

课外活动方案

课外活动方案(15 篇)

课外活动方案 1

实施时间：4 月 11 日。

实施内容：

一、各班主任及时通报本班学生家长体育模拟考试情况。并告知学校关于大课间、课外锻炼的计划（特别是告知未达满分的学生家长，第五课后需要锻炼）。

二、每日大课间，模拟考试三项满分的同学至田径场原做操位置出操；未达满分的同学根据自己的未达满分的项目，带好各自的锻炼器材（实心球学校提供）分别到达学校指定的区域，主要由初三体育教师带领进行认真锻炼。正班主任负责组织、巡视、督促学生工作，副班主任看操。

三、每日下午第五课后（5:10—5:40）模拟考试未达满分的同学至学校指定的区域，在初三体育教师带领下进行认真锻炼，各位体育指导教师应根据学生情况进行认真辅导。

四、周四第四课后为初三体锻课。未达体育满分的同学至学校指定区域，在初三体育教师的带领下进行认真锻炼（其他年级的体育教师大课间协助配合）。

五、有多项成绩未达满分的同学，请先锻炼体育必考项目（跳绳、50 米），在自己有一定进步的基础之上锻炼选考项目（需向指导教师报告）。

六、各班级班主任选好参加锻炼各项目的召集负责人，进行每日锻炼的点名工作，并带领同学及时到达指定区域。未经指导教师同意不得擅自离开锻炼区域。

七、学校定于 4 月 20 日进行第二次体育模拟考试。学生在英语听力考试结束后，随即换好运动服装到田径场进行准备活动和体育模拟测试（各项考试具体位置同第一次体育模拟考试）。

课外活动方案 2

一、指导思想：

为了更好的贯彻落实“全国亿万学生阳光体育运动”文件精神，切实提高青少年健康素质，大力加强学校体育工作，深入践行“每天锻炼一小时，健康学习工作五十年，幸福生活享受一辈子”的现代健康理念。激发学生的运动兴趣，促使学生乐于主动参与体育锻炼，形成终身体育锻炼意识，特制订本方案。

二、组织机构

组长：王树兵副校长全面负责

副组长：王道军：课外活动组织管理

王岩：课外活动实施、评价、考核

级部主任：本年级活动课的组织管理

组员：各班主任：课外活动的全程监管与指导，学期末上交活动记录

三、实施目标

1、通过课外体育活动，让学生有更多的时间参与运动，培养体育锻炼的兴趣，养成每天坚持锻炼身体的习惯，促进学生健康成长。

2、在课外体育活动中，让学生有选择地参与、学习、享受体育，让学生掌握一定的体育锻炼方法和运动技能，提高学生基本身体素质。

3、通过课外体育活动，丰富校园体育文化生活，促进教师与学生、学生与学生之间的和谐关系，增强学生的合作意识、竞争意识以及不怕艰辛、勇于克服困难的坚强意志。

四、实施要求

人人有项目 班班有团队 学校有比赛

范例：

一、课题研究背景

多年来，学校的体育课外活动都是以班级为单位，按照学校的统一计划、指定项目、指定场地、指定器材进行。这种形式的课外活动，强化了班级管理，培养了学生的组织纪律性，但同时也存在着场地器材安排不合理、学生的主体地位得不到体现等弊病。99年6月的全国教育工作会议上，国务院指出：健康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，学校教育要树立健康第一的指导思想，切实加强体育工作，使学生掌握基本运动技能，养成坚持锻炼身体的良好习惯。特别是随着社会的发展，人们的生活方式、行为方式和价值观念都发生了巨大的变化，以班级为单位的课外体育活动形式已愈来愈显示出它的落后。尤其是最近几年，各种层次、各种类型的体育俱乐部在全国各地的建立，受到了社会各界、各级学校的欢迎，这种体制的建立，从根本上满足了学生的需求，有效地推动了体育运动的蓬勃发展。体育俱乐部起源于西方国家，至今已有二百多年的历史了，积累了许多成功的经验。我国这几年也出现了如企业型的俱乐部、社团型的俱乐部、民办非企业型的俱乐部、事业单位性质的俱乐部、单位内部的俱乐部等多种形式的俱乐部。从目前的情况来看，尽管我国的俱乐部尚处于初级阶段，还在管理、制度等方面存在问题，但不管怎么说，由于体育俱乐部的内容都是以自主健身为主要内容的，其发展趋势和潜力仍受到业内人士的青睐和好评。在高中阶段，由于学生的学习紧张、学习压力大，有限的体育课、呆板的课外活动已不能完全满足学生个体发展的需要。以前的体育课外活动是他主的、不以学生意志为转移的，甚至剥夺了学生自主发展需求的活动方式。因此，我们尝试以俱乐部形式开展课外活动，试图以俱乐部的优势、以俱乐部的管理方式来重组体育课外活动，让学生自愿加入、自主参与、满足学生活动的不同需求，满足学生能力发展提高的需求，满足学生日益增长的社会活动的需求。

二、选题依据

根据现代教育论中确定学生主体地位，发挥学生主体作用的要求，调动学生主体的积极性，培养学生的主体性；根据现代体育论的要求，努力实现由过去的竞技体育到现在的健康体育，由过去青少年体育向终身体育的发展。具体有：

1、俱乐部形式开展体育课外活动符合素质教育的要求 素质教育的宗旨就是开发潜能、培养个性、发展能力，达到强化生理素质、优化心理素质、提高文化素质的目的。人的素质是一个多方面、多层次的主体结构，在这个结构中任何一方面素质的欠缺都会削弱整体的结

构功能，影响素质的整体水平。身体素质又是人的其它素质组成和发展的生理基础，学校中的体育教学远远不能满足提高学生身体素质的需要，大量的身体素质练习主要是在课外活动和课余竞赛中进行的。俱乐部形式的课外活动就是以学生自愿的形式组织起来，愉快有效地进行身体锻炼，使学生在这些活动中充分发挥自己的潜能，尽情地施展自己的才华，从而达到增强身体素质、优化心理素质的目的。

2、俱乐部形式开展体育课外活动加速了学生个性的社会化进程
俱乐部形式实际上就是社会群落组合，是一种特定的社会群体活动方式。高中的体育课外活动以俱乐部的形式开展，就打破了原有的班级界限，突出爱好、兴趣的一致性，个体可以在社会活动中形成群体意识，表现出社会行为。人的社会化程度是检验人才质量的客观标准，所以要让学生尽早的实现社会化，就必须在更大的范围进行更多的活动。俱乐部式的体育课外活动是通过学生自愿、自由的组合，一个个个体构成一个个小群体，这种群体就形成了简化的社会，它加快了个体社会化进程，较快地内化和同化，为学生今后走向社会、适应社会奠定了基础。

3、俱乐部形式开展体育课外活动符合学生年龄、心理、生理特征
随着教育和文化的日益普及、人们思想的开放、独生子女家庭结构的变化等原因，青少年的个性发展在个人社会化过程中容易失去平衡性和完整性，而通过俱乐部这种群体方式，使他们的需求得到满足，这是社会的趋势，也符合他们年龄、心理、生理的特征。他们有较强的自由组合小群体的意向，不满足于现有的不科学的行政指令性的集体活动，有较强烈的“重新配置”小群体的心理倾向，这些都是以俱乐部形式组织体育课外活动的有利条件。

三、课题界定、理论假设和研究目标

体育课外活动的组织形式多种多样、内容丰富多彩，课外活动除了要重体育课的教学内容和教师所提出的锻炼任务外，学生还会根据自己的兴趣和特长去选择适合于自己的锻炼内容，逐渐养成体育锻炼的习惯，最终达到终身体育的目的。体育俱乐部正是在学生自愿组织、自愿参加的基础上，有序地把一个个小群体通过俱乐部的形式组织起

来，形成一个非正式的社团型俱乐部。这种形式开展体育课外活动是完全符合高中学生生理、心理需求的，其目的就是造就具有强健体魄、良好心理素质和丰富社会实践能力的学生。本课题旨在通过构建俱乐部式的体育课外活动样式，开发多元化的课外活动形式，探索一种能满足学生需求的、让学生自主管理、自愿参加、自我服务的管理模式，为学生的整体素质提升服务。研究目标具体分解如下：

1、研究体育活动的功能，探索适合高中学生体育活动的有效途径，建立科学合理的评价体系，构造高中俱乐部式课外体育活动的样式。

2、通过研究激发学生积极从事体育锻炼的兴趣和热情，增加健康意识和终身体育的习惯。

3、引导学生主动有利地参与体育活动，不断提高体育修养，促进学生主动、健康、协调发展。

4、通过研究增强教师的科研意识和能力，提高教师的专业发展水平。

四、操作措施

（一）、校本化俱乐部式体育活动的实施研究

（二）、校本化俱乐部式体育活动的课程方案研究

1、调查学生的体育兴趣、爱好，确定俱乐部下设的项目部。通过访谈、设计问卷，调查学生的体育倾向，结合本校的场地、器材、设施和师资情况，分设各项目部。

2、配备各项目部辅导教师。在师资配备上，根据各项目部学生报名情况和学校的体育传统项目来分配辅导教师。对参加人数较多的活动项目，配备多名辅导教师；对学校的传统项目，除配备辅导教师外，还要配备专业体育教师，以便更好地发现人才、培养人才。

3、安排俱乐部的活动时间、活动形式。根据俱乐部项目部的多少、人数，精心安排、设计各项目部活动时间、活动地点、活动方式。各项目部计划一学期进行辅导、培训，一学期进行竞赛。

（三）、校本化俱乐部式体育活动的研究

1、开展在校学生的评价。通过在校学生的评价，发现活动中存在的问题，不断优化课程设置，优化活动形式，俱乐部委员会根据学生

反馈情况，及时补充、修改和完善。

2、开展教师评价。通过教师对俱乐部活动建设、活动开展、学生参与的情况等方面进行评价，验证学生在体质、能力方面的进展状况。

五、研究方法

1、文献资料法。注重搜集、分析相关理论信息和研究成果，不断完善研究目标，丰富操作样式。

2、个案研究法。通过对部分学生进行连续不断的追踪调查研究，评价实验操作成效，发现纠正实验样式。

3、行动研究法。坚持在实践中研究，在研究中行动。

4、经验筛选法。对以前的经验、做法进行筛选。

课外活动方案 3

一、活动目的：

为丰富同学们的课余时间，增长知识，让学生了解更多动物的生活习性，感受多姿多彩的生活。同时，让学生在紧张的学习中得到适当的身心调节，培养学生自立、自理、自护、自强、自律的能力，树立团队合作精神，从而懂得爱护动物，珍爱生命。

二、活动主题：

“感受多姿多彩的生活”

三、活动时间：

20xx 年 5 月 14 日（十四周四）

上午 8：00 学校前门广场集合、点名，安全教育；8：30 准时出发；下午 15：30 返回学校。

四、活动地点：

广州 xx 香江野生动物园

五、活动对象：

五、六年级全体师生（学生 461 人，老师 33 人，师生 494 人）。

六、交通方式：

每班一辆汽车

七、人员安排：

xxx

八、安全保障措施：

1、对全体学生进行专题的课外活动安全教育，增强学生安全防范意识和自我保护能力。

2、加强管理和监控措施，各年级增配负责领导、带队教师，对各个环节的安全防范措施做到层层落实，责任到人。

3、学校安排卫生员和突发事件应急队员，以防同学受伤或突发疾病。

九、活动要求及注意事项：

1、教师要求：各教师要提高警惕，把管理工作做实、做细，确保学生安全。同时教育学生注意言行文明，爱护公共设施，不乱涂乱写；注意公共卫生，不乱扔果皮纸屑，要求及时清理垃圾，保持活动场地的清洁卫生。

2、全体学生必须统一校服，佩戴好红领巾（不用戴校卡），并带好适量的食水和干粮。在坐车途中，要求学生坐车时不准将手、头等部位伸出窗外，不大声喧哗；参观和活动时要做到井然有序，不拥挤、不喧闹、不追逐、不打闹，爱护好一草一木，不随地乱扔果皮纸屑，所有杂物都放进自己准备的垃圾袋或垃圾桶中。不攀爬树木，不到高处和危险的地方玩耍，不乱动景点设施和器材、车辆。班级之间、同学之间要做到互帮互助，团结友爱，不能擅自离队，独自行动，有事要做到事先向带队老师请假。

3、以班级为单位，不独自行动，不玩危险游戏，一切活动要听从班主任及工作人员的指挥。班主任安排小组长管理同学。周三中午放学前各班统一上交名单到（凌老师）处。（正副班任写上电话。文档一式3份上交，文档共享）

4、活动结束后，带队老师应清点人数，进行活动小结，表扬好人好事。希望各班组织学生写好活动感想（下周二每班上交5篇大队部）。

5、级长把不参加活动的学生统计好，注明是否食宿生。周三把名单交给徐璐老师，由老师负责监管学生学习。周四到六（1）班集中。各级语、数、英各安排一节课练习。

课外活动方案 4

一、开展课外活动的意义：

为进一步落实“把课堂还给学生，让课堂充满生命与活力；把创新还给师生，让校园充满智慧与生机的新基础教育理念，发展学生的个性特长，促进学生身心健康全面发展，我校将继续开展内容丰富，形式多样的课外兴趣小组活动。

二、目的意义

课外活动是学校课堂教学的延伸性活动，是进一步深化教育教学改革，全面实施推进素质教育的一个重要体现。课外活动的正常开展，既可丰富学生的课余时间，也可为学生提供一个自主发展的时间与空间。组织丰富多彩的文化、艺术、科技、体育活动，符合广大学生和家长的意愿。学生通过活动，能获得许多在课堂中学不到的知识和技能，有利于激发学生学习兴趣，发展个性特长，促进学生身心健康发展。

三、具体活动安排：

（一）课外活动领导小组：

组长：李有军

副组长：祁万禄

组员：各班班主任

（二）活动时间：

每天下午第三节

四、兴趣小组活动内容与目标：

1. 通过合唱、舞蹈、绘画、书法、折纸等艺术的熏陶，培养学生的

爱美情操，发挥他们的艺术潜能，提高其艺术素质。

2. 通过“篮球、乒乓球”等各项体育活动，掌握简单的体育技能技巧，培养学生的竞争意识，合作精神和坚强毅力，增强其体质，促进身心发展。

3. 通过“阅读与习作、英语、诵读”兴趣小组形式多样的活动，培养学生的.学习兴趣，拓展思维，巩固与提高课堂所学知识，培养其

应用、交流的能力。

五、具体要求以及奖惩措施：

①开学初，辅导教师要制定好学期辅导计划，一定要按计划进行活动。

②辅导教师每次辅导前要认真备课，确保辅导内容的系统性、连贯性；克服老师们在辅导过程中的盲目性和随意性。

③每次辅导时，教师要先点名，若出现无故不到的学生，教师要及时与班主任联系，弄清学生的去向。辅导时教师要认真组织学生活动，不得出现空堂现象。

④辅导教师要定期检查学生的学习效果。（根据活动特点，可以以不同的形式进行考察）

⑤学校中层干部每天对老师们的活动情况进行检查，做好记录，定时公布检查结果。

⑥学期末，学校将组织评委对老师的活动情况进行考核。

课外活动方案 5

一、活动目的：

让幼儿亲近自然、感受生活、增长知识、开拓视野，在与大自然的接触中感受人与自然和谐的重要，增强环保意识。

二、活动时间：20xx 年 10 月 29 日（星期五）

三、活动地点和内容：上海动物园

四、活动准备：

1、车子 25 辆：8：00 从幼儿园出发。

2、准备好车号牌。

3、幼儿及教师点心共 426 份：一小瓶矿泉水、水果一个，面包、蛋糕、火腿肠各一。

4、保健医生出发前发放晕车药，携带好急救用品。

五、安全保障措施：

1、加强管理和监督措施。总务对各个环节的安全防范措施做到层层落实，责任到人。班主任是班级安全工作的第一责任人，全面负责幼儿出游的安全工作，并负责组织好幼儿活动，维持好纪律。

大班：徐永刚。

教师对幼儿进行活动安全、卫生和交通常识教育，增强幼儿安全防范意识，培养幼儿自我保护能力，鼓励幼儿爱护公共卫生、遵守交通规则外出提醒幼儿注意言行文明，爱护公物，不随地乱扔垃圾。

6

为了认真贯彻落实《学校体育工作条例》和教育部《关于落实保证中小學生体育活动时间的意见》精神，有效保证我校学生每天一小时的课外体育活动的落实，促进学校体育工作深入开展，全面推进素质教育，特制定《明德小学每天一小时课外体育活动方案》如下：

一、指导思想

以“健康第一”为指导，把学校体育运动作为全面推进素质教育的重要突破口和切入点，紧紧把握提高学生体能，增强体质，促进健康成长这个核心，充分发挥体育的育人功能，促进学生全面和谐发展。

二、组织领导

建立健全组织机构，切实加强对每天 1 小时阳光体育运动的领导。成立以校长为组长，各年级班主任为成员的阳光体育运动领导小组。

三、落实责任

明确工作责任制，确保每天 1 小时阳光体育运动不折不扣的施行。建立健全多部门负责的学校阳光体育活动工作责任制和保障机制，组织人明确、活动内容有安排、场地器材有保障、安全及医务监督有保证，确保每天 1 小时阳光体育运动不折不扣的施行。班主任是落实每天 1 小时阳光体育运动的直接责任人，负责活动的组织、规划、监督、落实。

体育教师、科任老师是落实每天 1 小时阳光体育运动的实施责任人。

四、活动时间

大课间 30 分钟，

五、活动项目

广播操、打乒乓球、打羽毛球、跳绳、跳皮筋、踢毽子、跳高、

六、组织实施

1、当天的课任老师为课外体育活动的老师，各位老师要加强课外活动的巡查，及时妥当地处理活动中的突发事件。

2、广播操由班主任老师负责。

3、冬季长跑活动期间，当天没有体育课的班级，课外活动必须组织学生长跑。

4、其他活动，值班老师要根据学生的兴趣爱好分成若干个活动小组，选好组长，由组长带领大家活动。

5、值班老师要严密关注学生活动的安全。遇到突发情况要及时妥当地处理，如果情况比较严重，要及时报请值班领导甚至报请校长妥善处理。

7

一、活动名称

“爱我校园”学院清洁活动

二、活动背景

全体同学已经来到科院三个月了，我们在这里度过了我们的大学军训、运动会、辩论赛·····然而，我们却从未为我们的学院做过任何有意义的事。

三、活动的目标和意义

为了感恩母校、促进班级内部团结、塑造积极向上的学习风气，中德机电学院电气1001班特意策划了本次活动。通过本次活动可以提升全班同学的爱校热情，增强班级内部凝聚力，培养同学们乐于奉献的精神。

四、资源需要

本次活动预计参与人数为43人，活动所需的打扫工具将由各小组所在宿舍自行携带。

五、活动设计流程

本次活动开始时间为12月5日(星期天)。活动共分为I、II两期，I期活动将重点清理学院教学区(即A、B、C、D、E教学楼和行政楼

)及操场; II期活动重点清理实训楼周边及宿舍区道路两侧和绿化草坪。 I、II期活动计划各利用一星期的课余时间进行。活动结束后各小组上交一份活动总结或感悟,并自行制作小组活动 PPT,班级将组织班委对各组责任区进行评分,对活动中表现突出的小组及个人进行表彰和奖励。

六、活动期间注意事项

- 1.不得干扰正常上课纪律;
- 2.各组组长要认真组织,并如实记录各组成员的表现;
- 3、由于活动工程量较大,本次活动过程中可能会邀请部分兄弟班级共同参与;
- 4、本次活动开始后将完全由各小组自行组织,因此各组长及小组负责人员要有高度的责任感和集体荣誉感;
- 5、活动期间做好同学们的思想工作,防止出现抵制情绪。

七、活动负责人及参与人员

活动总负责:班长 王爽、团支书 王浩年、组织委 马启明

分组情况如下表:

策划人:电气 1001 班班委

20xx 年 12 月 X 日

以上内容由提供,如果您觉得本站的信息还不能完美解决您的问题,可以联系我们,联系地址: editor@,我们将在第一时间内为您解答。

如果您曾在大学期间也写过类似的活动策划书,欢迎您点击下面的我要投稿来分享您的策划书,本站一经采用,将给予一定报酬。

8

一、指导思想:

健康第一是素质教育的基础。为了更好地开展好学生的课外体育活动,增进学生的身心健康,发展学生的兴趣、爱好和特长,丰富校园文化生活,加强校园精神文明建设,特制订此实施方案。

二、组织机构:

组长:叶兆忠

成员：刘立敏、谢新发、彭修建、班主任、体育教师

三、组织形式和具体内容：

1、全校性体育活动：

(1) 组织形式：下午课外活动时间进行，是在学校统筹安排下，以年级或班级为单位进行的课外体育活动，具有一定的指令性，是课外体育活动的主体。

(2) 具体内容：开展健身跑活动，另可根据学期计划制订出体育节活动计划（如以年级为单位开展班级篮球赛、乒乓球、广播操比赛等），提前下达各年级组织参赛。

2、班级体育活动：

(1) 组织形式：一般安排在全校性体育活动之余进行。是以班级为单位，在班主任和体育教师指导下，由班干和锻炼小组直接负责进行的体育活动，是全校性体育活动的重要补充。

(2) 具体内容：篮球、乒乓球、羽毛球、跳绳、跑步、实心球、立定跳远、仰卧起坐等体育运动项目，由各班自定、自选。

3、个人体育活动：在完成全校性体育活动及班级体育活动之后，学生根据自己的实际情况，自觉地进行体育锻炼。教师，特别是体育教师要积极引导加强学生加强课余体育活动。

4、校运动队训练：普及与提高要相结合。体育竞赛是展示学校体育活动的窗口，相关教师要支持学生参加运动队训练，教练员要尽好自己的职责，不断提高训练的成效，完成学校下达的竞赛指标。

四、检查与考核：

1、必须高度重视课外体育活动的组织工作，并认真组织做好有关检查、考核工作（考核内容应包括学生实到人数、集队、跑步队形、徒手操、纪律等方面），要把各班课外体育活动实施情况作为专项内容列入班级五项评比竞赛之中，未经学校批准不得随意取消活动。

2、校值周班级协助做好相关的检查考核工作。

3、每学期末由学校组织体育组对班级跑步活动进行达标考核验收，同时把成绩纳入班级考核和学生个人体育课成绩评定。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/896153103001010044>