**“校园体育一小时”活动方案**

1. 活动目的

为切实提升学生身心素养和体质健康水平

1. 活动对象

梅林中学全体学生

1. 活动地点

梅林中学田径场，体育馆，各类球场等

1. 活动内容与时间

1.高一、高二课间操：（10:10——10:30）

高三跑步：（10:10——10:30）

2.全体同学眼睛保健操：（15:30——15:45）

3.体育项目社团活动以及部分学生模块项目练习，体育老师组织高三学生继续各种球 类的体育活动：（17:20——18:10）

1. 参与体育老师名单

总负责：朱进步

高一、高二体育教师：朱进步、黄景转、巩洪国、黄晓博、马欣。

高三体育教师：方莉、刘鹏。

梅林中学体育组

2019年9月1日