**2020体育教研室工作方案**

 健康的体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提,是中华民族旺盛生命力的体现。学校教育要贯彻“一切为了学生 ,健康第一”的可持续发展的理念，切实加强体育工作，让每一个学生都能感受到运动的快乐，从而丰富校园生活，促进学生身心健康和谐发展。

一、指导思想

为贯彻落实全国学校体育工作会议精神和教育部、国家体育总局、共青团中央关于开展全国亿万学生阳光体育运动的决定。积极贯彻“健康第一”、“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》、同时也为切实加强学校体育工作，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，培养成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，蓬勃开展“阳光体育活动”。  进一步推进校园体育文化建设。

二、实施目标

1、促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”思想落到实处。

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、提高师生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力。

4、富校园文化生活，营造积极向上的学风。

三、实施原则

1、以人为本，树立“健康第一”、“终身体育”的意识。实施体育育人功能，根据学生的发展需求，有效地设置和开展各项活动，以达到对学生的促德、健体、调智、审美等的教育功能，重视活动过程的教育。

2、关注差异，重视学生个性发展。张扬学生个性，发展学生特长，推动素质教育。

3、增强体质，全面实施《国家学生体质健康标准》。营造人人参与、生气勃勃的校园体育氛围，创造良好的体育锻炼条件，促进师生间、生生间的和谐关系，确实保证《国家学生体质健康标准》有效实施。

4、根据学生的身心发展的规律及特点，以及学校的实际情况，因地制宜，科学合理的安排活动内容。

四、实施内容

1、根据学校的场地条件特将跳绳、踢毽子、舞龙、各种健身操、各种球类活动作为阳光运动的主内容。

2、为了提高学生身体素质，增强学生体质，活动中安排以游戏形式的各项体能素质来发展学生身体素质。

3、在每天的活动中穿插如学校的特色教育，如校园篮球、舞龙、足球等活动。

4、加强学校的体育业余训练，搞好学校蓝球队、足球队、舞龙队的日常训练，做到持之以恒，讲究方式方法，灵活多变，参加各类体育运动竞赛。

5、为了鼓励同学们走出教室，走出寝室，走向阳光，走向大自然，打造积极、健康、充满活力的校园体育氛围。坚持每天锻炼一小时学生利用手机APP健康跑用课余时间在校园内健步道、体育场留下了奔跑的身影。

6、校内阳光体育联赛

（1）3月迎校庆 欢乐跑

（2）4月校趣味运动会

（3）5-6月校篮球联赛

（4）10-11月校足球联赛

（5）11月校运动会

（6）11月”城建杯”上海市第四届高校舞龙邀请赛

（7）11月2020全民健身项目（舞龙舞狮）公益培训暨上海市舞龙教练员

培训班

7、上海市阳光体育联赛

（1）4-5月上海市校园足球联盟联赛

（2）5-6月上海市校园篮球联盟联赛

（3）5月上海市舞龙锦标赛

（4）5月上海市学生体育舞蹈锦标赛

（5）11月上海市校园足球联盟杯赛

（6）11月上海市校园蓝球联盟杯赛

（7）11月上海市舞龙邀请赛

（8）12月上海市Uni-Run跑进最美校园(秋季)

五、活动保障措施：

1、加强领导，保证时间，形成制度  
　　以将快乐体艺、趣味体艺引入体育活动为主旨，强化活动的领导与管理，并建立各项管理制度，在活动的内容与形式、过程与评价上形成有效管理，充分挖掘校内外各种体艺课程资源，不断丰富和发展活动的内涵，不断提升活动水平。  
 2、合理安排，有效利用

按规定配足配齐体育器材，完善场馆设施。坚持公益性原则，充分利用场地器材，提高使用效率，确保学生课外体育活动的开展。

1. 全员参与，注重评价，强化激励  
    坚持学生全员参与，学校领导紧密配合，突出活动的评价作用，对先进班级和个人予以适时激励，以保证学校阳光体育活动的有效开展。  
    5、制订严格紧密的安全紧急预案，有强有力的措施和救助方案。

体育教研室

2020.3.2