**石塘湾中心小学大课间活动安排（室外）**

**2024.9**

一、活动时间：

每周一到周五上午第二节课后10：00—10：30

二、组织管理：

1、各班正副班主任、体育教师负责指导。

2、中层分片巡视。

三、内容安排：

1、准备 10:00-10:07

2、广播操（希望风帆） 10:07-10:12

3、体能操（学校自编） 10:12-10:16

4、区域活动（详见附表） 10:16-10:25

5、结束，课前准备 10:25-10:30

四、场地安排：

操场

五、活动要求

1、有序开展活动，安全第一。班主任必须强调大课间活动纪律与安全，严格按照学校规定的路线上下楼道，体育教师参与技术指导。

2、各项目活动限在规定的活动区域进行。

3、班主任要带领学生积极参加活动，全程参与，及时进行安全教育，杜绝伤害事故的发生。

4、如有需运动器材的情况，由班主任指定人员到器材室领取，并及时归还。

5、中层巡视学生活动情况，并检查正、副班主任、体育老师到岗情况。

**石塘湾中心小学大课间活动安排（室内雨雪天）**

**2024.9**

一、活动时间：

每周一到周五上午第二节课后10：00—10：30

二、组织管理：

1、各班正副班主任负责指导。

2、中层分片巡视。

三、内容安排：

1、准备（整理课桌椅，安排场地） 10:00-10:05

2、室内操（教室内多媒体设备播放） 10:05-10:13

3、体感游戏（教室内多媒体播放） 10:13-10:18

4、室内素质练习：（1）坐姿，双手上举书包或书本20次；（2）座位边，原地站姿，双腿并拢，双手十指交叉，弯腰手掌撑地10次；（3）座位边深蹲双手托脑后，蹲时呼气，起时吸气(每人20次）在班主任的带领下认真执行。 10:18-10:25

5、结束，课前准备 10:25-10:30

四、场地安排

各班级教室内

五、活动要求

1、有序开展活动，安全第一。班主任负责播放视频，体育教师参与技术指导。

2、班主任要带领学生积极参加活动，全程参与，及时进行安全教育，杜绝伤害事故的发生。

3、如有需运动器材的情况，由班主任指定人员到器材室领取，并及时归还。

4、中层巡视学生活动情况，并检查班主任、体育老师到岗情况。