

一、学校基本情况

龙口市第十中学，专职体育教师 4 人，兼职体育教师 2 人，篮球场 3 块，体育器材室 1 个，足球场一块，排球场 1 块，室外健身器材达到国家一类标准。多年来学校坚持“健康第一”的教育理念，认真落实体育工作条例，大力开展传统项目体育运动(学校特色是跳绳、踢毽)，坚持三操一活动，学校为寄宿制学校，常年坚持跑早操，做眼睛保健操，并组织大课间，没有体育课的当天进行户外体育活动，确保学生每天的课外活动时间。

二、加强组织管理

学校成立体育工作领导小组，分管校长为组长，级部主任为副组长，班主任为组织委员，体育教师为指导老师及裁判。级部主任负责协调同文化学科时间上的安排，班主任是课外活动的组织者，组织学生进行户外活动，并通过活动对学生进行思想教育，提高班级的凝聚力，体育教师提供技术指导，并组织项目比赛。学校按照国家课程标准设置体育课时，每个班级每周三节体育课，没有体育课的当天要进行课外活动。落实了每天学生锻炼时间超一小时的目标，制定了课外活动及实施方案，定期检查。

三规范教育教学

学校严格按照国家课程标准设置，每个班级每周 3 节体育课，制定学校体育运动方案，各班级认真遵照执行，每年召开两次学校运动会，同时制定体育活动配档表，定期进行体育单项比赛，体育安全教育方面，学校也下大力气，体育课及课外活动需

要注意的事项时时和学生讲，让学生增加安全意识和自我保护意识。

龙口市第十中学常年进行田径运动队和传统项目踢毽、跳绳的集训。田径集训每周两次，跳绳踢毽大课间、体育课、课外活动常态化练习。为提高和核验学生们活动成果，学校大约六周进行一轮以级部为单位的小型单项赛，制造气氛，提升学生的参与热情。大课间组织情况，以级部为单位进行区域划分，活动内容分为必修和自选两部分，必修项目是每班四根跳绳，进行“8”字跳绳，时间10分钟，自选项目是单人跳绳或踢毽，双人跳绳，多人跳绳，加强学生对中国传统体育文化的培养。学校每年组织两次运动会，运动项目有100米、200米、400米、跳高、跳远、三级跳远、铅球、标枪、铁饼等项目。学校体育社团开展了中国象棋社团，教育学生传承中国传统文化，开展足球社团，通过活动增强孩子的体能。

本学年，学校体育工作开展顺利，没有发生一起安全事故，今后继续加强学生的身体锻炼和安全意识的培养，让每个孩子都能通过体育锻炼获得快乐，并拥有健康的体魄。

龙口市第十中学
2022年7月18日