

# 2023年社区跳绳活动总结 跳绳活动总结(模板9篇)

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。大家想知道怎样才能写一篇比较优质的总结吗？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

## 社区跳绳活动总结篇一

五里店小学花样跳绳比赛活动总结2013年5月17日下午15:00，我校举行了跳绳比赛，现对比赛活动总结如下：

### 一、总体情况：

程序组织较好，各班对学生组织得有纪律、有秩序，活动过程中各个班级的同学跳得很努力，镇定、大方，坚持不懈，取得了很好的成绩，收到了预期的效果，对学生积极参加体育锻炼起到了促进与引导的作用。

### 二、主要优点

1、各班能认真组织学生练习，对学生给予技术上的指导，组织学生在班级内进行比赛，选拔参赛选手，并对这些学生进行了更多的培训、指导，很多班级每天都利用课间的时间进行模拟比赛，使学生掌握了一定的技能、技巧。

2、比赛前，各班班主任组织学生进场时纪律很好，很有秩序。比赛时，班主任能看好学生，让学生安静地观看比赛，赛场秩序非常好，比赛氛围也非常好。

3、参赛的班级技术技巧上都有一定的提高，能做到坚持不懈，

尽自己最大的努力发挥自己的水平。

4、评委老师及工作人员能公平、公正认真、负责的对待本次比赛的评判，并及时地填写好表格，保证了这次比赛的水平。

### 三、存在问题

1、部分班级在观看比赛时有学生混乱时，班主任老师没有及时地去管理学生。

2、部分同学在参加比赛时过于紧张，心理素质不够好，老师应该给予指导。

这次跳绳比赛丰富了学生们的课余时间，在运动中体会到了快乐。“摇绳练臂力，跳绳练腿力，跳摇配合练脑力”，通过这次活动锻炼了同学们的身体，磨练了同学们的意志，增强了同学们的合作意识，一些班级经过自己的努力，取得了理想的成绩。在此我们向他们表示衷心的祝贺。

## 社区跳绳活动总结篇二

花样跳绳活动是我校传统的体育项目，此项目是在班级跳绳比赛的基础上引进的，对提高学生身体素质起到了良好的作用，现将本学年工作总结如下：

本学期参加传统体育项目训练的学生有41名，分别是在各班级申请挑选出来的。其中有老队员，也有新队员，在训练过程中采取的是以旧带新的方法，取得了较好的成绩。其中进行了两次展示活动，另有一次学校领导参观，队员们兴趣高涨，有所进步。

1、通过学生丰富的想象力使花样跳绳在课堂教学上得以提高，

使学生对花样跳绳产生浓厚的兴趣，同时培养了学生科学锻炼身体习惯，为终身体育奠定了良好基础。

2、学生对花样跳绳教学学习兴趣普遍高涨，通过调查采访，学生在课堂教学学习后能利用课间、课外时间进行练习。在学校举行的花样跳绳比赛中学生成绩得以提高特别是学生的身体素质得到提高。

3、在学校掀起花样跳绳活动高潮。在这些队员的带动下，学校的跳绳水平明显上了一个台阶，很多学生在这些队员的带动下也跟着训练，水平也随之提高，对推动学校的体育工作，提高学生的身体素质做出了应有贡献。

总之，传统体育项目活动，我们将坚持下去，并稳步得到提升，工作中有不足和失误之处，敬请领导专家予以指正。

## 社区跳绳活动总结篇三

为丰富我校全体教职工课余文化生活，缓解一个月以来烦累的工作，展示教职工的精神风貌，我校全体教职工于3月29日下午3点30分在篮球场举行了一分钟跳绳比赛，现将这一活动总结如下：

为了能让大家轻松愉快地参加工会活动，3月初，工会下发了征求意见函，并把各组最喜欢的工会活动内容进行了梳理，确定了本次的活动内容。

离比赛还有一周的时间，当你路过走廊时，就能看到组内教师锻炼的身影；有时坐在办公室里就能听到其它组内教师们锻炼的声音。比赛当天，老师们把运动鞋都穿的穿、带的带。张校长的丈夫开玩笑地对张校长说：装备很齐，不知跳的怎样。张校长当时就回敬到：跳几个不重要，重要的是学校活动要积极参与。其实咱们在座的每个人都不是什么运动健将，也不是什么游戏专家，但多数人都是这个理念：虽然是玩，

但这是一项活动，是活动就要积极参加。（这次活动应参加67人，实际参加43人，到场64人，没到场的3人也分别进行了谈话。参赛率64%，参与率96%）

活动内容定好后，各组组长在征求组内成员的基础上，上报了本组参赛队员名单。从上报的名单看，除身体确实不能从事剧烈运动的，（当然也不排除怕影响组内成绩而不报的），几乎全员参与。虽然有人不能上场跳，但比赛当天都与组内队员站在一起，为他们鼓劲、加油。就连校长那么忙，也还是在三点半之前从局里赶回来参加活动。刘春蕾老师、孙云晶老师由于身体情况没有报名，但比赛当天被组内教师的热情所感染，最后还是上场了。平时不擅长体育运动的也拿起了跳绳，在场上舞动，曲海娟、刘晓丽老师就是很好的例子。老教师们更不逊色，李相军、包玉华、王洪梅、李桂英等老师跳得是那样的投入，比赛结束后万老师还在自责：怎么就没有拿到第三呢？跳绳没跳够，下次力争第三。这种不服输的精神值得我们学习。最佳团队，一个都不缺的是三年组和科二组。在此感谢能参与此项活动的所有人。

比赛的当天由于风比较大，部分学生没有离校噪音也比较大，我和房志强在广播室讲的要求老师们站在篮球场什么都听不到。可这并没有影响比赛，汪兆霞老师把自己的腰迈拿来用。不论轮到哪个组比赛，教师们特别自觉，上场迅速，时间观念较强。当负责数数的组人不够时，房志强和李丽在场上临时抓人数个数，被抓的老师没有一点怨言。当兰秀月老师临时有事时，刘春蕾、于水等老师主动承担起拍照的任务。

最后我想用李仁堂报导上的话结束这项活动的总结：教书育人让教师们伟大，跳绳比赛使教师们更有活力。上场的43位教职员工，跳出了激情，跳出了成绩。于水、李仁堂、李树田、丁玉华、张春艳、鲁伟、孙云晶分获男女单项前3名。科一组获团体总分第一名。让我们用掌声对这些取行成绩的个人和学年组表示祝贺，同时也真心的希望下次工会活动参赛率达到90%。

## 社区跳绳活动总结篇四

为贯彻实行好学校的教学工作计划，开展好丰富多彩的校园文化活动，以响应全民健身运动的号召。在校领导的指导下，以及班主任的带领下，各年级全体同学热情参与，我校跳绳比赛于20xx年10月24日圆满结束。

此次活动，得到了体育教师和班主任老师的高度重视，从活动的组织到实施，体育教师带领学生训练，班主任教师要更是积极协助训练，特别是低年级班主任，课间、午间都和学生一起练习。学生从不会到会，从能跳一个到能跳多个，每一点一滴都倾注着班主任老师辛勤的汗水。

此次活动，效果显著，刚开始练习，我们一年级有很多孩子不会跳绳，甚至一个都跳不起来，经过刻苦的练习，绝大多数学生跳绳自如，而且还有一定的速度，他们能积极参与，非常值得表扬。活动中，拉近了师生之间的距离，增强了班集体的凝聚力，班主任教师细致入微的关怀和莫大的包容，都为我们这次活动增添了光彩，相信经历了，你就会有收获；努力了，你就尽到了责任。欢乐痛苦都是体验、成功失败都是营养。

通过这次活动锻炼了同学们的身体，磨练了同学们的意志，增强了同学们的合作意识，达到了我们预想的结果。虽取得了点滴成绩，但也存在不足，例如有的学生跳绳较轻，因风大没能发挥出应有的成绩，还有的班级不够重视，导致成绩不佳。跳绳活动是一项能促进学生下肢肌肉、关节、韧带和内脏机能的发展，对于发展弹跳、协调等素质也具有显著效果。特别是健脑，希望同学们能发扬优点克服不足，继续参与到活动中来。

## 社区跳绳活动总结篇五

在深入推进素质教育，全面实施课程方案的进程中，加强和

创新阳光体育活动，让孩子们拥有健康的体魄，乐观向上的精神一直是我們思考的问题。学校在深入挖掘校本资源的基础上，提出了开发建设体育校本课程——花样跳绳。并作为我校特色品牌课程组织实施和研究。先把这一年来特色创建情况汇报如下：

## 一、立足校本，厚实课程底色。

### 1、“需要”呼唤花样跳绳。

学生体质现状堪忧是近几年来加强阳光体育活动，硬性规定学生在校活动时间的根本原因，花样跳绳作为一种喜闻乐见，简便易学的活动项目适应了这一需要。三级课程的设置方案，明确了校本课程的本土特色，“花样跳绳”作为普通跳绳的发展和创新，成了创建特色课程的需要。“花样跳绳”所具有的多元教育功能也是学生全面发展的需要。“花样跳绳”还适应了学校活动空间不足的需要。

### 2、“优势”成就花样跳绳。

我校传统的跳绳比赛活动，形成了大部分学生爱跳绳，会跳绳的基础，这为花样跳绳的开展打下了坚实的基础。跳绳加上了花样，激发了孩子的兴趣，具有广泛的参与度。简便易学，用具易配，利于推广，安全性强，体现花样跳绳的优越性。我校莫丽丽老师从事过花样跳绳的培训和研究，有着丰富的教学经验，这为花样跳绳校本课程提供了优秀师资资源。

## 二、研究论证，形成课程体系。

“花样跳绳”校本课程在近来年的实践、摸索与研究中，初步形成了我们自己的课程体系。当前已编辑出版了三个学段的《花样跳绳校本资源读本》。

### 1、凸显了“花样跳绳”的文化特色。

读本收集整理“花样跳绳”的基本动作。阐述了“花样跳绳”的多元育人价值。按学段分层次介绍了“跳绳”和“花样跳绳”的历史和现状，介绍了“花样跳绳”史上的部分名人和部分“花样”。还把我校一些同学新创的花样，以该生的名字进行命名，写入读本。体现挖掘和研究文化内涵的特色。

## 2、论证设立了“花样跳绳”的目标体系。

在教学实践中，研究教师根据年龄特点，技能基础，对目标体系作了深入的研究论证。主要从体能素质、技巧技能、学习态度、合作精神、创新意识等方面设立目标体系。比如低年级主要培养跳绳的兴趣和基本技能。中、高年级才在花样掌握、创新、合作、速度等方面提出一定要求。同时还设立了不同项目的等级评价表。

尽管这些资源还不完备，但这些有益的探索，为有序、深入的开展“花样跳绳”活动起到了推动作用。

## 三、课程实施，完善保障机制。

为扎实有效地落实“花样跳绳”校本课程。学校出台了多种保障措施，在实践不断完善，取得了良好效果。

1、确保课时计划不占用。按课程设置方案的规定，每个年级拿出1课时作为“花样跳绳”校本课程的教学时间，严禁占用。

2、实行“花样跳绳”专职化。为确保课程质量学校明确莫丽丽老师和我为“花样跳绳”的专任教师。全面负责各年级“花样跳绳”的教学和研究工作。各班主任为“花样跳绳”第二责任人，协助组织有关这个项目的各类活动。

3、运用常规活动助推“花样跳绳”的开展。一是各班设立了“花样跳绳”晋级栏。由各班主任负责组织评价。二是校

本课程活动时间定为集体训练展示时间。集中活动既展示了训练成果，又培养了学生团结协作的精神和集体荣誉感。

4、组织项目比赛和跳绳节，推进“花样跳绳”向内涵发展。学校每年组织4次单项比赛，包括：传统花样比赛、单人花样比赛、多人花样比赛和创新花样比赛。主要以单项比赛的方式提升训练水平。其内容涵盖了全校展示、班级展示、个人、双人、多人花样展示、“花样跳绳”文化宣传展览、“花样跳绳”多元育人研讨活动等，以跳绳节为载体全面推进“花样跳绳”的内涵发展。

我们通过扎实的实践与研究，取得明显成效，初具影响力。拓宽渠道、扎实实践、深化研究，让“绳彩飞扬”，让“激情四射”，让孩子们绽放出最童真的笑颜，是我们不懈的追求！

## 社区跳绳活动总结篇六

参加跳绳比赛的同学来自各个班，相比于以前，学生的学习任务多，不是写作业就是背书，现在学生参加了跳绳活动，活跃锻炼了身心，使校园生活变得真正丰富起来。

我校是一个农村薄弱学校，体育教学方面比较薄弱，学生锻炼的时间，方式难得到有效的保证，在体质方面情况不容乐观。跳绳兴趣小组与晨练结合起来，能够在这方面做一点努力。

我校规定是每天每个当天没有体育课的班级（六年级除外）除了参加其他兴趣小组的同学外，剩下的都要参加跳绳小组。平均每天都有几十个，而负责的老师只有我一个，精力上的确顾不过来，光组织就费了很多时间，几乎没有时间去具体指导。其次是虎头蛇尾。开始学生热情还很高，但到了后来热情就少了，人也越来越少了。有些班干脆就不下来了，甚至要我在广播里喊才出来。我觉得根本原因是各方面对体育

工作重视不够，不能从一种“育”的角度来看问题。农村学校，体育课程本来就艰难有限，体育工作的开展还要靠全体老师的坚韧开拓。

经过一学期的跳绳活动，学生有不少收获，我将从以下两个方面进行总结：

### 1、自觉性提高

在刚开始组织跳绳时，所有学生都非常兴奋，一拿到绳子，就飞快地奔跑着、跳着。在班主任和副班主任的带领下，学生学会了把绳子卷起来，有组织、有秩序地排着队走到本班所在的区域内跳绳。活动完毕后，学生们也都自觉地把绳子卷起来，排队有秩序地回到教室。

### 2、花样丰富

学生的模仿和创新能力非常强。刚开始很多学生都不太会跳绳，只是兴奋地拿着绳子乱奔乱跳。经过这一个多月的练习，学生学会了很多花样。例如正交叉跳，后交叉跳，双脚跳、单脚跳……五花八门，各式各样。有的学生很有创意，两个人拿一条短绳，蹦跳着，简称为“双双跳”。

### 3、师生关系融洽

在跳绳的过程中，老师和学生融成一片。有时老师作摇手，摇着长绳，有顺序地组织学生跳；有时学生作摇手，老师和学生一起跳。老师跳短绳，组织一个学生在面前，师生同心协力，配合得非常好。经过这些活动中，老师和学生的关系更融洽了。

### 4、促进学生学习

在跳绳的过程中，数学老师还让学生一边跳绳一边背数学乘

法口诀，手脑并用，促进学生利用那激烈的体育活动精神学习文化，使学生们更快更有效地掌握口诀。

## 1、班内比赛

在练习跳绳的过程中，很多学生自觉组织两个人进行了比赛，看谁跳得好、跳得快、跳得多。班主任组织小组进行比赛，通过小组比赛，激发了学生更积极、更有勇气战胜对方。从而，增强了班级凝聚力和集体荣誉感。

## 2、班际比赛

速度跳绳：时间为1分钟，全班参与，成绩相加除平均数为本班总成绩，在规定的时间内跳的次数最多的为胜者。

总而言之，跳绳活动丰富了学生的课余生活，增强了学生体质，锻炼了学生意志，增强了班级凝聚力，增强了学生集体荣誉感，密切了师生之间的沟通和联系，促进了校园的和谐发展。

## 社区跳绳活动总结篇七

历时近一个月的跳绳练习与比赛活动，在体育教师的周密组织与指导下，在学校的领导和教导处、班主任老师的大力配合下，在全体学生的积极参与下，现已落下帷幕。

此次活动比赛，参与面广，练习阶段全校学生都积极参与进来，利用体育课、课间、午间进行练习，比赛阶段参加人数达到700人次。这是我校除体育运动会以外的又一次对全校学生体质体能检验的盛会。

水。近一个月来，班主任老师的身影更多的出现在体育课堂，出现在操场上，学生的点滴进步，教师都同喜同乐。

素质也具有显著效果。特别是健脑，希望同学们能发扬优点克服不足，继续参与到活动中来。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 社区跳绳活动总结篇八

- 1、开展社团活动贯彻落实素质教育的需要。培养学生爱好和兴趣，发展学生的特长，给全体学生提供参与的机会，切实提高每一名学生的综合素质。
- 2、开展社团活动是终身体育观的具体体现。让学生学会健身与休闲方式，热爱健康，热爱生活，热爱生命。
- 3、开展社团活动是我校工作思路的具体体现。除了完成国家规定的课程和达标内容外，我校还为学生提出了四项具体目标：学会一项球类运动、学会组织一项体育比赛、学会一种体育健身技能、学会一种休闲方式。
- 4、开展社团活动是一种课外选修的课程。开展社团活动是对体育课程教学的一种延伸与拓展，与当前大力倡导的研究性学习和校本课程开发联系起来。

社团是从20xx年x月份开始，经过较长时间调查、实践，把学生乐于接受普遍受欢迎的一些体育科目进行选择优化，确立为社团的活动项目，逐渐使其成为学校的校本课程(选修课)的一部分，并且与研究性学习结合起来。

现就我校社团的建立，从活动情况、取得的经验、存在的问题几方面进行相应总结。

活动情况：我校在最初成立社团主要是为了选拔高水平的运动员参加高一级比赛，如足球、篮球、健身操、球类、跳绳、踢毽子、围棋等社团，后来逐渐把社团活动有意识的融入素质教育的内容，增加了活动项目，扩大了学生参与面，面向全体在校高一、高二的学生。

活动初期，由学校主要领导进行宣传动员，社团活动的意义，培养学生要达到的基本目标，要求每名学生都要选择一项活动项目；安排全校统一活动时间和要求。然后，由各社团的指导教师进行本活动项目的指导工作，提出具体的活动方案和计划，活动的内容与形式等等。最后由学生自由选择上报教导处备案，共有16个社团(其中体育俱乐部9个)，规定统一活动时间为每周五7、8课，活动场所分布在体育场、体育馆、教学楼、综合实验室等处。

活动中期，社团的理事、秘书长协助指导教师下进行各自的活动，有的社团先进行摸底测验，把报名学生，按各自能力水平划分初级班、中级班、高级班，教师重点扶持初级、中级班，而对于高级班则以学生自主练习为主学生提出活动计划由教师进行有针对性的指导纠正再进行实施，初、中级班的学生可根据水平提高提高的情况转到高级班成员，而使学生在俱乐部中实现自我发展，学有所得、学有其乐、学有所成，真正的实现学生的培养目标。在各项活动中，教师发现学生存在的问题要进行相应的指导，并逐渐培养体育骨干，逐步让学生自我组织俱乐部的各项活动。使校本课程(即选修课)与体育俱乐部的结合起来，使校本课程与俱乐部协调发展，

相辅相成，如足球俱乐部的一些学生学习校本课程(足球裁判)后，学员就能很好地组织起各班级之间俱乐部的比赛，收到了极好的效果。在每学年结束前即每年6月中旬进行俱乐部活动的检查、评比及活动成果展演，评选出优秀社团、优秀个人、优秀组织奖、成果奖等奖项。

1、学校对社团活动高度重视。领导重视、组织机构健全、教师指导到位，使社团俱乐部的活动顺利得以开展。

2、因为学生是自我选择项目，学习兴趣浓、积极性高，认真主动自觉。所以学生们才能做到学有所得、学有其乐、学有所成，发展了特长，提高了自身素质。

3、在组织俱乐部活动过程中，每一位成员不仅是活动能力得到提高而且组织能力也得到提高。

4、使我校培养学生体育方面的基本目标“学会一项球类运动、学会组织一项体育比赛、学会一种体育健身技能、学会一种休闲方式”顺利实施。

生活水平提高，社区老人对健康的需求不断地增加，他们越来越关心自己及家人的健康问题，因此能为其提供一定的健康服务和生活保健咨询服务，是我们献爱心、回报社会的一个途径，也是我们以后服务社会的一个起点。

1、虽然所有场馆、综合实验楼、教学楼相应活动场所完全开放，但由于选项学生人数多、时间集中，显得活动场所与器材不足。

2、有些学生喜欢的报项开展不了，如游泳、轮滑等一些新兴体育项目。

为确保此次七夕主题活动顺利开展，镇党委、政府高度重视，及时召开会议对七夕节活动进行总体部署，并制定了活动方

案，要求各村(社区)结合“百姓故事会”活动，以深化创建文明新村为载体;突出认识传统、尊重传统、继承传统、弘扬传统;突出营造家庭美满、社会和谐氛围的具体要求，全面推进我镇的精神文明创建工作。

3、个别项目报名过于密集，而有些项目无人报，如田径等。

4、校际间社团的交流比赛尚少。

5、部分学生虽然报名，但参与活动的效果不太好。尤其是女学生。

## 社区跳绳活动总结篇九

本月的团日活动的主题为“爱国主义教育”。

首先，团支书拟定了团日活动方案，并与组织委员一起做好了供本次活动用的ppt。然后，团支书为本次的活动做准备。在10月28日开展了本次团日活动。在活动当天，团支书先向团员们解释了爱国的定义，并向团员们展示了爱国名言和关于林则徐、文天祥宁死不屈和陈天华遥寄血书的爱国故事。然后，团支书向团员们解释了爱国主义和爱国主义精神的意思，并让团员们了解到了爱国主义教育的含义、内容、意义和历史发展。

本次活动开展效果很好，团员们都参与了本次团日活动，配合团支书将本次活动办好，并对本次的团日活动发出了积极的响应，在举行活动时，团员们都非常积极地提出了自己对爱国主义的了解与看法，还要用自己的实际行动来做到爱国主义。

本月团日活动本团支部团员参与率为百分之一百。

通过这次的团日活动，我团支部团员更加深刻的了解到了爱

国的含义。更深层次的了解到了爱国主义的精神、教育和意义。

团员们通过读林则徐、文天祥宁死不屈和陈天华遥寄血书的爱国故事，从中了解到爱国主义是人们千百年来对自己的祖国的一种最深厚的感情。它同为国奉献、对国家尽责紧紧地联系在一起，它是一种崇高的思想品德。

在几千年的发展历程中，中华民族形成了以爱国主义为核心，团结统一、爱好和平、勤劳勇敢、自强不息的伟大民族精神。我们作为共产党青年团团员，作为21世纪的祖国的花朵，我们应该继承和发扬这伟大的民族精神。而要做到爱国主义，我们就要从生活中，从意识上的点点滴滴的事情做起。在生活中，我们每周都要进行的升旗仪式。这简单而又庄严，我们不能因为它的简单而又忽略了对它的尊重。每周一我们都要庄严的向国旗行注目礼，认真的唱国歌。在意识上，我们要维护国家的团结统一，反对“疆独”、“”等分裂行为。

爱国是一个公民的基本道德，也是中华民族的传统美德。我们要积极参加爱国主义教育，努力学习，为祖国开创出美好的明天！