

2023年大学晨跑晨读活动策划(通用5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

大学晨跑晨读活动策划篇一

督促大学生养成“早读、早餐、早锻炼”的健康晨间生活方式

针对xx大学全体学生和教职工

xx年3月21日——xx年6月20日

一、启动仪式

二、评选“三早达人”比赛

2、活动口号：早读、早餐、早锻炼 践行“三早”达人生活

3、活动内容：

早餐达人赛（每次至少10人）

（1）参赛者到肯德基餐厅参加早餐diy搭配比赛（diy的材料可以自备）；

（3）4月16日、4月30、5月14日、5月28日早晨7点在肯德基合肥长江餐厅举办比赛。

（4）每次比赛评出两名早餐达人（共8人）；

早读达人赛（4月2日至5月31日）

（1）以个人或寝室为单位自愿报名参加早读达人赛

（2）由学生会在比赛前一周在安农青年网和青禾bbs上公布三个以上的可选晨读内容，并接受学生评选，获得最多选票的读物作为当期的内容。

（3）每周六由学生会组织一场早读达人赛，制定评选标准并组织评委打分，每周产生一名早读达人（共9人）。

早锻炼达人赛（4月2日至5月31日）

（1）以个人或寝室为单位自愿报名参加早锻炼达人赛；

（2）由学生会提前在安农青年网和青禾bbs上公布每周的锻炼内容。

（3）每周六由学生会组织一场早锻炼达人赛，由学生会制定评选标准并组织评委打分，每周产生一名早锻炼达人（共9人）。

早达人总决赛（6月5日）

（1）共26名三早达人参加总决赛；

（2）奖项设置：冠军1人，亚军2人，季军3人；从历次参赛人选中选择表现突出未获得达人称号的同学中选取30名授予优秀“三早”达人称号；从以寝室为单位报名的团体中选取寝室成员表现突出的6个寝室授予优秀“三早”寝室称号。

大学晨跑晨读活动策划篇二

为营造良好的学习氛围，进一步激发学生学习主动性，培养

读书习惯，提高学习效率，树立“一日之计在于晨”的学习意识，拟在广大学生中开展“今天，从晨读开始”活动。

20xx年3月——20xx年6月，每周二至周六 早7:40—8:00

20xx级护理班□20xx级综合班

每月确定一个主题，以班级为单位，以班主任为主导，围绕本月主题开展学习活动，不拘泥于形式，活动周期可以围绕主题分阶段开展活动，活动形式可以是朗诵、演讲、默写、考试、讨论、写学习心得等，也可以学生自己写作品进行诵读，具体内容由班主任安排。

德育工作处、团委每月进行一次总结，并观察活动效果，通过考试、演讲、文学作品创作、竞赛等形式评选出活动优秀班级和优秀个人予以表彰。

（一）3月19日—4月15日，主题：“学习弟子规、做道德模范”

（二）2. 4月16日—5月13日，主题“飞扬青春、呵护生命，做光荣的白衣天使”

（三）5月14日—6月10日，主题“诵读经典”

（四）6月11日—期末考试，主题“学法律、创和谐”

大学晨跑晨读活动策划篇三

一、活动主题：

某大学阳光晨跑（冬季长跑）活动

二、活动目的：

提高同学的身体素质，培养同学们的毅力及奋斗精神。增强免疫力，保持昂扬的精神状态，树立健康的大学生形象，更加凸显当代大学生的青春活力，使大家能更好地投入学习，展现我院莘莘学子的优良风貌。

三、活动安排：

- 1、时间：9月10日起每天早7：00~7：30
- 2、地点：苏州工业园区职业技术学院操场
- 3、参加人员：软件一班
- 4、内容：绕400米标准跑道跑步1圈

四、活动要求：

- 1、各班于7：00按四列纵队将队伍集合完毕，各系部体育部负责人负责系部各班级的考核工作。
- 2、阳光晨跑活动（含跑步途中及退场）由各班体育委员带队，确保步调一致、口号响亮，各系部集合完毕则开始跑步，先集合好的系部先跑。
- 3、院系体育部助理必须每天按时到场进行管理及督促。
- 4、各班学生如因事、病等请假，需要系部提供假条证明，由体育委员交予系部体育部助理，系部体育部助理上交院部体育部助理进行销假。病、事假一月不得超过两次，有假条则不做扣分，若没有假条，则相应扣除该生个人分数以及优秀班级评选分数。若有班级出现多人未来参加晨跑，且无特殊事宜，则取消该班级评选优秀班级资格。
- 5、严格按此策划书内容执行，如遇雨、雪等特殊天气情况，则正常早自习，当日阳光晨跑活动取消。如有其它活动安排，

另行通知。

五、活动考核：

- 1、各系部由各系部体育部负责全部点名，院体育部进行每天抽查。
- 2、院体育部同学在操场四个点上进行监督考核，防止有同学不能自觉完成晨跑。
- 3、系体育部在开始时要进行考核，在晨跑结束退场时要进行二次考核，并做好记录。
- 4、具体任务分配请见附录

六、其他注意事项：

对于有心脏病或者其他疾病不能参加晨跑的同学进行统计，让他们适量地减少此项运动，或者经过学生管理处同意，取消该同学参加晨跑。

大学晨跑晨读活动策划篇四

xx大学阳光晨跑（冬季长跑）活动

提高同学的身体素质，培养同学们的毅力及奋斗精神。增强免疫力，保持昂扬的精神状态，树立健康的大学生形象，更加凸显当代大学生的青春活力，使大家能更好地投入学习，展现我院莘莘学子的优良风貌。

- 1、时间：9月10日起每天早7：00~7：30
- 2、地点：苏州工业园区职业技术学院操场

3、参加人员：软件一班

4、内容：绕400米标准跑道跑步1圈

1、各班于7：00按四列纵队将队伍集合完毕，各系部体育部负责人负责系部各班级的考核工作。

2、阳光晨跑活动（含跑步途中及退场）由各班体育委员带队，确保步调一致、口号响亮，各系部集合完毕则开始跑步，先集合好的系部先跑。

3、院系体育部助理必须每天按时到场进行管理及督促。

4、各班学生如因事、病等请假，需要系部提供假条证明，由体育委员交予系部体育部助理，系部体育部助理上交院部体育部助理进行销假。病、事假一月不得超过两次，有假条则不做扣分，若没有假条，则相应扣除该生个人分数以及优秀班级评选分数。若有班级出现多人未来参加晨跑，且无特殊事宜，则取消该班级评选优秀班级资格。

5、严格按此策划书内容执行，如遇雨、雪等特殊天气情况，则正常早自习，当日阳光晨跑活动取消。如有其它活动安排，另行通知。

1、各系部由各系部体育部负责全部点名，院体育部进行每天抽查。

2、院体育部同学在操场四个点上进行监督考核，防止有同学不能自觉完成晨跑。

3、系体育部在开始时要进行考核，在晨跑结束退场时要进行二次考核，并做好记录。

4、具体任务分配请见附录

对于有心脏病或者其他疾病不能参加晨跑的同学进行统计，让他们适量地减少此项运动，或者经过学生管理处同意，取消该同学参加晨跑。

大学晨跑晨读活动策划篇五

1. 解决我学院大部分学生学习英语懒散，不自觉的态度。
2. 激发学生对学习的'积极性，提高他们英语的日常表达能力。
3. 把我们学院打造成从化市一所学风优良的独立学院

1. 培养新一代学生健康生活模式和积极向上的心态。
2. 培育良好掌握学习语言的能力，变传统的被动学习为主动学习。
3. 为我院打下一个刻苦学习的校园文化氛围。
4. 增强社团的凝聚力，同时联络社员感情。

中上大学南方学院全体学生

晨读时间：周一、周三7：00—8：00 周五 8：30—10：00

晨读地点：申请教室或在东西区的操场。（也可以在中山头像那里或博学路）

晨读组织形式：1以小组形式（自由组合，一般3~5人，没组合的可以服从安排，特殊的可以一人，每一组要有一位组长起到监控辅导和登记考勤的作用，为增加其趣味性每一组要有自己的口号，并且该小组固定下来一般情况不再更改）

世界沟通，英协联通，晨读造就成功。

晨读室

主旨：轻松晨读，“读”一无二的开始

主要活动：

1 英语美文诵读（室内外均适合）

2 英语对话（室内外，最好室内）

【注：可以是本人随机的生活对话，或是从网上课本获得的主题后而展开的对话】

3 英文短文朗读pk（室内外，室内比较好）

【注：比赛课文内容统一1同一时间内，读的篇幅的大小分胜负

2同一课文，读的时间的多少分胜负。由于该比赛分胜负的复杂性，可以由学员投票决定】

4 英语绕口令

【注：选取一些趣味性较重且有利于锻炼口语发音的口令。】

5 英文单词拼读

6小组联谊表演

【主要内容：英语小品，二人朗诵，剧本角色表演等】

7 英语名人演说模仿秀

【选取一些外国较容易理解的段话】

其中，1-5为常规活动，6-7为特定项目（如：月末或期末比赛）

听力室

主旨：语音语音，使我们更知心

主要活动：

- 1 英语听力
- 2 看电影配音
- 3 听歌猜词

【注：让学员预先把一些统一的英语歌熟悉透以便该项目的进行。进行时只摘取某一小段】

4 听歌译词

【注：选择一些比较容易的中文歌让听者翻译其中一段。但要有事前告知哪一首】其中1-2为常规节目，3-4为特定项目（如：月末或期末比赛）

附：以上比赛均以小组形式进行，对于个人的踊跃参加应给予记分，积分情况如下：

前期准备

1. 策划部工作
 - 1) 晨读社策划书

2. 学术部门

1) 得事先向学校申请所需晨读室（两间，一阅读室一语音室）和告知此晨读以后可能用到的地方，例如：东西区的操场、中山头像那里或博学路。

2) 部门编制次日阅读材料做好阅读材料印制工作（按人数定制数量）（待问卷结束时再定）

3) 制定较为详细、系统的学习计划，有计划的进行晨读内容

2. 宣传部

1) 晨读社前夕在东、西去设立宣传点（咨询点、报名点）

2) 复印约500份传单，在东、西区派送

4) 利用声影技术！收集每天东西区晨读的场景，并制作成各式视频和相片。频则放到中大南方后院等地进行宣传。（与网络部合作）

5) 制作并张贴海报（2张长期张贴于东区和西区，2张在进行宣传时使用）

6) 要在学校设有的各个信息渠道宣传晨读社

3、外联部

1、向学校方面申请奖励优秀社员的学分。

2、奖励会员的奖品

4秘书部

1、过新社员qq群或手机飞信发出通告预算参加人数，

2、每日签到的准备

3、制作供加晨读社的同学使用的“晨读社员”卡，与未参加者进行区分。

5文娱部

1) 建立一个共用邮箱（把邮箱的地址和密码告知每一位学员），把次日要用到的资料上传和负责打印要用到的资料。

2) 做好调查表的前后工作，如调查、统计……

6、网络部

1、拍摄晨读活动的宣传及活动开展的照片，存档。

2、将晨读开展前几天的情况做成视频、照片，在学校的网络渠道上进行宣传。（与宣传部合作）

实施过程

1 各相关人员提前到准备晨读室签到

2 月底晨读活动结束后可进行小型朗赛目，提高社员朗诵热情。

后期工作

1月末举行晨读活动总结晨读大会，对那些积极分子进行表彰。

2 总结活动的缺点、为下次晨读活动的开展积累经验

3、适时了解会员意见，随时进行改善。

1) 海报4张（2张长期张贴，2长宣传期使用） 一张20元，共80元

2) 传单(学校宿舍楼下张贴)30张 共15元

3) 奖品 赞助

4) 学习资料 待定

由于这个组织并非是强制性的。而是以自发为目的的组织，为了持久的激励学员能坚持学习英语的热情。必须给予学员一定的激励。激励的方法多种多样，以下的想法仅供参考：

1、对于一学期都坚持不迟到不早退、不缺到者，奖励学分或奖品。——勤奋奖

2、对于一学期内英语水平明显提高者，奖励学分或奖品。——飞跃奖

5、凡参加晨读社的学员，参加英协举办的活动有一定的特殊待遇，具有优先权

1 不准学员带早餐进入晨读室，保持一个好的秩序

2 做好签到工作利于奖惩（最好每一个学员都有一个属于自己的号码，例如：学号。便以登记）

3如遇风雨，可以取消次日活动，相关的人员可以不到。但学员可以到也可以不到，晨读室依然为他们开放。

4迟到者在不打扰他人情况下允许进入。