标准，统一要求；数据的记录要真实，杜绝虚拟测试成绩。表册填写字迹清楚、工整，不改写，格式正确。

2、针对学生身体特点，考虑气候、场地等因素，科学组织测试工作，保证学生的身心健康和安全。

3、班主任和体育教师要加强对学生的安全教育，无论在校内还是在校外进行“体育达标”训练，都要对学生提出安全要求。要利用班会和体育课对学生进行体育达标及训练的安全教育。

4、测试小组务必认真组织测试工作，并按时将相关表册上报录入小组。

**四、特殊情况的处理**

1、因病或残疾学生，确实不能参加《标准》测试的学生，应持县级以上医院出具的病历等证明材料，向学校提交免予执行《标准》的申请。学校体育组签署意见后，将材料存入学生档案。

2、对因病免修体育课被批准免予执行《标准》的学生，当年不得评为“三好学生”。

3、《标准》成绩不及格者，在本学年度（由学校安排）准予补测一次，补测仍不及格，则学年《标准》成绩为不合格。

**五、测试保障、安全防范工作**

1、保证活动时间，推动经常锻炼。学校保证学生每天有一小时的体育锻炼时间，体育教师要上好体育课、早操或课间操，对学生进行有针对性的体育锻炼指导工作。

2、各班班主任要牢固树立“安全第一”的责任意识。在实施《标准》时，要健全各项安全保障制度，落实安全责任制，加强对场地、器材、设备的安全检查，加强对学生安全教育，提出安全要求。

3、测试前要检查和了解学生身体健康情况，对生病学生实行缓测或免测。坚决杜绝平时不锻炼，测试时搞突击的现象，谨防意外伤害事故发生。

**学校监督电话：02552741658**